



Rue Longue Taille 38
6280 Gerpinnes

Selleslagh Laurent

Gsm : 0496/26.00.25
Tél : +32(0)71-50.10.34
Fax : +32(0)71-50.10.34
mail: slconcept@skynet.be

Tva : BE 0892 967 053

**Institut de beauté
& Espace bien-être
privé**

**PISCINE
SAUNA
HAMMAM
SPA**

Daphné

Rue de la Ramée 5070 Sart-Eustache 071 39 15 95 0478 462 136



TREMPLIN

La revue du club



JUIN 2018

ASBL 0434110929 Ed.R. Hercot Jean Jacques
Rue des Prés Buniaux 6250 Presles

Fêtes de Juin... Rentrée de Septembre

Dans cette revue :

Trails	14
Informations utiles	11 12
Informations utiles	19 22
Horaires du club	13
WEEK END 23 & 24 juin	16 17
Tarif saison 2017-2018	15 18
Demande d'aide WE 23/24 juin	19
Planning	20
L'édito	21

Contacts "club" :

0471 453 394

Rue des Prés Burniaux 1 6250 Presles

Retrouvez-nous sur



tremplinpresles@gmail.com

www.le-tremplin.be

BE 52 0011 6433 0709

Vive le télévie 2019

Blue Sun

centre de bronzage

400 m2 à votre disposition

13 cabines spacieuses

Nouveaux solariums *Ergoline*

Air conditionné

Respect de l'hygiène

Personnel sympa et qualifié

071/38.40.45

rue de Gilly 607 à Châtelineau
(anciennement IMPERIAL GYM)

si vous sortez... sortez bronzé !

ECOLOR

PEINTURE & DÉCORATION

www.ecolorinfo.be

Simon Hanus

+32 (0) 473/97.37.59

ecolor.decoration@gmail.com

- Tous types de travaux de peinture int/ext.
- Revêtements muraux et sol, aménagement d'espace etc.



Nous organisons :

- Des séjours pour les familles membres de la Mutualité chrétienne
- Des voyages culturels pour :
 - les individuels membres de la Mutualité chrétienne
 - les groupes (clubs sportifs, de loisirs...)
- Des sports d'hiver et des séjours découvertes pour les jeunes



CPAN est le département qui organise :

- Des classes de neige
- Des classes de découvertes en Belgique et à l'étranger (classes de montagne, de ferme, de mer, vertes...)



Cours-Circuits est le département qui organise :

- Des voyages culturels, découvertes et détente pour les écoles de l'enseignement secondaire et supérieur
- Des séjours linguistiques pour les écoles

✉ Rue de Fernelmont 40-42 | B-5020 Champion

☎ +32 (0)81 35 40 10 | ☎ +32 (0)83 21 11 16

🌐 www.intersoc.be | 🌐 www.cpan.be | Lic. 5654



www.facebook.com/intersoc.asbl



www.facebook.com/CPANCC



MO2-CREATION

Marc Monnaers, bachelier en Informatique de Gestion

- Réseaux
- Bases de données
- Applications à la carte
- Création de sites internet



www.mo2-creation.be

admin@mo2-creation.be

Gsm : 0486 72 37 01

Olivier Gueur Caviste /Sommelier

Cours d'oenologie
Dégustation thématique
Table d'hôte

Ouvert en semaine sur RDV
Vendredi 17H - 19H
Samedi 10H - 18H

0489/712787
olivier.gueur@gmail.com
www.vin-sur-vin.be
24,rue de la chapelle
6280 Gerpinnes (Joncret)



GYMNOVA

Jean-Luc DELOOF
GYM passion!
Partenaire officiel de la Fédération francophone de Gymnastique
Rue de la Grande Couture, 2 - 7522 MARQUAIN - Belgium
Mobile. +32 (0) 495 325 551 / Bureau +33 491 875 125
Email jeanluc@gympassion.be





**LA VOLONTE
DE REUSSIR
ENSEMBLE**

Châtelet - 6200
Place de l'Hôtel de Ville

Tél. 071/38 77 50 Fax 071/38 93 56

Fleurus - 6220
Chaussée de Charleroi 208

Tél. 071/81 65 32 Fax 071/81 05 54

On n'est jamais si bien soigné que chez soi...

**VENTE - CONSEIL
RÉPARATION
MAINTENANCE**



Visitez notre magasin à Mettet

et découvrez toutes nos offres en informatique, accessoires, logiciels de gestion
et de comptabilité (WinBooks)

Téléphonie, abonnement et service, Smart TV, vidéo surveillance, imprimante, ...
Réparation à domicile

METTET – Place Joseph Meunier 13 -
Appelez le **071 796 896** ou **071 726 716**

www.neuronics.be



Claude Dessort

Service traiteur

0495 212 570

traiteurclaudes@yahoo.fr

Auvelais

Avenue des Anciens Combattants, 11



Rue Grande 27
6250 Presles

Annick DELTOUR
0476 44 98 88



DISCOUNT PORPHYRE

Mr et Mme Bellaire - Porphyre

Dépôt boissons - reprise de tous les invendus

Alimentation générale - Charbon de bois

Glaçons - fruits & légumes - Congelés...

**Rue Grande 5
5070 LE ROUX**

Fermé le mardi

9h00 à 19h00

Dimanche & Fériés jusque 13h00

 **071 71 39 97**

drinkporphyre@hotmail.com



 **Comelit**[®]
Passion and Innovation



**Videophonie—Videophonie IP
Surveillance caméra
Domotique
Alarme**

Applications pour smartphones et tablettes

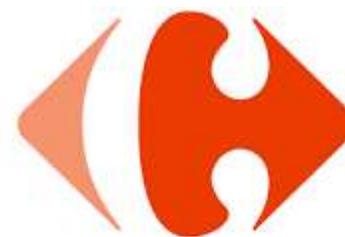


www.comelit.be



iOS

Pour tout conseil ou documentation :
info@comelit.be—christophe@comelit.be



Carrefour
market

GROUPE MESTDAGH



Transport toutes destinations - 7jours sur 7 - 24heures sur 24

0032 495 89 52 37

WWW.SERVICE-NAVETTE.BE

Possibilité de réserver votre navette en ligne !

Points de rdv retour :

Zaventem : Hall arrivée, Café Java

Gosselies : Hall arrivée, Agence TUI

Bruxelles Midi : Bureau Air France



Electric And Light Concept

Vente de matériel électrique Luminaires int. & ext.

POUR PROFESSIONNELS ET PARTICULIERS

- Réalisation de plans & coffrets électriques
- Conseils et suivis des installations

Rue de la Basse Sambre 3 5140 LIGNY

071 / 87 96 11 electric-light-concept.be

Club Sports et Loisirs

Coach : **Alain Metzler** - Licencié en éducation physique
121 rue de Carnelle, 6200 CHATELET 0471/391432 alain.metzler@skynet.be

Nous organisons plusieurs séjours en 2019 en collaboration avec des agences agréées : EXPERT TRAVEL GERPINNES - INTERSOC WALLONIE - ALPINA TOURS NAMUR - ECOLES ET VOYAGES

LA THAILANDE séjour du 26 janvier au 9 février 2019

Culturel et détente

LA BULGARIE séjour de 10 jours MAI-JUIN 2019.

Culturel et détente.

*Tous les renseignements
concernant les séjours peuvent être obtenus
chez Alain*



Vous recherchez une **AIDE-MÉNAGÈRE ?**

Nettoyage de votre domicile
Préparation de vos repas
Courses ménagères
Repassage

Faites confiance à votre agence
locale présente depuis 2011 sur
METTET



Contact - Axel Mestdagh

0479 / 39.38.99 - accespropre@gmail.com



Bois Aggloméré PVC Plâtres Panneaux Lambris Moulures...

SORY - BOIS

Accueil et Service - Remise à domicile

*Rue d'Oignies 18
6250 Aiseau*

☎ et Fax 071 77 25 38

... Portes Plancher Protection Colles Silicones Isolation

EXPERT TRAVEL



Agence de voyages

7 Conseillers voyages à votre disposition

Centre commercial du Bultia – Parking aisé
85 Rue neuve 6280 GERPINNES

Tel. 071 22 18 22 Fax 071 22 18 37

info@expert-travel.be

Visitez notre site :

www.expert-travel.be

lic. 532400

BOULANGERIE BRACHOTTE-SOLD

Spécialités Tartes bruxelloises, Pain de froment

Remise à domicile chaque mardi et vendredi

Distributeur automatique de pains 24H/24H



Rue Grande 19
5070 Le Roux

071 71 23 86



Infirmier(e)

Enseignement en soins infirmiers

Possibilité d'une année préparatoire

Durée des études : 3 ans

www.iesca.be

IESCA

3 sites

Sainte Waudru

Sainte Thérèse

Saint Philippe

Hornu

Montignies/Sambre

Haine St Pierre

065 779 468

071 202 790

064 371 917

Etienne Gravy

architecte paysagiste

Entreprise de parcs et jardins

Aménagements extérieurs

Création et entretien

Abattage et élagage

rue de l'armée française, 115 - 6200 Châtelet

Tél./ Fax : 071/300.603 – GSM : 0474/57.33.32

www.etiennegravy.be – gravy.etienne@gmail.com

- sonorisation
- éclairage
- audiovisuel
- location
- vente
- prestation



Damien Draye

0032 . 495 . 325 . 991

damien@wattsound.be

• Parc Industriel de Mettet • www.wattsound.be •



Alpina Tours Agence de Voyages Licence A1634

Organisation de

- o Voyages
- o Stages de Ski
- o Classes de neige et de montagne
- o Randonnées montagnes

Avenue F. Golenvaux, 2-4-6 5000 NAMUR Belgique

info@alpina.be

+32 (0)81.26.28.67

<http://www.alpina.be>



Wallonie

LES CAFES

NELA & SANTOS

UN VRAI REGAL

**mais surtout une qualité sans égal
aux meilleurs prix**

IMPORTATION DIRECTE
TORREFACTION JOURNALIERE



Ets Pétré - Hanoulle
Rue Jouay 77
Tél : 071 40 48 36.
www.cafesantos.be

6240 Pironchamps
Fax : 071 40.24.18 .

Ecole Saint Joseph



stjoseph.presles@gmail.com

Rue des Prés Burniaux 1 6250 PRESLES

0488 / 14 54 59

LES TRESORS DU PERIGORD NOIR

Gites à louer

au cœur du triangle d'or Les Eyzies-Sarlat-Montignac (Lascaux)

"Les Lapins Amoureux"

Piscine privée - Linge de maison et de piscine compris
Aéroport à 45 minutes : Gosselies - Bergerac 2x semaine

reginemichaux@yahoo.fr

0475/23 45 14

0475/27 46 23



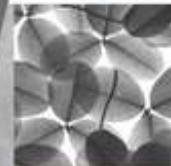
Achetez votre maison en Dordogne

avec Thierry Hanus agent immobilier ☎ 00 33 64 288 4576

Chaque année, ce sont près de **6 millions** d'exams diagnostiques en médecine nucléaire qui sont réalisés grâce aux radioisotopes produits par l'IRE.

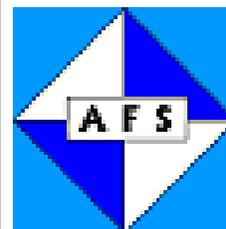


Pour poursuivre toujours sa croissance, renforcer son rôle international d'acteur majeur dans le domaine de la médecine nucléaire et diversifier ses activités l'IRE a créé son pôle d'innovation l'IRE ELIT, qui produit plusieurs radiopharmaceutiques. A ce jour, les recherches ont permis en un temps record la mise au point d'un générateur de Gallium-68 : le **Galli Eo**. Celui-ci représente une avancée majeure dans le domaine de l'imagerie des cancers. Il ouvre de nouvelles perspectives pour le diagnostic de cancers prostate ou la détection de tumeurs neuroendocrines.



IRE ELIT produit mais est également engagée dans la surveillance radiologique du territoire belge avec son **laboratoire de mesures** de la radioactivité.

www.ire.eu



A.F.S. INFORMATIQUE

Yvon DECKENS

Place Belle -Vue 1

6250 PRESLES

☎ 071.38.27.89

Fax 071.38.94.35



Hainaut
Sports



ASSOCIATION SANS BUT LUCRATIF



AU SERVICE DU PATRIMOINE ARCHITECTURAL
ET NATUREL DE NOTRE VILLAGE

[HTTP://WWW.PATRIMOINEPRESLOIS.BE](http://www.patrimoinepreslois.be)

E&L **Electric And Light Concept**
ONCEPT

Vente de matériel électrique
Luminaire int. & ext.

POUR PROFESSIONNELS ET PARTICULIERS

- **Réalisation de plans & coffrets électriques**
- **Conseils et suivis des installations**

Rue de la Basse Sambre 3 5140 LIGNY

071 / 87 96 11

electric-light-concept.be

Bois Aggloméré PVC Plâtres Panneaux Lambris Moulures...

SORY – BOIS

Accueil et Service - Remise à domicile

Rue d'Oignies 18

6250 Aiseau

☎ et Fax 071 77 25 38

... Portes Plancher Protection Colles Silicones Isolation

AQUABIKE – AQUAGYM

ASBL BeFor Aqua



GERPINNES

WWW.BEFOR.BE

Contact@BEFOR.BE

0474 78 55 37

BE96 3631 6761 2505

Nos activités se déroulent sur 3 sites + ...

♥ Presles

Danse - Gym adultes

♥ Roselies.

Gymnastique dès 4 ans

♥ Biesme

Natation dès 4 ans.

Le groupe « R » J'y adh'air

Objectifs principaux :

L'envie de mettre le corps et l'esprit en mouvement et de préserver la santé grâce à une activité d'endurance.

Libre le mardi matin ?

Rejoins-nous !



Solderie

fabelsold SPRL

Outillage*Visserie*Droguerie*Electro*Déco
Cadeaux*Tissus*Linge de maison

Chaussée de Namur 68
5070 Sart-Saint-Laurent
071 744 888

www.fabelsold.be



Fabelsold Solderie

Je danse, tu dances, nous dansons...

DANSE

Pour les filles et les garçons dès 6 ans ...

Le mardi

1 heure : de 17h30 à 18h30 ou de 18h30 à 19h30

2 heures : de 17h30 à 19h30

RENTREE le 4 septembre



Lieu : Ecole St Joseph rue Pré Burniaux 6250 Presles

Les mutuelles soutiennent ENCORE le sport

Les mutualités soutenaient le fait que la pratique d'un sport était un élément favorisant la santé. Cela rejoint les objectifs de notre club. **Nous remplirons les documents délivrés par votre mutualité et que vous nous apporterez lors de votre activité sport = santé...** jusqu'au bout !

(2 ans après la fin du droit)



REPRISE le 03 septembre 2018
des entrainements spécifiques ENDURANCE – COMPETITION

Piscine la Tourette à Biesme
Lundi 20h00 Mardi 20h00 Jeudi 17h00



LE TREMPLIN propose une matinée de marche par semaine

Le jour « R » pur « R » comme AIR, J'y adh'air

C'est le jour des Retraités, Randonneurs, Rêveurs,

Randonnées à pied ! ... et nordiques

Pour les personnes disponibles durant la semaine

Les mardis de 9h30 à 11h30

Contactez Alain pour recevoir le programme

071/383641

alain.metzler@skynet.be



EDITORIAL

Bonne année, Bonne saison ?

Cette saison 2017-2018 a-t-elle été bonne pour vous ? Avez-vous pratiqué assez de sport ? Avez-vous respecté votre corps ? Tant de questions que nous oublions parfois de poser lorsque nous faisons le bilan d'une année sportive !

Cette année donc, je ne ferai pas de bilan. Nous avons juste fait de notre mieux pour vous offrir, ainsi qu'à vos enfants, des outils pour pratiquer un sport.

La saison du club se termine les 23 et 24 juin par un moment de convivialité et de solidarité. Un temps aussi où nos plus jeunes présenteront leurs progrès ! Pas d'examen, pas de concours... juste l'occasion de se sentir fier d'avoir fait quelque chose avec et pour son corps.

Après la fête, je vous dirai : A la saison prochaine ! D'ici là, Sportez-vous bien.

Votre président
Hercot Jean-Jacques

PISCINE du SAMEDI 8h00 - 9h00 - 10h00

REINSCRIPTION & PREINSCRIPTION

OBLIGATOIRE

20€ minimum avant le 30 juin

+ pour les nouveaux : mail avec infos sur les compétences et l'âge

Accueil des enfants de 4 ans aux entrainements

Afin de garder la qualité des entrainements et l'égalité entre les enfants, le CA a décidé d'accueillir les jeunes enfants selon le tableau suivant

Enfant né entre ...et ...	01 /09 31 /10	01/11 31/12	01/01 29/02	01/03 30 /04	01/05 31/08
Accueil piscine – gym.	En Septembre	Après la Toussaint	Après la Noël	Après le Carnaval	Stage ou Septembre
Acompte de réservation	Juin	Juin	Décembre	Décembre	Juin

PLANNING

Stage de reprise "groupes compétition"

du lundi 27 au jeudi 30 aout

Rentrée 2018 de toutes nos activités :

Reprise du lundi 3 au samedi 8 septembre

Congé de la CF :

Le JEUDI 27 Septembre

Congé de la Toussaint

Du lundi 29 Octobre au samedi 3 Novembre

Congé de Noël

du lundi 24 Décembre au 05 janvier 2019

Pour venir à une activité sportive,
laissez vos objets de valeur chez vous...
Ils sont si vite perdus... abimés... oubliés...



**CERTIFICAT
MEDICAL**



Le CERTIFICAT n'est plus obligatoire
pour être en règle d'assurance,
MAIS nous vous CONSEILLONS VIVEMENT
de passer annuellement une visite avec la question
« Suis-je apte à pratiquer mon sport favori ? »

Horaire des entrainements

Version 06/2017

SAISON 2018-2019

LUNDI

GARCONS	17h00 à 19h00	GYMNASTIQUE à ROSELIES	COMPETITION Comp1 Comp 2
FILLES			
MIXTE	20h00 à 21h00	NATATION Biesme	Endurance Compétition

MARDI

MIXTE	09h30 à 11h30	RANDONNEE	TOUT PUBLIC
MIXTE	17h30 à 18h30	DANSE MODERNE à PRESLES	Niveau 1
MIXTE	18h30 à 19h30		Niveau 2
MIXTE	19h30 à 20h30	GYMNASTIQUE à PRESLES	ADULTES (aérobic,step,entretien)
MIXTE	20h00 à 21h00	NATATION Biesme	Endurance Compétition

MERCREDI

MIXTE garçons filles	14h00 à 15h30		4 à 5 ans
	14h00 à 16h00		6 à 8 ans
FILLES	14h00 à 16h00		9 et plus
GARCONS	16h00 à 18h00		9 et plus
FILLES	16h00 à 18h00		COMPETITION Comp 2
GARCONS	16h00 à 19h00		COMPETITION
FILLES		COMPETITION Comp 1	

JEUDI

MIXTE	17h00 à 18h00	NATATION Biesme	Endurance Compétition
-------	---------------	-----------------	-----------------------

VENDREDI

GARCONS	17h00 à 19h00	GYMNASTIQUE à ROSELIES	9 ans et plus
FILLES			11 ans et plus
GARCONS			COMPETITION Comp 1
FILLES			

SAMEDI

MIXTE	08h00 à 09h00	NATATION à BIESME	4 ans et plus (adultes)
	09h00 à 10h00		
	10h00 à 11h00		

Besoin de VOUS besoin d'aide

WE des 23 et 24 juin 2018.

Le Club le TREMPLIN a besoin d'aide !

Samedi 10h30-13h30 pour le pt'i barbecue à Biesme
Dimanche de 8h00 à 19h00... pouvez-vous libérer une
partie de ce WE pour nous et bloquer votre agenda ?

Vous pouvez nous apporter le dimanche de la pâtisserie ?
Merci de nous avertir !

MERCI.

INSCRIVEZ-VOUS AU 0471 453 394
tremplinpresles@gmail.com

4^{ème} TRAIL du TREMPLIN Dimanche 24 juin 2018

AISEAU / ROSELIES 

 betrail

 Infrasports

 Adeps

 Sambre
Expo



4.9 Km route 10h30

8.4 Km 10h30

15.3 Km 10h30

23.9 Km 10h30

Courses enfants 10h15

Randos 6/8/12 Km 10h35

GARDERIE durant les courses

Exclusif : traversée du

Parc du Château

 de PRESLES

Une organisation du club le Tremplin
tremplinpresles@gmail.com
www.le-tremplin.be
0471 453 394



Je bouge pour le

 DELHAIZE.be

MERCI pour votre soutien

Bientôt ... Une nouvelle action ... participez ?

Arriver à l'heure à une activité sportive...

c'est arriver un peu à l'avance !

En effet, les entraîneurs préparent leur programme
d'entraînement avec une courbe qui va de l'échauffement
aux étirements. Ne pas participer à l'ensemble augmente
les risques au cours de l'entraînement et après celui-ci.
Aussi est-il souhaitable - dans la mesure du possible -
d'arriver un peu à l'avance pour se préparer et être avec le
groupe au démarrage de l'atelier.



POUR VOTRE COMPLETE INFORMATION,
VOICI LE TARIF pour le SECOND SEMESTRE

Payable au plus tard en janvier 2019

COTISATIONS 2018-2019

(semestre 2)

Pour les arrivées en cours d'année : Demandez votre tarif spécial

Cotisation	Adulte	Enfant 1	Enfant 2	Enfant 3
1 heure	89 €	89 €	81 €	45 €
1 heure/30	130 €	130 €	117 €	65 €
2 heures	168 €	168 €	151 €	84 €
2 heures/30	204 €	204 €	183 €	102 €
3 heures	233 €	233 €	210 €	117 €
3 heures/30	258 €	258 €	232 €	129 €
4 heures	273 €	273 €	246 €	136 €
4 heures/30 & +	277 €	277 €	249 €	138 €



Abonnement 1^{ème} semestre... du 01 09 au 31 12 2018

Calculez vos divers nombres d'heures et reportez-vous au tableau

Adultes : pas de réduction **Colonne 1**

Enfant seul ou celui qui a le plus d'heures d'activités **Colonne 2**

Le deuxième enfant en nombre d'heures **Colonne 3**

Chaque enfant suivant **Colonne 4**

COTISATIONS 2018-2019 (semestre 1)

ATTENTION. Pour la piscine, déduire les acomptes.

Pour les arrivées en cours d'année : Demandez votre tarif spécial.

ASSURANCE COMPRISE				
Cotisation	Adulte	Enfant 1	Enfant 2	Enfant 3
1 heure	82 €	82 €	76 €	50 €
1 heure/30	111 €	111 €	102 €	64 €
2 heures	138 €	138 €	126 €	78 €
2 heures/30	163 €	163 €	149 €	91 €
3 heures	185 €	185 €	168 €	101 €
3 heures/30	203 €	203 €	184 €	110 €
4 heures	213 €	213 €	193 €	115 €
4 heures/30 & +	216 €	216 €	196 €	117 €

Vous pouvez verser au compte

BE 52 0011 6433 0709

asbl Club le TREMP LIN



SAMEDI 23 juin 2018

Piscine de Biesme

Je nage pour le 

8h00-9h00 Nage en couloir...

entraînement traditionnel

ouvert à tous que vous soyez inscrit à 8...9...10h

7h45... petit-déjeuner

à la cafeteria au profit du *télévie*

9h00-10h45 Jeux nautiques

par équipe multi-âges

ouvert à tous que vous soyez inscrit ou non

10h45... Apéro & Pains saucisses

à la cafétéria au profit du *télévie*

Bienvenue à tous

Entrée natation et jeux gratuite

DIMANCHE 24 juin 2018

SAMBREXPO à Roselies

Je cours pour le 

Dès 10h15 (cours enfants)

Courses Trails

Randonnée accompagnée

Voir affiche dans cette revue

A l'arrivée bar et petite restauration

14h30

DEMONSTRATION de GYMNASTIQUE

&

DANSE

Bienvenue à tous

Entrée démonstration gratuite