



Découvrez le Hand Fit

Tous les samedis dès le 3 octobre à 10h30 Mimoun



Qu'est-ce que le handfit ?

Une pratique moderne et accessible

Handfit est conçu pour une accessibilité maximale au plus grand nombre et une intégration aisée dans l'emploi du temps des pratiquants sur la base de séances courtes (45') permettant la pratique dans des temps larges et des conditions souples (milieu du travail, pause méridienne, au sortir du travail, en journée ou en soirée) sans empiéter sur les autres temps de vie.

En outre, Handfit peut se pratiquer, avec un matériel minimum, aussi bien en intérieur, dans toutes sortes de salle, qu'en extérieur.

Une pratique innovante

Handfit est conçu pour une utilisation constante du ballon qui, de forme, de taille et de textures différentes permet la mise en oeuvre de l'ensemble des phases de la séance et des différents exercices qui la composent. En outre, la conception du matériel, les règles de jeu, les aménagements d'espace permettent une entrée rapide dans la pratique, en toute sécurité, même pour des débutants.

Les échos des vestiaires

Pages Face Book : Une nouvelle page FACE BOOK a été créée par Alexandra.

Rejoignez-nous sur FAN CLUB CA Lisieux Handball dont voici les caractéristiques :

Groupe exclusivement dédié et réservé aux licenciés du CA Lisieux HANDBALL et leur famille.

Privé : Seuls les membres peuvent voir qui est dans le groupe et ce qui est publié

Visible : Tout le monde peut trouver ce groupe.

<https://www.facebook.com/groups/3453224038061040>

Vous pouvez consulter la nouvelle page facebook du club

Après avoir été piratée la page Face book officielle du club a été recrée voici les coordonnées

<https://www.facebook.com/CA-Lisieux-Handball-100204101856009/>

Merci : Même si la saison passée n'a pas été à son terme un grand merci à toutes celles et à tous ceux qui ont oublié de réclamer leurs frais de déplacements donnant un sacré coup de pouce au club.

Forum : Le CA Lisieux handball a tenu avec succès son stand au forum des associations fournissant de nombreuses informations aux personnes intéressées par la pratique. Il faut concrétiser l'essai



Recrues : Aux côtés du retour de Virginie Deshayes dans les buts les féminines ont enregistré 5 nouvelles signatures : Magali Lepainteur (Bernay) , Louna Prigent (Octeville) , Laura Dittaro (Octeville), Janyce Cosvin (Colombelles) et Marthe Fesquet (Pont Audemer)



Subventions : Un grand merci aux communes qui ont versé depuis juin une subvention au CA Lisieux Handball : Coquainvilliers, Glos, Les Monceaux, Norolles, St Pierre de Mailloc.

Prévision : La ville procédera à la révision des gymnases Cerdan Terray et Mimoun pendant les vacances de la Toussaint

Formations jeunes arbitres : Une quinzaine de jeunes arbitres encadrés par Patrick Cerrand et Stéphane Fourès ont suivi un après midi de formation, permettant ainsi de respecter les contributions arbitrages, que Maxence Dumont nouvel arbitre senior renforcera aux côtés de P.Fouques, P.Cerrand et S.Fourès



Apprentissage : Valentin Monfort a été recruté pour sa formation d'entraîneur par le club avec le statut d'apprenti pendant 14 mois.

Les premiers résultats

Les calistes ont fait des matches de préparation avec des fortunes diverses alors que moins 13 filles Moins 17 garçons ont été contraints au repos faute d'adversaires

Moins 15 filles : Double confrontation victorieuse avec Littry (27 – 3 et 13 – 1)

Moins 17 filles : Défaite contre Calvados Ouest 17 – 24 et victoire face à Falaise 23 – 9

Seniors féminines : Défaite face à Bernay 29 – 21



Tristesse : Faute d'équipe compétitive au niveau régional le CA Lisieux handball a été contraint de déclarer forfait général pour son équipe seniors masculine en Honneur régional, ne conservant qu'une équipe en département, 50 ans d'histoire du club qui disparaissent en fumée.



Procédure CA Lisieux Handball COVID



PROCEDURE COVID CAS CONTACT / CONTACT à RISQUE

Dès qu'il y a un doute sur vous même ou sur des personnes rencontrées, privilégiez le principe de précaution en vous interdisant les entrainements, les matches, l'entrée dans les gymnases.

Cas contact : Toute personne ayant eu dans les 7 jours précédents un contact direct à risque avec un cas confirmé avec ou sans mesure de protection. (Absence de masque, distanciation et gestes barrière...)

Lorsque vous êtes déclaré Cas Positif et/ou Cas Contact :



Référents Covid du CA Lisieux Handball : Karine Dumont 06 52 14 4377 ; Jérémy Pécot 06 87 07 02 54

Par Mail : cal.handball@orange.fr

Le Nom du responsable de l'équipe et du parent référent figure sur les calendriers et les convocations individuelles.

Pendant la période de la découverte du cas contact et du cas à risque, interdiction formelle de fréquenter Gymnase tant en spectateur qu'en joueur.

Pour la reprise, fournir résultat négatif du test de reprise.

Une liste est établie pour chacune des activités du club avec Nom Prénom, et Téléphone pour transmission liste aux instances

TETE DANS LES ETOILES

Ce challenge interne pour les jeunes du C.A.L. Handball sera doté de récompenses à l'assemblée générale de fin de saison et s'adresse aux moins de 9 mixte, 11, 13 ans garçons et filles, depuis les reprises des entraînements jusqu'à fin mai 2021

Les vainqueurs de chaque catégorie seront récompensés dans ce challenge du mérite qui n'a d'autres prétentions que de récompenser l'assiduité aux entraînements et aux matches et la participation des parents. **Les points suivants sont attribués :**

1 point : Participation à un match ou un entraînement.

2 points : Déplacement voiture des parents.

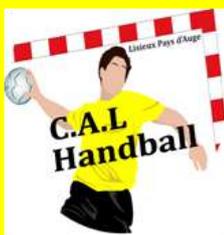
2 points : Participation à une journée de stage interne pendant vacances scolaires.

3 points : Participation à une journée de stage départemental ou régional.

3 points : Sélection départementale ou régionale.

Une expulsion ou une disqualification immédiate exclut le jeune du classement général final

Premier classement pour Handinfos Novembre 2020



Club Athlétique LISIEUX HANDBALL

10 avenue Guillume Le Conquérant 14100 LISIEUX

0231610193



cal.handball@orange.fr

www.cal-handball.com