

Les Spartiates : news : n°2023/2



Club de marche
F.F.B.M.P. - NA.015

Cercle "Les Spartiates de Gembloux" A.S.B.L.
N° entreprise : 568-995-664

Correspondant : MATHIEU Emile
Rue de Meux, 90
5031- Grand-Leez

na015@ffbmp.be - www.spartiates.be
Compte bancaire : BE48 0004 2915 0127

Les Spartiates : une équipe à votre service



Président

[Emile MATHIEU](#)

0477 87 07 67



Trésorière

[Nadine DAVREUX](#)

0473 33 18 33



Secrétaire et Assurances

[Michèle SANDRON](#)

0474 65 91 27



Responsable Affiliations

[Irène DEBOIS](#)

0491 91 05 04



Responsable Contrôles

[Rita DEPAUW](#)

0496 78 19 95



Responsable Bulletin

[Isabelle SAPIN](#)

0477 28 00 07



Responsable Internet

[Jean MERNIER](#)

0473 40 22 74



Responsable Voyages

[Philippe SARTON](#)

0476 26 90 67



Responsable
Equipements

[Monique MARIT](#)

0498 57 63 61



Responsable fléchage

[Patrick SIMON](#)

0496 67 41 95

Les Spartiates : à vos agendas



- 15 avril 2023 : notre marche de printemps à Aische-en-Refail Salle Les Calbassis
- 11 mai 2023 : marche d'entraînement (2) à Gembloux
- 4 juin 2023 : Sart-Lez-Spa chez les Corsaires
- 17 juin 2023 : marche d'entraînement (3) à Corroy-le-Château !
changement de date !
- 2 juillet 2023 : notre car d'un jour à Wardin (proche de Bastogne) chez les Baladins
- 8 juillet 2023 : marche d'entraînement (4) à Bossière (en prologue à la marche du 6 août 2023) ! **changement de date !**
- 6 août 2023 : notre marche de la braderie à Bossière, Salle Basse Hollande
- Du 9 au 16 septembre 2023 : voyage à Beg Meil (Finistère sud)
- 22 octobre 2023 : car d'un jour à Beloeil chez les Marcheurs du Souvenir
- 12 novembre 2023 : notre banquet annuel
- 17 décembre 2023 : notre marche des Spartiates : salle Espace Orneau à Gembloux

Les Spartiates : marche d'entraînement (2)

Où ? : à 5030 GEMBOUX

Départ du parking du carrefour Market à Grand Manil

Quand ? : le jeudi 11 mai 2023 à 9 heures pour le 10 km et à 9 heures 30 pour le 5 km

Programme ? : Tour des chapelles et autres statues de Gembloux sera effectué. Ce tour part en partie du parcours du Tour Saint Guibert – pour plus de détails : <https://www.gembloux.be/loisirs/tourisme/histoire-de-gembloux-1/tour-saint-guibert>

- A 11h : Un verre sera offert par le club chez Frit'city (en face du parking)
- A 12h : Vous aurez la possibilité de nous restaurer au même endroit. (chacun paie son repas et ses consommations).

Comment réserver ? : Auprès d'Emile soit au 0477 87 07 67, soit par mail : emilemathieu3@gmail.com uniquement. Pas par ~~waths'app, messenger ou autre messagerie~~

Les Spartiates : marche d'entraînement (3)

Où ? : à 5032 CORROY LE CHATEAU

Départ du parking de la Salle des Sports 25, rue de la Maison d'Orbais

Quand ? : le samedi 17 juin 2023 à 9 heures pour le 10 km et à 9 heures 30 pour le 5 km

- A 11h : Un verre sera offert par le club sur place à la cafetaria de la Salle des Sports
- A 12h : Pour ceux qui le souhaite, nous irons nous restaurer à la Brasserie Bertinchamps (chacun paie son repas et ses consommations).

Comment réserver ? : Auprès d'Emile soit au 0477 87 07 67, soit par mail : emilemathieu3@gmail.com uniquement. Pas par waths'app, messenger ou autre messagerie

Les Spartiates : marche d'entraînement (4)

Où ? : à 5032 BOSSIERE

Départ du parking de la Salle Basse Hollande

Quand ? : le samedi 8 juillet 2023 à 9 heures pour le 10 km et à 9 heures 30 pour le 5 km

- A 11h : Un verre sera offert par le club (lieu à préciser)
- A 12h : Pour ceux qui le souhaite, nous irons nous restaurer. Le lieu vous sera précisé au moment de votre réservation. (Chacun paie son repas et ses consommations).

Comment réserver ? : Auprès d'Emile soit au 0477 87 07 67, soit par mail : emilemathieu3@gmail.com uniquement. Pas par waths'app, messenger ou autre messagerie

Les Spartiates : notre marche de la braderie

Lieu de départ :

Aische-en-Refail Salle Les Calbassis, place d'Aische-en-Refail à Eghezée

Nous remercions d'avance nos nombreux bénévoles dont le travail est indispensable à la bonne tenue de la marche.

Jeudi 13 : Fléchage :

Simon P. - Sarton Ph. - Gruselle M. - Delfosse J. - Mineur D. - Mauroy M.

Vendredi 14 à 14h30 : Arrangement de la salle + Montage d'une tentes :

Toutes les bonnes volontés sont les bienvenues

Vendredi 14 : Préparation des contrôles : Depauw R.

Samedi 15 :

5h30 : Préparation des pistolets : Colin J. - Govaerts M. - Davreux N. - Servais C.
Depauw R. - Niset J-M

6h00 : Secrétariat départ : Delfosse J. - Debois I. - Sandron M.

6h00 : Caisses : Servais C. - Godfriaux Y.

8h00 : Comptoir bar : Jacques J. - Sarton Ph. - Trugsnach M. - Meuwis D. - Leurquin D.

8h30 – 13.00 : Service salle : Budens R. - Govaerts M - Sapin I.

12h00 – 16.00 : Service salle : Denil V. - Gillain A. - Martin M. - Rosar A. - Lesne V.

6h00 : Cafeteria : Colin J. - Malaise A. - Noël M-L (matin) - Vaudry G. (après-midi) -

9h00 : Crêpes : Berny MF. - Depauw R.

9h00 : Equipements : Marit M.

9h30 : Cuisine : Debois I. - Venckus R. - Hendricks P. - Wattiaux M - Denis M-C.
Davreux N. - Pierrard N

6h30 : Contrôles :

Contrôle 1 : Perwez gare : Denis G. - Panneels M. - Mernier J. Louis N.

Contrôle 2 : Aiche-en-Retail : Albert J-M. - Doget G. - Denil V. - Denis J

16h30 Rangement, démontage tente et nettoyage : Wouters M-C. - Roland A. et toutes les bonnes volontés

Les Spartiates : les tenues

Le club offre un large éventail de tenues « Spartiates » que vous pourrez commander lors de notre marche de la braderie.

Les différents modèles que vous pouvez consulter via ce lien : [SPARTIATES Gembloux](#)

Ne vous fiez pas aux coloris représentés sur la photo.

Il est conseillé de passer au stand tenue lors de la marche par Monique Marit (merci à elle). L'essayage sera possible. Ils sont livrés lors de la marche suivante.

Les Spartiates : nos cars d'un jour

- 3 juin 2023 : Sart-Lez-Spa chez les Corsaires.
- 2 juillet 2023 : Wardin (proche de Bastogne) chez les Baladins.
- 22 octobre 2023 : Beloeil chez les Marcheurs du Souvenir.



Pour les marcheurs qui terminent tôt leur parcours ou qui ne marchent pas, il y aura la possibilité de reprendre le car afin d'aller manger, se balader, à Spa et à Bastogne.

Ensuite, nous irons rechercher les autres marcheurs avant de prendre le chemin du retour.

Les Spartiates : Modifications personnelles

En cas de changement d'adresse postale, numéro de GSM ou mail, n'oubliez pas de nous en avvertir.

Merci pour votre collaboration.

Les Spartiates : bon rétablissement

Nous ne sommes pas toujours au courant de vos problèmes de santé. Nous souhaitons un prompt rétablissement à tous nos membres hospitalisés, malades ou blessés. Nous espérons vous revoir rapidement de retour parmi nous.

Les Spartiates : les anniversaires

Nous souhaitons un excellent anniversaire aux béliers, taureaux, gémeaux et cancer.



Les Spartiates : la recette

Cake salé aux lardons (ou jambon) et olives vertes et noires

A manger : tiède ou froid – en tranches (entrée) ou en cubes (amuse-gueule) -
Si vous souhaitez les consommer en guise d'apéro sur une marche par exemple, pensez à couper des cubes à l'avance

Ingrédients :

- 200 gr farine
- 1 sachet de levure chimique
- 200 gr lardons fumés (ou cube de jambon)
- 150 gr olives vertes et noires dénoyautées
- 100 gr de fromage râpé (de votre choix)
- 10 cl huile d'olive
- 12 cl lait tiède
- Herbes condimentaires de votre choix
- Sel et poivre

Préparation :

Préchauffez le four à 180°

Faites revenir les lardons et réservez-les (si vous avez choisi des dés de jambon, passez cette étape)

Dans un bol, battez les œufs

Mélangez (au fouet) la farine, la levure, les œufs, le sel et le poivre

Ensuite ajoutez les lardons (ou le jambon) le fromage râpé, les herbes condimentaires, les olives et leur huile

Versez la préparation dans un moule à cake (préalablement graissé si nécessaire)

Enfournez 45 minutes environ. Après 25 minutes, si le cake dort trop vite, placez une feuille d'aluminium sur le cake.

Laissez refroidir avant de démouler.

Bon app !