



AVIS AUX CERCLES 2025 / N°26

DP/EL, Bruxelles, le 17 octobre 2025

COMMUNIQUE DE LA LBFA

- 1.1 Appel à candidature C.B. de Cross-country Masters 2026
- 1.2 Cahiers des champion Hiver 2025-2026
- 1.3 Calendrier Hiver 2025-2026 – lancers long hivernaux 14/3/2026
- 1.4 Nouvelle rubrique sur le site LBFA – Info Santé « Comment je gère »
- 1.5 Formations – Guide complet
- 1.6 Distances de cross – saison 2025-2026

COMMUNIQUE DE LA LBFA

1.1 Appel à candidature C.B. de Cross-country Masters 2026

Les Championnats de Belgique de cross-country Masters sont proposés à deux dates, soit le samedi 7 mars soit le dimanche 8 mars 2026.

Les cercles désireux d'organiser sont priés de rentrer leur candidature auprès de la LBFA pour le dimanche 23 novembre 2025 au plus tard sur l'adresse email info@lbfa.be.

1.2 Cahiers des champion Hiver 2025-2026

Les cahiers des championnats hiver 2025-2026 (Belgian Athletics et LBFA) sont disponibles sur notre [site internet](#).

1.3 Calendrier Hiver 2025-2026 – lancers long hivernaux 14/3/2026

Les Championnats LBFA de lancers longs hivernaux se dérouleront le samedi 14 mars 2026 à Nivelles (CABW).

1.4 Nouvelle rubrique sur le site LBFA – Info Santé « Comment je gère »

La LBFA enrichit son site web avec une nouvelle rubrique Info-Santé « **Comment je gère** », destinée à accompagner les athlètes, les entraîneurs et le grand public dans la compréhension et la gestion de différents aspects liés à la santé et à la performance.

Des contenus seront publiés régulièrement sur des thématiques concrètes du quotidien sportif, réalisés par la cellule médicale de la LBFA, sous la coordination du Dr Hervé Auquier.

Déjà disponibles en ligne :

- **Le décalage horaire** : comment anticiper et limiter ses effets
- **Les règles douloureuses et l'entraînement** : comment s'adapter
- **Sommeil et performance** : optimiser sa récupération pour progresser

Retrouvez cette nouvelle rubrique dans le menu « Informations » > « Info-santé « Comment je gère » et ses différents sous-onglets.

Merci de relayer cette information au sein de votre club.

1.5 Formations – Guide complet

« Aujourd'hui, de nombreuses fédérations, dont la LBFA, recommandent vivement un brevet ADEPS pour l'encadrement des athlètes dans leur club et les centres ADEPS pour l'animation de stages. Ces brevets, homologués et reconnus en Fédération Wallonie-Bruxelles, conditionnent aussi l'octroi des subsides.

La LBFA, délégataire de l'ADEPS pour la formation des cadres en athlétisme, veille à respecter ces exigences. Les responsables fédéraux sont bien conscients que l'initiation ou le perfectionnement, à tout âge, est une mission sérieuse qui ne peut pas s'improviser.

Avec l'ADEPS, la Direction technique de la LBFA entend, avec ce parcours / dispositif de formation complet, offrir aux clubs un encadrement qualifié et aux athlètes un accompagnement adapté pour atteindre leurs objectifs. » ...

Veillez trouver en annexe, le guide complet du parcours des Formations.

1.6 Distances de cross – saison 2025-2026

Veillez trouver en annexe, les distances maximales de cross pour la saison 2025-2026.