

## Challenge interne CSDY 2023-2024

Cette année, nous organisons un challenge de régularité sur les cross-country, indoor, outdoor, hors-stade (ex. : jogging). En effet, se retrouver nombreux aux compétitions favorise une bonne ambiance et une saine émulation tout en stimulant l'esprit d'équipe. La participation aux épreuves de la LBFA ou de la VAL, même si elles ne sont pas reprises dans le calendrier des compétitions à privilégier, seront considérées à condition que les résultats soient fournis au secrétariat du club avant le 31 octobre 2024.

### ■ Le challenge de régularité

- Pour être récompensé au challenge de régularité, il faudra avoir participé à au moins 12 réunions d'athlétisme distinctes pour les catégories scolaires à masters, à au moins 8 réunions d'athlétisme distinctes pour les catégories minimes et cadets et à au moins 6 réunions d'athlétisme distinctes pour les catégories benjamins et pupilles que ce soit sur piste (indoor, outdoor), cross ou hors-stade.
- Les participations aux kids' athletics ou toute autre organisation du CS Dyle également prises en compte.
- Une seule épreuve par journée de compétition suffit pour rentrer en ligne de compte.
- Il n'y aura pas de classements basés sur les performances, seul comptera le nombre suffisant de réunions d'athlétisme.



### ■ Bonus de régularité

Les athlètes ayant participé à **3 compétitions organisées par le CS Dyle** au cours de la saison bénéficieront d'un bonus correspondant à une participation (par tranche de 3 compétitions au CS Dyle).



### ■ Note importante

Pour rappel, le trop nuit en tout et surtout pour les enfants et les jeunes, il faut privilégier un programme varié d'épreuves mais limité en nombre (incluant des périodes de repos) et permettant de vivre d'autres expériences aussi en dehors de l'athlétisme.

Dans tous les cas, **il est important de prévenir votre coach de vos participations en compétitions** pour qu'il en tienne compte dans sa programmation.



## Mon programme de régularité



N'hésitez pas à afficher et compléter cette fiche de suivi dans un endroit visible (frigo, chambre, etc.) pour vous permettre de suivre au quotidien vos participations.

L'athlète participant à sa 6<sup>e</sup> compétition pour les benjamins-pupilles, 8<sup>e</sup> pour les minimes-cadets ou à sa 12<sup>e</sup> compétition pour l'orientation et la spécialisation recevra une récompense fin 2023. Les compétitions à reprendre doivent se dérouler entre le 1/11/2023 et le 31/10/2024.

En fin de saison, et au plus tard le 31/10/2024, la fiche peut être communiquée à [challenge@csdyle.be](mailto:challenge@csdyle.be) ou remise à la permanence pour vérification.

Nom – Prénom : ..... Catégorie 2023-2024 : .....



Ben/Pup	Min/Cad	Sco-Mas	Dates	Réunions d'athlétisme ou joggings
1	1	1		
2	2	2		
3	3	3		
4	4	4		
5	5	5		
6 	6	6		
7	7	7		
8 	8	8		
9	9	9		
10	10	10		
11	11	11		
12 	12	12		
13	13	13		
14	14	14		
15	15	15		
16	16	16		
17	17	17		
18	18	18		
Nbr de points de bonus à ajouter 1 pt par 3 comp. organisées par le CS Dyle				

Note : Au besoin, une seconde feuille peut être utilisée.