

INFORMATIONS



Barbara Moreau, l'ambassadrice de charme du ROC Flémalle, reçoit des mains du Député Provincial Robert Meureau, le trophée récompensant l'équipe championne de la Division 1 LFH Dames.

Reprise des entraînements pour les DAMES

Les 2, 3 et 4 août, stage de préparation à Worriken pour de nombreuses joueuses. Au programme : entraînement handball, jogging, beachvolley, séances vidéo, jeu de nuit, ou encore kayak, entraînement mental pour le tir à l'arc, sensations fortes sur parcours aériens et tyroliennes, ...

Mardi 6 août à 19h00, entraînement sur la piste d'athlétisme (n'oubliez pas les pantoufles d'extérieur !).

Judi 8 et vendredi 9 août, entraînement en salle.

Mardi 13 août, entraînement sur la piste d'athlétisme. Programme complet du mois d'août en annexe.

ATTENTION !

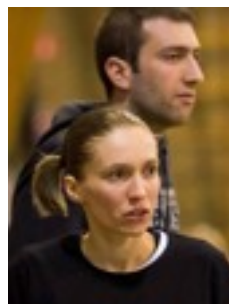
Il ne faut pas oublier de faire remplir par un médecin le certificat d'aptitude sportive pour la saison 2013/2014. Le Secrétaire doit impérativement les rentrer à la L.F.H. avant la première rencontre officielle de championnat.



ENCADREMENT SPORTIF DE NOS ÉQUIPES DAMES

Suite à la brillante performance de notre équipe dans le championnat précédent et grâce aux transferts de l'intersaison, deux équipes ont été inscrites dans le championnat 2013/14 : bien sûr une équipe en Division 2 Nationale et l'autre Division LFH.

L'encadrement sportif de l'équipe 1ère sera toujours assuré par Aline Brockmans et Alex Chinnici. La 2ème équipe, qui évoluera comme équipe Réserve, sera entraînée et coachée par Philippe Perrin, un fidèle du ROC Flémalle, ancien joueur puis entraîneur qui avait déjà assumé avec brio ces fonctions à Flémalle.



DE CHARMANTES NOUVELLES FIGURES AU R.O.C.

Après seulement une brillante deuxième saison, notre équipe Dames accède à la Division 2 Nationale. Pour sa 4e année d'existence le nouveau ROC Flémalle ne pouvait pas rêver mieux !

Pendant la période des transferts, pas moins de 7 nouvelles joueuses nous ont rejoints. Nous les en remercions vivement et nous leur souhaitons la bienvenue au ROC Flémalle.

Nous leur souhaitons également, ainsi qu'aux « anciennes », une excellente saison sportive, mais aussi et surtout comme ces 2 dernières saisons, une excellente ambiance de camaraderie.



Fiona
GIULIANO



Cécile
HORTELAN



Géraldine
HORTELAN

Alina
DOCQUIER



Maurine
LOUWETTE



Lola
MAROTTA



Emilie
PARENT



Calendrier Dames

Du 2 au 4 août
Stage de préparation à Worriken

Dimanche 18 août
de 10h30 à 19h30 :
Tournoi du Souvenir
Mémorial « Lespagnard-Mossoux »

Dimanche 1er septembre
à 18h00 : ROC ® match amical
Tournoi à St-Trond : ROC

Dimanche 8 septembre
Reprise du championnat
à 16h00 : ROC ® - VILLERS
à 18h00 : ROC - KORTESSEM

Une date à retenir
Samedi 21 décembre :
ROC CHRISTMAS

Pour s'y retrouver
dans le Comité
du ROC Flémalle

PRÉSIDENT :



GIROTTO
Franco

VICE-PRÉSIDENTE :



BROCKMANS
Aline

SECRÉTAIRE :



GEYSEN
Jacques

TRÉSORIER :



GURDEBEKE
Claude