

### Communiqué U.R.B.H. - L.F.H.

Si dans un premier temps, suite à la pandémie liée au coronavirus, toutes les compétitions de handball nationales, régionales et provinciales ont été suspendues jusqu'au 5 avril 2020, les développements récents et alarmants du fléau, les prévisions des scientifiques à moyen terme et les nouvelles mesures décrétées par le conseil national de sécurité ont poussé les instances de l'U.R.B.H., de la V.H.V. et de la L.F.H. à prendre les décisions suivantes.

Discutée au sein du conseil d'administration de la L.F.H., en concertation avec les comités provinciaux, puis au niveau du conseil d'administration de l'U.R.B.H., la décision d'arrêter définitivement toutes les compétitions nationales, régionales et provinciales, tant en seniors qu'en jeunes, a été entérinée ce vendredi 20 mars 2020.

En d'autres termes, la saison 2019-2020 se termine aujourd'hui et ne reprendra pas à une date ultérieure.

Les modalités relatives à la clôture de la présente saison et de montées et de descentes feront l'objet d'un examen approfondi. Vous serez informés des décisions prises à ce sujet le plus rapidement possible.

Conscients de leurs responsabilités sportives et sociétales et soucieux du bien-être de tous les membres et sympathisants de l'U.R.B.H., il était du devoir des conseils d'administration de l'U.R.B.H. et des deux ligues, ainsi que des comités provinciaux, de prendre les décisions qui s'imposent, aussi difficiles soient elles.

## Homologation de salle

La salle du Centre Sportif Communal de Floreffe, situé Rue Joseph Hanse n° 6 à 5150 Floreffe (tél. 081 45 18 11) a été homologuée jusqu'au niveau D1 et D2 Nationales Messieurs

Hauteur salle	Dimensions terrain	Zones neutres	Luminosité	Sol	Lignes	Vestiaires joueurs	Vestiaires arbitres	Tribunes	DEA
B	A	B	C	A	D	B	A	D	Oui

## Mini-Handball

### Affiliations

**HC Eynatten-Raeren** : Bemelmans Piet, Cuturic Lena, Rennertz Hendrik, Rennertz Jan, Usselmann Levi.

## Approches du Handball

### N° 175 - Novembre 2019

- \* Actualité : Mayonnade mouille le maillot
- \* Joueur en formation :
  - Les contenus des sites d'accession féminins
  - Gérer les jeunes arbitres dans le club
- \* Côté terrain :
  - La continuité du jeu en premier
  - Quelle efficacité des mouvements de joueurs en LNH ?
- \* Place « Net » à la formation : Les WebTraining, une révolution pédagogique ?
- \* Situation à la loupe : Gagne-terrain
- \* Espace formation :
  - Handy à Brest
  - Le jeu à 7 joueurs de champ contre 6, en attaque et en défense

### N° 176 - Janvier 2020

- \* Actualité : « Repartir de l'avant »
- \* Joueur en formation :
  - Les contenus des sites d'accession féminins
  - La formation initiale du jeune joueur et du jeune arbitre
- \* Côté terrain :
  - Apprendre à défendre
  - La neutralisation, l'une des clés de la performance
- \* Place « Net » à la formation : Approches, 30 ans et toujours plus proche
- \* Situation à la loupe : Gagne-terrain
- \* Espace formation :
  - Hand à 4 et inclusion en milieu scolaire
  - La préparation mentale des joueuses professionnelles

## Trésorerie

### Amende L.F.H. week-end 29.02/01.03.2020

(D2 M) HB Sint Truiden - **United Brussels HC** : 8<sup>ème</sup> rencontre sans licence coach validée pour le niveau considéré.

### Amendes L.F.H. week-end 07/08.03.2020

(D2 M) **KTSV Eupen** - HBC Izegem : feuille de rencontre incomplète (couleurs de l'équipe manquantes).  
(D2 M) **United Brussels HC** - HC Kraainem : 9<sup>ème</sup> rencontre sans licence coach validée pour le niveau considéré.  
(D2 M) GBSK - **Union Beynoise HB** : 11<sup>ème</sup> rencontre sans licence coach validée pour le niveau considéré.  
(LFH D) **ROC Flémalle** - United Brussels HC : 14<sup>ème</sup> rencontre sans licence coach validée pour le niveau considéré.  
(Cadets) HC Kraainem - **Waterloo ASH** : 7<sup>ème</sup> rencontre sans licence coach validée pour le niveau considéré.  
(Cadets) **United Brussels HC** - HC Visé BM : 10<sup>ème</sup> rencontre sans licence coach validée pour le niveau considéré.  
(Cadets) United Brussels HC - **HC Visé BM** : licence Moonen Henri(100676) manquante.  
(Cadets) **ROC Flémalle** - SHC Mont sur Marchienne : 9<sup>ème</sup> rencontre sans licence coach validée pour le niveau considéré.  
(Cadets) HC Sprimont - **HC Verviers** : 8<sup>ème</sup> rencontre sans licence coach validée pour le niveau considéré.

**Promotion**

**07.03.2020 HC Eynatten-Raeren/R - HC Amay:**

- HC Amay forfait

**G16 Minimes**

**07.03.2020 HC Verviers/R - HC Visé BM 3/R:**

- feuille de match rentrée en retard (HC Verviers/R)

**07.03.2020 HC Amay/R - Union Beynoise:**

- coach (Union Beynoise) pas de licence pour le niveau jeunes (19. rencontre)

**08.03.2020 HC Sprimont - ROC Flémalle:**

- ROC Flémalle forfait

**08.03.2020 HC Eynatten-Raeren/R - J. Jemeppe:**

- coach (J. Jemeppe) pas de licence pour le niveau jeunes (14. rencontre)

**G14 Préminimes (Second tour / Groupe A)**

**08.03.2020 HC Visé BM - Renaiss'Ans Montegnée:**

- HC Visé BM forfait

**08.03.2020 HC Eynatten-Raeren - HC Amay:**

- absence licence Winter Anton (HC Eynatten-Raeren)

- coach (HC Amay) pas de licence pour le niveau jeunes (11. rencontre)

**G12 Poussins**

**08.03.2020 Renaiss'Ans Montegnée - H. Villers 59:**

- officiel de table (Vancosen Lionel) non porteur de la carte de légitimation (Renaiss'Ans Montegnée)

**Conseils alimentaires en cette période de confinement obligatoire**

<https://www.sergepieters.net/post/comment-bien-s-alimenter-en-période-de-confinement>

<http://www.handball.be/media/Plan%20alimentaire%20g%C3%A9n%C3%A9ral%20pour%20sportifs%20en%20p%C3%A9riode%20de%20confinement%20-%20mars%202020.pdf>



**Les bureaux U.R.B.H./L.F.H. seront fermés à partir de ce mardi 24 mars 2020 et ce, pour une période indéterminée.**

**L'adresse [secretariat@handball.be](mailto:secretariat@handball.be) reste accessible. Merci de votre compréhension.**

# Maintenir notre activité physique



CORONAVIRUS  
COVID-19



**Bonne idée!** UNE ACTIVITÉ PHYSIQUE RÉGULIÈRE ET MODÉRÉE EST BÉNÉFIQUE POUR LA SANTÉ. ELLE RENFORCE LES DÉFENSES IMMUNITAIRES.

**Mais...**

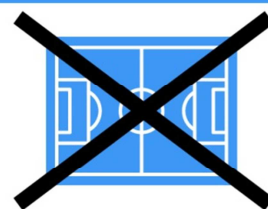
**CHEZ SOI**, ON S'EXERCE AVEC PLAISIR ET SANS FORCER

**À L'EXTÉRIEUR**, ON S'ACTIVE SEUL OU ACCOMPAGNÉ D'UNE PERSONNE VIVANT SOUS LE MÊME TOIT



- L'ACTIVITÉ PHYSIQUE DOUCE, COMME LA MARCHÉ, EST RECOMMANDÉE EN RESPECTANT 1M50 DE DISTANCE AVEC L'AUTRE
- L'ACTIVITÉ PHYSIQUE DYNAMIQUE, COMME LE JOGGING, EST AUTORISÉE EN RESPECTANT 5M DE DISTANCE AVEC L'AUTRE, À CAUSE DE L'INTENSITÉ DE NOTRE RESPIRATION
- L'ACTIVITÉ PHYSIQUE INTENSE EST DÉCONSEILLÉE CAR ELLE FATIGUE L'ORGANISME, Y COMPRIS LE SYSTÈME IMMUNITAIRE

ON L'AURA COMPRIS, QU'IL S'AGISSE DE SPORT INDIVIDUEL OU COLLECTIF, TOUT RASSEMBLEMENT EST INTERDIT



**AYONS L'ESPRIT SPORTIF,  
POUR NOUS, POUR LES AUTRES**