

Eric Bott et

les conseils d'administration de

IIIY-Fonds sportif, du Poséidon,

de Wolu-Services, ainsi que leurs équipes,

Vous souhaitent une merveilleuse année

2017!

ÉDITO



L'idée était dans l'air depuis un petit temps et elle s'est concrétisée voici quelques jours : le Fonds sportif de Wo-

luwe-Saint-Lambert et JJJY ont choisi d'unir leurs destinées. Ce rapprochement n'a rien d'étonnant tant ces deux associations, dont j'assume la présidence, cheminent côte à côte depuis plusieurs décennies et ont toujours noué de nombreuses collaborations.

Cette union, pratique et de raison, a tout de la fusion gagnante. En tous cas, elle ne modifiera en rien les objectifs poursuivis et les missions remplies, jusqu'à présent, distinctement. La nouvelle structure ainsi créée continuera à déployer, notamment lors de chaque période de congés scolaires, un large éventail de stages ainsi qu'à encore développer les programmes de loisirs actifs destinés aux enfants.

Parallèlement, JJJY/Fonds sportif continuera également à promouvoir les activités sportives au sein de la commune et à épauler les clubs, au maximum de ses possibilités budgétaires, entre autres en aidant ceux-ci à développer leurs projets, à organiser leurs compétitions, à assumer leurs vocations de formation et d'encadrement des jeunes.

Le soutien aux actions menées en vue d'inciter la population à pratiquer une discipline sportive sera, bien sûr, aussi poursuivi. De même que les différents partenariats dans le cadre de nombreux rendez-vous sportifs et associatifs de toutes envergures, du local au national, dont plusieurs chapeautés par les services communaux de la Jeunesse, des Sports et de la Vie associative.

Enfin, JJJY/Fonds sportif s'attachera à pérenniser, avec le soutien de la Commune, les systèmes des « chèques Sport » et des « chèques Jeunesse » visant respectivement à aider, sous certaines conditions, les enfants et ados à s'inscrire dans un club ou à participer à des stages. Cette feuille de route est certes copieuse et ambitieuse mais, en cette période propice aux bonnes résolutions, soyez convaincus que tout sera mis en œuvre pour nous y tenir!



Éric Bott,

Président de JJJY/Fonds sportif, du Poséidon et de Wolu-Services

UNE BIEN BELLE SOIRÉE DE GALA



Fin novembre, la grande salle de spectacle de Wolubilis a fait le plein à l'occasion de la cérémonie des Victoires du Sport et de l'Avenir 2016, présentée par un duo bien rôdé composé par le journaliste Jean-François Remy et l'échevin Éric Bott. Le scénario de la soirée n'a pas manqué de conquérir le nombreux public. Il se composait, comme à l'accoutumée, des différentes remises de prix et cadeaux aux clubs et sportifs de Woluwe-Saint-Lambert, entrecoupées par quelques intermèdes chorégraphiques et prestations musicales qui ont vu se succéder, sur scène, Maëlle Dance Company, Stefan Gillis, Move & Tap, Quendryk, Movimento et Alaeti Dance Center.

Sans oublier la présence des invités de marque qui ont parrainé les différentes catégories de récompenses : Claire Michel, participante aux Jeux Olympiques de Rio en triathlon, Émilie Sinia, internationale belge de hockey, Felice Mazzu, entraîneur du Sporting de Charleroi, Marc Coudron, Président de l'Association Royale Belge de Hockey, Serge Crèvecoeur, entraîneur du Basic-Fit Brussels, et l'un de ses joueurs, Maxime Depuydt.

« Victoires du Sport » Prix individuel

1er : Nicolas Collin

Affilié à la Stone Climbing Factory du Centre sportif de la Woluwe,



ce grimpeur de 18 ans, bénéficiant du statut d'espoir sportif de la Fédération Wallonie-Bruxelles, avait déjà été récompensé dans la catégorie « Avenir » des Victoires du Sport en 2014. Nicolas Collin a multiplié les performances durant la saison en remportant la coupe et le championnat de Belgique chez les jeunes, en montant sur



le podium d'une manche de la coupe d'Europe dans cette catégorie mais aussi en décrochant la médaille d'argent à l'occasion du championnat national séniors et en atteignant 2 finales à l'occasion des championnats du monde pour jeunes, en Chine.

2e : Yao Chang Yuan

À 67 ans, cet inusable pongiste est, depuis de très nombreuses années, la figure emblématique du CTT Woluwe, basé dans les installations du complexe sportif Poséidon. Son expérience, ses compétences et son enthousiasme font, bien sûr, merveille auprès des jeunes qu'il entraîne mais Yao Chang Yuan ne se contente pas de transmettre sa passion. Il la vit encore également en compétition. Dans le courant du mois de mai,



associé au Danois Claus Pedersen, il a ainsi enrichi son palmarès d'une magnifique médaille d'or, en double, à Alicante, à l'occasion des championnats du monde vétérans dans la catégorie « Plus de 65 ans », une compétition qui réunissait plus de 100 équipes.

3e : Nina Cornet

Le Royal White Star AC s'est particulièrement mis en exergue, au cours de la saison écoulée puisque



certains de ses affiliés figurent en bonne place dans plusieurs classements de ce millésime 2016 des Victoires du Sport. C'est précisément le cas de Nina Cornet. Alors qu'elle ne pratique l'athlétisme que depuis 2 ans, celle-ci a remporté, de bien belle manière, le titre de championne francophone juniore sur 800 mètres.

« Victoires de l'Avenir » Prix individuel

1er: Andrei Negoita

Pur produit de l'école de la Wolu Tennis Academy, active sur les courts du stade Fallon, ce jeune joueur de 9 ans défend les couleurs du Royal Wolu TC. Sur 74



rencontres disputées au fil de la saison en plein air, il en a remporté 53 et a gagné la moitié des 14 finales de tournois qu'il a atteintes. Mais Andrei Negoita a surtout eu le privilège d'être sélectionné pour participer aux Masters de l'Association Francophone de Tennis dans la catégorie « Jeunes garçons de moins de 9 ans II », un rendez-vous qui regroupe les 2 meilleurs joueurs de chaque province. Il ne s'y est incliné qu'en finale et peut donc être considéré comme le 2e meilleur joueur francophone de sa catégorie en Belgique.

2e : Lars Grahn

C'est sur la piste du stade Fallon et sous le maillot du Royal White Star AC que cet athlète de 15 ans, originaire de Finlande, peaufine ses qualités de détente. Au cours de la saison en plein air, il a connu la joie d'inscrire 3 titres sur sa carte de visite dans la catégorie des cadets: champion de la Région de Bruxelles-Capitale en longueur et de la Ligue Belge Francophone d'Athlétisme en triple-saut, c'est surtout sa médaille d'or, dans cette même discipline, aux championnats de Belgique qui a couronné le beau parcours sportif de Lars Grahn en 2016.



3es : Nina & Lily Pinzarrone

Dans la vie de tous les jours comme sur les patinoires, ces 2 sœurs sont inséparables. Il n'est donc pas étonnant de les retrouver ensemble à la 3e place. À respectivement 9 et 11 ans, elles sont bien sûr membres de l'équipe belge dans leurs catégories d'âge avec de jolis résultats à la clé dans les compétitions internationales. Le niveau remarquable atteint par ces patineuses sur glace woluwéennes a permis à Nina Pinzarrone, championne nationale en catégorie « Pré-novice », d'être la plus jeune



Belge autorisée à s'aligner parmi les séniores, tout comme sa sœur Lily.

4e: Carina Iacos

Les spécialistes voient en cette petite gymnaste, affiliée au club Brussels GR, la candidate toute trouvée à la succession d'Anaïs Collin, une référence dans la dis-



cipline en Belgique et lauréate des « Victoires de l'Avenir » en 2013 et 2014. Championne de Belgique de gymnastique rythmique dans sa catégorie, Carina lacos a complété sa collection de médailles en grimpant sur les podiums de plusieurs compétitions internationales, en Belgique et à l'étranger.

5e: Luca Ferrari



Comme Nicolas Collin, ce jeune grimpeur de 14 ans s'adonne à sa passion de l'escalade dans la superbe salle de la Stone Climbing Factory. Outre une victoire lors du championnat de Belgique dans sa catégorie, Luca Ferrari a cumulé plusieurs podiums à l'occasion de différentes manches de la coupe de Belgique et s'est plutôt bien débrouillé lors de celles comptant pour la coupe d'Europe des jeunes.

« Victoires du Sport » Prix collectif

1er : Royal Wolu Plongée Club



Organisé en juin dernier en Italie, le championnat du monde d'apnée en piscine CMAS a réuni 45 compétiteurs représentant 11 nations différentes dont la Belgique. Trois membres du Royal Wolu Plongée Club faisaient partie de la sélection nationale. Si aucun n'est parvenu à atteindre le podium, tous ont quand même établi de nouveaux records de Belgique à cette occasion: Isabelle Gillet, en apnée dynamique mono-palme, Marc Verstappen, en apnée dynamique bi-palmes, et Marc Frogniet, en apnée statique.

2e : Brussels Kangaroos

Cela faisait 6 longues années qu'elle piaffait d'impatience dans l'antichambre de l'élite. La persévérance a fini par payer ! À l'issue de la saison 2016 et grâce à un noyau parfaitement équilibré,



composé de joueurs d'expérience et de jeunes formés au sein du club, l'équipe masculine des Brussels Kangaroos est parvenue à rejoindre la nère division du championnat de baseball où elle défendra ses chances avec enthousiasme dès le printemps prochain.

3e : Royal Wolu Tennis Club

Emmenés par leur capitaine, Luc Duchenne, ces fines raquettes ont réussi, durant la saison en plein air, un remarquable parcours dans les compétitions interclubs. Le titre de championne de Brabant décroché par l'équipe des Messieurs 55 Il du Royal Wolu TC lui a donné des



ailes puisqu'elle a, dans la foulée, coiffé la couronne de championne de Belgique inter-régions.

« Victoires de l'Avenir » Prix collectif

1er: Royal Linthout Basket Club

Réunis autour du ballon orange depuis leur plus jeune âge, les membres de cette équipe sont particulièrement soudés. Beaucoup fréquentent la même école secondaire, voire la même classe, et ils partagent, pour la plupart, des activités de loisirs en dehors des terrains de sport. Autant d'éléments qui, conjugués à leur assiduité aux entraînements, ont cimenté l'exemplaire cohésion de cette bande de potes. Cette cohésion qui a permis aux Minimes du Royal



Linthout BC, par ailleurs reconnus pour leur fair-play, de soulever la coupe de Brabant en mars dernier.

2e : Royal Léopold Football Club

L'équipe des U9 du Royal Léopold FC a quasiment réalisé un carton plein en championnat avec 27 victoires sur 30 rencontres disputées mais s'est surtout distinguée à l'occasion de plusieurs tournois. La belle série a commencé en hiver, lors du prestigieux Challenge Sljivo où ces jeunes footballeurs ont atteint les 1/8es de finale dans un contexte très relevé. Ils ont ensuite enchaîné les prestations convaincantes : finalistes du « Tournoi de la Région de Bruxelles-Capitale », sur leur terrain du stade Fallon, et de la réputée « Sodexho Cup »,



à Rebecq, avant de remporter le tournoi de Perwez. Enfin, début juin, ils ne se sont inclinés que sur le plus petit écart, en match amical, face à l'équipe chinoise de Dayu FC, finaliste de l'important « Brussels Soccer Tournament » du stade Roi Baudouin.

3e : Royal White Star Athletic Club

Âgées de 14 ou 15 ans, ces demoiselles qui défendent les couleurs du Royal White Star AC forment un groupe bien soudé. Lors de la saison sportive 2015, alors qu'elles évoluaient dans la catégorie « Minimes », elles avaient remporté le championnat interclubs de la Région de Bruxelles-Capitale. Désor-



mais cadettes, elles ont brillamment remis ça en 2016. Qui plus est en dominant de la tête et des épaules les jeunes athlètes de l'Excelsior Bruxelles, considéré comme l'un des meilleurs clubs d'athlétisme de Belgique.

Prix spécial du jury

United Basket Woluwe (Équipe U14 Régionaux)

Membres de comité méritants

Els De Brabander et Marc Sanglier (Goju-Ryu Karaté-do Bruxelles)

Distinction particulière

Michaël Zajonc et Émilien Staf (Brussels Kangaroos)

Mentions spéciales du jury

Lysiane Bourgeois et Christiane De
Keukelaere
(Cyclo Woluwe-Saint-Lambert)
Brussels Lacrosse Club
École des jeunes du Kibubu
Rugby Club

Prix spécial de l'échevin des Sports

Michaël Dutrieux

(La Rasante Hockey Saint-Lambert)

Toutes les photos de la cérémonie peuvent être consultées dans la galerie du site :

www.dynamic-tamtam.be



Pour le plus beau jour les plus belles fleurs...

Depuis 5 générations, nous partageons notre passion: l'amour pour la nature, les fleurs et les plantes.

Juliane, Myriam et Jolien Movaert

Créations florales toutes circonstances

Heures d'ouvertures Mardi de 13h30 à 19h00 Du mercredi au samedi de 8h00 à 19h00 Dimanche et jours fériés 9h00 à 16h00 Fermé le lundi







Movaert Florist

CLAP 8e POUR « DANCITÉ JAZZ »

18 et 19 février 2017 | Wolubilis

« Dancité Jazz », ce sont des moments privilégiés de rencontres, d'échanges et de prestations artistiques qui visent à mettre le jazz en lumière, à faire découvrir, apprécier et évoluer ses multiples facettes tout en valorisant ce style de danse et ses acteurs en Belgique. Dans notre pays, nombre de danseurs, créateurs et professeurs vivent pour et par le jazz mais, paradoxalement, celui-ci ne se trouve que trop rarement au centre de grands rassemblements chorégraphiques.

Au départ de ce constat, Alexandra Verbeure, la directrice d'Alaeti Dance Center, école implantée sur le site de Wolubilis, a souhaité réagir. En 2009, épaulée par Brenda Ingenito, chorégraphe et professeur dans sa structure, elle a eu l'idée de créer un grand rendez-vous annuel ouvert au public. Le succès a immédiatement couronné ce projet et les 18 et 19 février prochains, « Dancité Jazz » fêtera son 8e anniversaire.



Environ 500 danseurs et près de 40 chorégraphes belges sont attendus pour l'événement dans l'enceinte de Wolubilis et trois spectacles différents, de grande qualité, seront présentés sur scène, assurés à chaque fois par une vingtaine d'écoles ou compagnies différentes. Les représentations programmées en soirée (samedi à 20h30 et dimanche à 20h) mettront en scène des danseurs, adolescents et adultes, de niveau avancé ou professionnel tandis que le dimanche après-midi (14h) ce seront de jeunes talents, âgés de 9 à 16 ans, qui évolueront sous les feux des projecteurs.

Renseignements : info@dancite.be - www.dancite.be

CARNAVAL ET PÂQUES SUR LES COURTS

Du 26 février au 3 mars et du 3 au 14 avril 2017 | Stade Fallon



Noël est dans le rétro mais pour l'équipe de la Wolu Tennis Academy, les vacances de Carnaval (du 26 février au 3 mars) et de Pâques (du 3 au 14 avril) sont déjà dans le viseur avec, comme de coutume,

différentes formules de stages. Des activités essentiellement basées sur le plaisir du jeu, organisées sur les courts du stade Fallon (avenue J.F. Debecker 54) et encadrées par des professeurs qualifiés. En plus des modules habituels, en demi-journées et journées complètes, exclusivement consacrés à la pratique du tennis (baby-tennis à partir de 3 ans 1/2, mini-tennis à partir de 6 ans et tennis à partir

de 9 ans), d'autres se présenteront sous forme combinée avec une animation complémentaire (Tennis/Multisports, Tennis/« Sport Fun - Anglais » ou encore Tennis/« Défis Matchs » en collaboration avec d'autres clubs sportifs). Durant la première semaine des congés de Pâques, une formule prévoyant la participation, avec coaching, à un tournoi officiel sera également accessible. Sans oublier les stages pour joueurs adultes en soirée. S'ils le souhaitent, ceux-ci auront aussi l'occasion de participer à des mini-cycles « Découvertes » ou « Perfectionnement » étalés sur 5 semaines à partir du 17 avril

Renseignements:

02 770 03 44 - info@tennis-wslw. be - www.tennis-wslw.be - www. facebook.com/wolutennisacademy

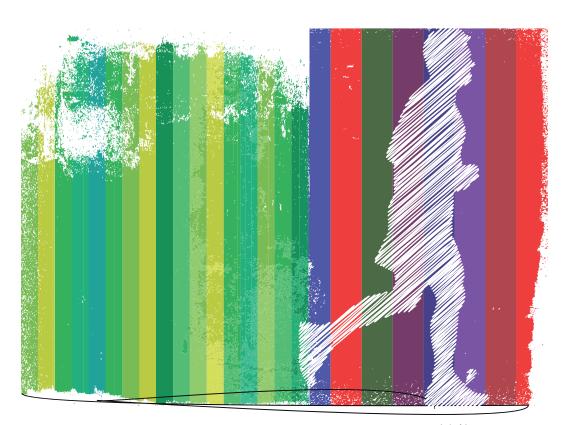
REPRENDRE LE SPORT PROGRESSIVEMENT : POURQUOI ET COMMENT ?

9 mars 2017 | La Rotonde

En cette période toujours riche en excellentes résolutions, l'idée de se remettre en mouvement, via une activité physique régulière, en aura très certainement effleuré plus d'un(e)! Le thème choisi pour la première « Rencontre du Sport » de l'année arrive donc à point nommé puisque la conférence/débat qui se tiendra le jeudi 9 mars, à 19 heures, dans la salle « La Rotonde » du stade Fallon (avenue J.F. Debecker 54) aura pour titre « Reprendre le sport progressivement : pourquoi et comment ? ».

Le sujet n'intéressera bien sûr pas uniquement celles et ceux soucieux de gommer les traces des récents excès festifs. D'innombrables raisons peuvent en effet avoir entraîné une suspension plus ou moins longue d'une activité physique ou sportive habituelle : blessure, accident, maladie, intervention chirurgicale, grossesse, baisse de motivation,... Ces arrêts, parfois brutaux, ont de multiples répercussions sur l'organisme, au niveau de la physiologie générale mais aussi d'un point de vue neurologique, osseux ou encore musculaire. La conférence abordera ces aspects particuliers et souvent méconnus tout en détaillant aussi les échelons à gravir progressivement pour que le corps puisse s'adapter en cas de reprise souhaitée.

Celle-ci nécessite, par ailleurs, une approche psychologique spé-



© designfgb

cifique non négligeable dont les contours seront également analysés à l'occasion de cette soirée qui pourra, une fois de plus, compter sur la participation d'experts universitaires de renom. Des intervenants qui vous indiqueront la marche à suivre pour vous remettre en forme, avec quelle intensité de pratique et volume d'entraînement, ainsi que les priorités à observer au fur et à mesure du programme graduel de reprise. La conférence, à laquelle l'accès

est gratuit, se terminera par une séance de « questions/réponses ». Pour des raisons de bonne organisation, il est demandé de s'inscrire préalablement à l'adresse suivante : sport@woluwe1200.be

Notez déjà les prochains rendez-vous des « Rencontres du Sport » :

• 27 avril 2017 : « Le vélo sous toutes ses formes »

- 5 octobre 2017 : « Yoga, taï chi, pilates, hatha yoga, qi gong,... : ces méthodes douces pour la remise en forme sont-elles sans risques ? »
- 9 novembre 2017 : « Le sport estil tellement bon pour la santé ? »

Renseignements : services de l'échevin Éric Bott - 02 776 82 56



DU CÔTÉ DU POSÉIDON

Améliorer sa confiance en soi grâce à la pratique du tai chi chuan

améliorer sa confiance en soi.

Professeur: Carlos Lemos.



L'objectif du tai chi est d'apprendre à utiliser son corps de manière plus naturelle et détendue dans son quotidien. Cette discipline se compose d'exercices d'étirements, de mobilisation de la structure musculaire et articulaire, de correction posturale et d'enracinement, à l'arrêt et en mouvement.

De nombreuses études cliniques en ont confirmé les bienfaits tant au niveau de la santé cardiovasculaire que dans les domaines de la gestion du stress, la respiration, l'équilibre, la concentration, etc. Sans omettre l'aspect méditatif!

Les progrès s'appuient sur une régularité de la pratique. Les participants travaillent en groupe et avec des partenaires dans une approche ludique mais codifiée. Celle-ci permettra à chacun(e) d'apprendre à gérer ses processus internes et à

Carlos pratique le tai chi depuis 17 ans, ainsi que le qi gong et la mindfulness. Il est enseignant à l'école *Equilibre en mouvement* qui transmet la tradition Yang, dans la lignée des Maîtres Cheng Man-Ch'ing et Huang Sheng Shuan.

Jeudi, de 10h à 11h et de 12h30 à 13h30 Prix: WSL/Crainhem: 9,60 € /cours
- Autre commune: 10,15 € /cours
- Abonnement 10 séances: 86,25
€ (WSL) /92,25 € (hors commune)

6ème édition du Zumba Marathon

En 2012, le Poséidon accueillait son premier « marathon » de zumba. Fort d'un succès qui a grandi d'année en année, l'événement est aujourd'hui devenu incontournable. La 6ème édition devrait tenir toutes ses promesses car les organisateurs ont décidé de mettre les petits plats dans les grands!

Ainsi, le nombre de professeurs spécialisés qui animeront ce rendez-vous sera sensiblement augmenté par rapport aux années précédentes. Autre nouveauté dans le cadre de ce millésime 2017, ce Zumba Marathon sera organisé au profit de la lutte contre le cancer, une action qui tient particuliè-

rement à cœur à Fuji Nakamura, professeur de zumba au complexe sportif Poseidon et véritable maîtresse d'ouvrage de ce rassemblement depuis sa création.

Elle vous attend nombreux, le dimanche 30 avril, de 14h à 17h, dans la grande salle omnisports pour 2 heures de déhanchements, en famille ou entre amis, aux sons des rythmes de salsa et de merengue. Bloquez la date dans votre agenda et passez le mot autour de vous!

Prix: 10 € en prévente et 15 € le jour même, 5 € pour les enfants en dessous de 12 ans.

Infos: www.poseidon-wslw.be Suivez l'actualité du Poséidon sur Facebook/Complexe sportif Poséidon





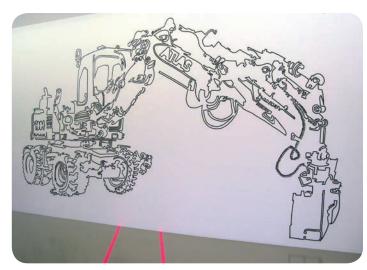
C'est le vendredi 24 mars que les lignes d'eau de la piscine accueilleront plusieurs centaines de jeunes nageurs, issus des établissements primaires de Woluwe-Saint-Lambert, à l'occasion des Jeux interscolaires de Natation. Le tout sous les encouragements de centaines de supporters enthousiastes!

Au menu de cette fin d'après-midi aquatique qui débutera sur le coup de 18 heures : un parcours ludique par équipes, dans le bassin d'apprentissage, pour les enfants de 1ère primaire, suivi, dans la piscine principale, d'épreuves de relais pour ceux de 2ème, 3ème et 4ème puis de courses individuelles sur 50 mètres pour les plus grands.



LOUIS THEILLIER EXPOSE

Du 20 au 26 janvier 2017 | Maison de la Jeunesse



Ses champs d'action vont de la photo à la bande dessinée en passant par le pop-up ou encore la sculpture. L'exposition de ses créations, intitulée Plastic Zen, que Louis Theillier présentera, du 20 au 26 janvier (vernissage le vendredi 20 à 17h) à la Maison de la Jeunesse (avenue Prekelinden 78), sera cependant plus particulièrement consacrée à des séries de dessins qu'il a réalisés, au fil des années, parallèlement à son travail d'auteur de BD.

L'artiste explique que son dessin permet de passer du concret à l'abstrait selon notre distance par rapport à lui : « De près, c'est un enchevêtrement de lignes, poursuit-il, un labyrinthe qui semble aléatoire et qu'on peut parcourir. Et c'est lorsqu'on s'éloigne du dessin qu'une forme presque physique nous saute aux yeux. Les formats sont assez grands pour

pouvoir s'y plonger et expérimenter. Cette manière de dessiner constitue un jeu plastique avec ses règles et contraintes propres qui, paradoxalement, permettent une grande liberté, un plaisir de faire qui se ressent dans l'œuvre une fois finie ». À découvrir!

L'accès est gratuit et l'expo peut être visitée tous les jours, de 9h à 17h

Renseignements : services de l'échevin Éric Bott 02 732 28 37 info@wolu-jeunes.be



Ristorante - Pizzeria

Avenue des cerisiers, 198 - 1200 Woluwe-St-Lambert TEL: +32 (0)2 772.67.33 FAX: +32 (0)2 779.09.81

Ouvert de 12h à 14h30 et de 18h30 à 22h30 Fermé le mercredi et le samedi midi

Terrasse & Jardin

ww.mare-monti.b

Bon pour un apéritif maison Validité : janvier - février - mars 2017

« LES MUSICALES » : DYNAMIC ONE PREND LE RELAIS

24 février & 24 mars 2017 | Maison de la Jeunesse

En mars 2016 et à l'instigation l'échevin Éric Bott, Wolu Jeunes avait lancé un projet musical dont le principe était assez simple : présenter, à la Maison de la Jeunesse (avenue Prekelinden 78), 6 concerts acoustiques sur l'année en offrant l'hospitalité d'un soir à de jeunes talents, chanteurs et musiciens francophones. Cette saison inaugurale trouvera tout logiquement son prolongement cette année sous l'appellation « Les Musicales de Dynamic One », du nom de la nouvelle web-radio de Wolu Jeunes.



C'est un artiste bruxellois qui montera le premier sur scène, le vendredi 25 février à 20h30, pour un set d'une petite heure. Auteur-compositeur-interprète autodidacte, Stefan Gillis a débuté son projet musical en 2012. Il donne régulièrement des concerts dans différents bars de notre capitale, participe à des télé-crochets et a déjà à son actif un EP de 5 titres, intitulé « Transparence » et sorti il y a deux ans. Un second est en préparation. Principalement influencée par Sébastien Tellier ou encore Damien Saez, sa musique est un subtil mélange de rock alternatif et de pop électronique, accompagnant des textes essentiellement en français.

Le rendez-vous suivant, prévu le vendredi 24 mars, toujours à 20h30, se déclinera sur le thème « Hip-hop/Rap » avec pas moins de trois invités. Tout d'abord, Quendryk, un chanteur luwéen de pure souche, né à Woluwe-Saint-Lambert et qui y a suivi toute sa scolarité. C'est également dans notre commune qu'il a fait ses premiers pas d'artiste avec des prestations à la Maison des Jeunes Le Gué ou encore sur les ondes de la web-radio de Wolu Jeunes. Ce jeune homme s'est déjà distingué à l'occasion de plusieurs concours, entre autres en terminant 4e du « Street Talent » à Molenbeek et en remportant récemment les présélections des « Nocturnes de l'ULB ».





Ensuite, KLD, Bruxellois d'origine belgo-marocaine. Passionné par le rap depuis toujours, il écrit et compose dès 14 ans pour enregistrer son premier morceau deux ans plus tard. Après des débuts au sein du Collectif HtB et une participation à la compilation « Le temps d'une écriture », le jeune artiste décide de voler de ses propres ailes. Il entame ce projet solo en enchaînant les sons sur YouTube avant de sortir, en 2013, « L'homme à la plume noire », un maxi 5 titres qui comptabilisera plus de 4.000 téléchargements et quasi 1 million de vues, dont plus de 600.000 pour le seul clip « I miss you ». Depuis, KLD a poursuivi son parcours musical, entre autres, en produisant deux mixtapes comprenant des featurings avec Wesaca et Ryad & Ihr notamment.

Le troisième artiste à monter sur scène à l'occasion de cette soirée sera JDogg, de son vrai nom Mukelenge Wa Mukelenge, en référence au rappeur et acteur américain

Snoop Dogg. Lui aussi a fait partie du Collectif HtB, où il a rencontré Zela, avec laquelle il apprécie chanter, et a activement contribué à la création du CD « Le temps d'une écriture », produit par Wolu leunes. L'écriture, de textes et de poèmes, qui d'ailleurs, sans doute plus que la musique, constitue sa



véritable passion. Le 24 mars, c'est cependant sur des notes qu'il posera les mots grâce à de nouvelles créations ciselées dans son style intimiste si caractéristique.

Renseignements: services de l'échevin Éric Bott 02 732 28 37 info@wolu-jeunes.be

TOUT CE DONT VOTRE JARDIN A BESOIN!



- des articles de jardinage
- s tondeuse
- produits de décoration

LE MAGASIN EST OUVERT DU MARDI AU SAMEDI DE 10H00 À 18H00 ET LE DIMANCHE DU 15 AVRIL AU 15 JUIN DE 10H00 À 13H30.



CHAUSSÉE DE LOUVAIN 7 N FACE DU TRAFIC ET EN-DESSOUS 1932 SINT-STEVENS-WOLUWE

+32 2 721 80 47

www.barbecues.be

L'UNIVERS DE GERMAIN JAMMERNEGG À LA MAISON DE LA JEUNESSE

Du 24 au 30 mars 2017 | Maison de la Jeunesse



C'est au collège, à l'âge de 14 ans, que Germain Jammernegg découvre la peinture à l'huile dans le cadre de cours artistiques sous la direction de Gaspard Schlumberger. Le coup de foudre pour cette technique est immédiat et le créateur n'abandonnera plus jamais celle-ci. Lors de sa dernière année

de lycée, c'est la BD qui lui fera les yeux doux. Ainsi va naître et, petit à petit, grandir son désir de raconter des histoires d'une manière bien à lui.

La voie de l'artiste est toute tracée. En 2007, il entre à l'Académie Royale des Beaux-Arts de Tournai et y suit une première année en bande dessinée, sous la houlette d'Antonio Cossu, avant de bifurquer vers la section Illustration où il bénéficiera des conseils de Thierry Umbreit jusqu'en 2013. Tant dans le graphisme que dans la narration, les sources d'inspiration de Germain Jammernegg sont diverses, d'Enki Billal à Pascal Rabaté en passant par Claude Monet, Edward Hopper, Léon Spilliaert ou encore son premier professeur de peinture, Gaspard Schlum.

Aujourd'hui illustrateur et graphiste indépendant, il anime aussi des ateliers de pratiques artis-



POUR PENSER AUX VACANCES TOUTE L'ANNÉE!

Activités pour les 12/20 ans
Maison de la Jeunesse
Avenue Prekelinden, 78 - 1200 Bruxelles
02 732 28 37 - info@wolu-jeunes.be
www.wolu-jeunes.be





tiques dans des écoles, prisons et centres sociaux. L'opportunité d'apprécier son talent vous sera offerte du 24 (vernissage à 18h30) au 30 mars prochain à la Maison de la Jeunesse (avenue Prekelinden 78). L'expo est accessible du lundi au vendredi, de 9h à 17h, ainsi que le samedi, de 13h à 18h.



Renseignements : services de l'échevin Éric Bott 02 732 28 37 info@wolu-jeunes.be.

FAOUZIA CHARFI, INVITÉE DE MARQUE POUR LA JOURNÉE INTERNATIONALE

DE LA FEMME

8 mars 2017 | Wolubilis



Instaurée au début du siècle dernier, la « Journée internationale de la Femme » a aujourd'hui pour objectif symbolique de rappeler que, même si au fil des décennies le statut des femmes s'est considérablement amélioré, l'égalité est loin d'être acquise dans tous les domaines. Une nouvelle fois associés dans le cadre de cette journée particulière, et en collaboration avec la direction de la programmation artistique du centre culturel de Wolubilis, Isabelle Molenberg, échevine de l'Égalité des Chances, et Éric Bott, échevin de la Jeunesse et de la Vie associative, vous convient à ve-

nir assister, le mercredi 8 mars à 20h, à une conférence/débat autour des femmes et de leur place dans l'histoire et la culture.

Cette conférence sera présentée par Béatrice Delvaux, éditorialiste en chef du journal Le Soir, et son invitée principale sera la physicienne et professeure à l'Université de Tunis, Faouzia Charfi. Également femme politique, celle-ci est l'auteure de « La science voilée », aux éditions Odile Jacob, un véritable plaidoyer en faveur de la rationalité qu'elle propose comme rempart à la résurgence de l'islamisme et de la superstition. La soirée sera aussi agrémentée de lectures d'extraits de « Rêves de femmes, une enfance au harem » de Fatima Mernissi, par la comédienne Geneviève Damas, et de chants interprétés par la soprano Soumaya Hallak.

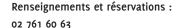




Photo de FOCUSxFOCUS



TA RADIO, ZERO PUB!

Webradio 100% JEUNES

www.facebook.com/radiotamtam

EMBARQUEMENT IMMÉDIAT POUR LES RIVES DU GANGE

25 mars 2017 | La Rotonde

L'équipe de Focus Femmes/Focus Filles a le chic pour nous faire voyager. Autour du globe ou dans le temps! Au gré des thèmes choisis, la grande soirée multiculturelle et festive qu'elle chapeaute tous les ans a, en effet, déjà amené les participants aux quatre coins du monde (Argentine, Espagne, Brésil, Orient, Afrique de l'Ouest) et, lors de sa dernière édition, dans les années 30 à 50 pour y redécouvrir le rock & roll de l'époque.

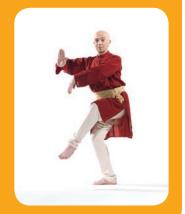
Retour, le samedi 25 mars 2017 à partir de 19h3o, dans la salle La Rotonde (avenue J.F. Debecker 54), au dépaysement géographique avec un périple, chorégraphique mais aussi gourmand, de quelques



Éric Rozen, légende de la danse indienne

Éric Rozen a débuté l'apprentissage du Bharatanatyam avec Jetty Roels avant de rencontrer, par la suite, Monica Kunz qui deviendra son professeur et le présentera à son propre guru, Nirupama Rajendra de Bangalore, en Inde. Depuis, il rend visite à ce maître chaque année afin de bénéficier de ses précieux conseils. Véritable passionné, fasciné par l'histoire, la technique et la beauté de cette danse, Éric Rozen l'enseigne à Bruxelles depuis 2001.

Infos complémentaires : ericrozen.org/nadabrahma/bharatanatyam

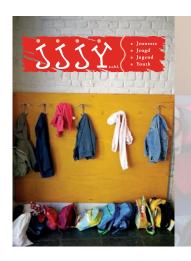


heures en Inde. Cette invitation au voyage sera plus particulièrement centrée sur le Bharatanatyam, l'une des multiples danses pratiquées dans le pays, qui célèbre l'univers éternel par la beauté du corps matériel.

Depuis plus de 2.000 ans, ce style, autrefois exclusivement pratiqué dans les temples, est transmis de maître à disciple. Ce soir-là, il sera magnifiquement mis en valeur par Éric Rozen, accompagné par sa troupe en costumes traditionnels, au fil d'un répertoire virevoltant du spirituel au carrément festif.

Le scénario de ce dîner-spectacle très coloré comprendra une initiation au Bharatanatyam, ouverte à tous, et sera ponctué, comme chaque année, par une soirée dansante animée par Sonocturne à partir de 22 heures. Le prix d'entrée est fixé à 25 € (apéritif + repas + soirée / 10 € pour les enfants de moins de 12 ans) et, pour des raisons de bonne organisation, les réservations sont obligatoires.

Renseignements et réservations : 02 734 14 31 z.boundouhi@woluwe1200.be



Stages sportifs, artistiques, scientifiques, créatifs, ludiques,... pour les enfants de 2 ans ½ à 12 ans.

Activités multiples et sportives, les samedis matin.

Organisations de fêtes d'anniversaire

Ciné-Club « La Tribu des p'tits Mickey's », tous les dimanches (15h). Entrée gratuite.

JJY-Xtra: structure adaptée permettant aux jeunes de 6 à 14 ans, atteints d'un handicap, d'intégrer certaines des activités de loisir grâce à un encadrement personnalisé (02 734 14 31 – jjjyxtra@jjjy.be).

Avenue du Couronnement 65 - 1200 Bruxelles • 02 762 14 95 • info@jjjy.be • www.jjjy.be

SOIRÉE « WOLUÉNERGIE » : SUR LE CHEMIN DE LA SAGESSE

25 avril 2017 | Collège Don Bosco

Il y a 10 ans tout pile s'ouvrait le premier chapitre du projet « WoluÉnergie » dans le cadre d'une campagne européenne l'énergie durable. Au fil de ses éditions successives, le rendez-vous a certes vu son scénario global régulièrement modifié mais son socle est resté le même : proposer, chaque année, au public un long métrage visant à éveiller une réflexion sur les enjeux écologiques, économiques ou sociaux auxquels le monde doit faire face. Cette activité est désormais organisée à l'initiative conjointe des échevins Éric Bott et Grégory Matgen



d'enfance qui ont décidé de tout quitter pour aller questionner la marche du monde. Tissé autour de rencontres authentiques, leur voyage initiatique, sur plusieurs continents, est une invitation à reconsidérer notre rapport à la nature, au bonheur et au sens de la vie.

Au départ du sombre constat qui présente notre société occidentale comme prisonnière d'une logique engendrant plus de destructions, d'injustices et de frustrations que d'équilibre et de bien-être, les



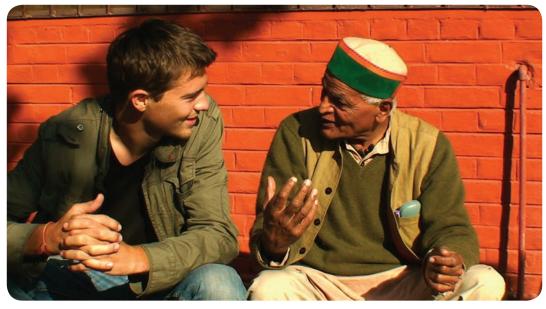
deux réalisateurs cherchent à comprendre ce qui a conduit aux crises actuelles et d'où pourrait venir le changement. Ils en arrivent à la conclusion que, pour sortir de l'impasse, ce n'est pas de plus de savoir, de technologie ou de croissance que les hommes ont besoin, mais de plus de recul, de bon sens et de sagesse!

L'entrée est gratuite. Cependant, pour des raisons de bonne organisation, il est demandé aux personnes intéressées de réserver leur(s) place(s) auprès des services de l'échevin Éric Bott 02 732 28 37

info@wolu-jeunes.be



Le choix s'est porté, cette fois, sur le documentaire « En quête de sens », réalisé par Nathanaël Coste et Marc de la Ménardière, primé dans plusieurs festivals et qui sera projeté le mardi 25 avril 2017, à 19h30, dans la salle des conférences du Collège Don Bosco (chaussée de Stockel 270). Ce film est l'histoire de deux amis





LA ROTONDE

- Salle pour banquets, soirées, conférences, séminaires, expositions...
- Capacité d'accueil jusqu'à 200 personnes.
- Cuisine équipée à usage professionnel.
- Matériel de projection, régie son et jeux de lumières à disposition.
- Accès aisé et vaste parc de stationnement.
- Tarifs réduits en semaine.
- Renseignements et réservations : 02 770 03 48
- Avenue J. F. Debecker, 54 1200 Woluwe-Saint-Lambert

WOLU CYBER: NOUVELLE ANNÉE, NOUVEAUX CYCLES DE FORMATION!

De janvier à mai 2017 | Cyber de Wolubilis



Dès le mois de janvier, Wolu Cyber entame de nouveaux cycles de formations. Et comme toujours, le programme, détaillé ci-après, s'est enrichi de quelques thèmes abordés pour la toute première fois dans ce cadre.

CYCLES DE 6 SÉANCES

Initiation à Internet

Il y en a qui appréhendent le « surf » ou ne trouvent systématiquement jamais ce qu'ils recherchent sur la toile... Cette formation est faite, sur mesure, pour eux ! Six matinées consacrées à l'utilisation pratique d'Internet, enrichies d'explications claires et précises de même que de nombreux exercices qui permettront bien vite aux participants de naviguer les yeux (quasi) fermés, d'envoyer leurs emails sans souci,...

Les lundis 23/01, 30/01, 6/02, 13/02, 20/02 et 6/03

Les mardis 21/03, 28/03, 18/04, 25/04, 02/05 et 09/05

Initiation à la gestion et à la retouche des photos numériques

Grâce à la possibilité de voir immédiatement le résultat sur un écran, la photo numérique s'apparente, pour beaucoup, à un jeu d'enfant. En revanche, il n'est pas toujours aussi simple de savoir comment rapatrier ses clichés vers l'ordinateur ou les organiser. Ce cours

montre la voie en même temps qu'il dévoile quelques techniques de retouche, simples (correction de la luminosité, du contraste et des couleurs,...) ou même un peu plus complexes (suppression d'un élément de l'image,...). La 1ère session vise clairement l'initiation, la 2e permettra d'apprendre à maîtriser des éléments plus avancés.

Les mardis 24/01, 31/01, 7/02, 14/02, 21/02 et 7/03 (niveau débutant)

Les lundis 20/03, 27/03, 24/04, 8/05, 15/05 et 22/05 (niveau intermédiaire)

Initiation à l'utilisation d'un ordinateur sous Windows 10 - niveau débutant

Une première approche, pas à pas, pour ceux qui n'ont jamais touché à un clavier ou à une souris, voire une remise à niveau efficace pour d'autres qui disposent déjà d'une petite expérience de manipulation. Cette formation a pour objectif de fournir, à chacun, de bonnes bases

Les mercredis 25/01, 1/02, 8/02, 15/02, 22/02 et 8/03

NOUVEAUTÉ:

Créer un site Internet et/ou un blog avec WordPress.com

Créer un site Internet n'est pas chose aisée : il faut jongler avec les serveurs, des langages de programmation, etc. Heureusement, il existe des systèmes qui simplifient la tâche en permettant de créer un site ou un blog en quelques clics via une interface graphique très proche de celle d'une boite mail. Cette matière sera abordée au travers de WordPress.com dont le moteur équipe, selon leurs dires, 26% des sites Internet.

Les jeudis 23/03, 30/03, 20/04, 27/04, 4/05 et 11/05

Initiation à Windows 10 - niveau intermédiaire

Cette formation s'adresse plus spécifiquement à ceux qui ont déjà des bases mais aimeraient aller un peu plus loin dans l'utilisation de leur système d'exploitation, comme les bureaux virtuels, les notifications, etc. L'occasion, aussi, de se familiariser plus avant avec l'ensemble des petites nouveautés qu'offre Windows 10.

Les mercredis 22/03, 29/03, 19/04, 26/04, 3/05 et 10/05

Initiation à Microsoft Word et Excel

Une approche moins approfondie que celle des formations dédiées, certes, mais qui permettra aux participants de maîtriser rapidement les deux logiciels (mise en page rapide et efficace dans Word, présentation claire de tableaux et réalisation de calculs simples dans Excel).

Les vendredis 27/01, 3/02, 10/02, 17/02, 24/02 et 10/03

CYCLES DE 3 SÉANCES

Initiation à l'utilisation des tablettes numériques (Apple et Android)

Formidable outil de mobilité, à mi-chemin entre l'ordinateur portable et le smartphone, la tablette rassemble de plus en plus d'adeptes. Il faut dire qu'elle cumule les atouts. Cet objet en vogue peut être emporté et utili-

Infos pratiques

Les formations se déroulent de 9 heures à midi dans l'Espace Public Numérique de Wolubilis (rue Lola Bobesco 11 / 1er étage).

Tarifs

	habitants de Woluwe-Saint-Lambert	habitants d'autres communes
6 séances	65 €	90 €
3 séances	35 €	45 €
1 séance	12 €	15 €

Ces montants sont réduits de moitié pour les demandeurs d'emploi et les allocataires du CPAS. Une réduction de 20% est accordée aux titulaires de la carte [1200.

sé partout tandis que sa manipulation, intuitive et simplifiée, le rend particulièrement accessible et déjà suffisant pour celles et ceux qui veulent bénéficier d'un point d'accès à Internet. Les participants doivent se munir de leur tablette.

iPad : les jeudis 26/01, 2/02 et 9/02 ou vendredis 28/04, 5/05 et 12/05

Android : les jeudis 16/02, 23/02 et 9/03

SÉANCES UNIQUES

Publipostage

Le publipostage est une fonction des logiciels de traitement de texte permettant de personnaliser une lettre-type envoyée à un ensemble de contacts fusionnés, au départ d'un tableau Excel. Cette formation s'adresse aux personnes sachant déjà utiliser Word et Excel.

Le vendredi 24/03

Le cloud

Le cloud est un espace de stockage personnel sur Internet, accessible depuis n'importe quel appareil connecté à Internet. Cette formation donnera aux participants toutes les indications pour utiliser ce service de manière optimale. Par souci d'efficacité, c'est l'outil Drive de Google qui sera utilisé pour illustrer cette formation.

Le vendredi 31/03

Sécuriser son PC

En une matinée, les fondamentaux sur les antivirus et autres protections pour le PC seront abordés. L'offre est énorme et cette formation aidera les participants à faire le tri et opter pour l'essentiel. Un accent sera également mis sur l'importance du choix d'un bon mot de passe.

Le vendredi 21/04

Renseignements et inscriptions : services de l'échevin Éric Bott 02 761 60 18 (du lundi au vendredi, de 13h à 18h3o) cybercite@woluwe1200.be



La Planète Rouge, bar & restaurant, vous accueille pour manger ou prendre un verre en toute quiétude, tous les jours, sauf le mardi, de 10h30 à 22h30 (cuisine ouverte de 12h à 14h30 et de 18h à 21h30)

Un cadre entièrement rénové, produits frais, possibilité d'organiser des anniversaires, repas de familles ou de sociétés, et un accueil personnalisé et souriant offert par Jacques et Carine.

SOURISDANSE

Tous les jeudis, Sourisdanse accueille celles et ceux qui souhaitent s'initier ou se perfectionner aux danses de salon, standard et latines, dans la salle de l'école Vervloesem (rue Vervloesem 36). Le club organise aussi, chaque lundi soir (de 19h3o à 22h), un entraînement à Woluwe-Saint-Pierre ainsi que, régulièrement, des événements ponctuels. Ainsi, ne manquez pas la super soirée dansante prévue le samedi 19 mars prochain.

Renseignements:
0475 26 16 13
sourisdanse@skynet.be
www.sourisdanse.be

CHALLENGE INTERSCOLAIRE DE MINI-BASKET

Dixième anniversaire pour le Challenge interscolaire de mini-basket! C'est le samedi 11 mars 2017, dès 9 heures, que les élèves des établissements primaires de Woluwe-Saint-Lambert ont rendez-vous sous les paniers. Orchestré en duo par le service communal des Sports et le Royal Linthout BC, ce challenge est réservé aux enfants de 4e, 5e et 6e années ; un choix délibéré et logique compte tenu, d'une part, de la technicité du sport concerné et, d'autre part, de la superficie limitée des installations - la salle omnisports du complexe sportif Poséidon (avenue des Vaillants 2)



- où sont aménagés les différents terrains, de format réduit, qui accueillent les matchs.

La formule d'organisation a été imaginée afin de permettre à un maximum de jeunes garçons et filles de participer et de s'en donner à cœur joie tout au long de la matinée : équipes de 3 avec nombre illimité de changements autorisés et système de poules qui assurent de jouer d'office plusieurs rencontres quels que soient les résultats.

Renseignements : services de l'échevin Éric Bott 02 776 82 56 sport@woluwe1200.be

Le rythme de vos activités quotidiennes est-il en adéquation avec votre vitalité ? Que faire pour trouver le juste équilibre entre ce que vous souhaitez accomplir et l'énergie que cela demande ? La réponse simple à ces questions est peut-être la pratique du qi gong. Souvent présentée comme une gymnastique douce, cette discipline fait aussi partie des outils thérapeutiques de la médecine traditionnelle chinoise, au même titre que l'acupuncture, la phytothérapie, le tuina (massage), la psychologie et la diététique.

Les exercices, adaptables à tous et exécutés sur un rythme lent, mènent à une détente profonde et un calme intérieur. Ils ont une influence bénéfique sur la forme physique et mentale, sur l'état émotionnel et sur la respiration. En harmonie, ces différents pôles constituent les piliers de la santé. La pratique du qi gong peut-être

envisagée au quotidien, car la régularité porte toujours ses fruits, mais l'intensité est néanmoins à moduler en fonction de l'état physique du moment.

Exécutées de préférence dans une pièce aérée, voire à l'extérieur si les conditions climatiques le permettent, les séances consistent en auto-massages généraux et mobilisations des articulations, en postures statiques, pour faire pénétrer un maximum d'énergie dans l'organisme, en mouvements de qi gong externe, pour faire circuler l'énergie, et en exercices de qi gong interne et de méditation. Une séance-type variera, en outre, en fonction du moment de la journée où elle se déroule.

Il est possible de rejoindre les cours à n'importe quel moment de l'année mais un contact préalable avec la responsable de l'association est souhaité avant la première séance.

Renseignements:
0475 24 22 37
espace.qigong@gmail.com
www.espaceqigong.be

LES SYLPHIDES

C'est dans les installations de l'athénée royal de Woluwe-Saint-Lambert (avenue Jacques Brel 30) que le club Les Sylphides accueille dames et jeunes filles pour ses cours de gymnastique inspirés par la méthode GDS, axée sur le travail

ESPACE QI GONG

Kitencre Woluwe



kitencre woluwe

- COPY SHOP
- IMPRESSION PHOTO à partir de votre carte, clé USB...
- RÉPARATIONS DE VOS PC
- CARTOUCHES & TONERS compatibles originales

LIVRAISON GRATUITE

Avenue Georges Henri, 302 1200 Woluwe-Saint-Lambert

T : 02 734 72 03 | F : 02 736 15 07

woluprint@gmail.com | www.woluprint.be

Horaires Lundi - vendredi : 10h - 18h Samedi : 10h - 16h30

Nocturne le jeudi : 10h - 20h

des chaînes musculaires et articulaires. Ceux-ci se déroulent les lundis, de 19h3o à 20h3o.

Renseignements : 02 770 06 65 - 0473 37 13 57

JE COURS POUR MA FORME

Rien de tel qu'un peu de sport pour faire disparaître au plus vite les signes des petits excès liés à la période festive de fin d'année. Dans cette optique, le concept « Je Cours Pour Ma Forme », dont le peloton s'étoffe de saison en sai-



son, peut être un choix judicieux !
Pour rappel, le principe est simple.
Il s'agit d'un programme de (re)
mise en condition physique par
la course à pied, développé par
l'équipe du magazine « Running
& Santé » Zatopek et accessible à
tous.

Le programme est évolutif et, afin de permettre à chacun de trouver le type d'effort qui lui convient, il se compose de plusieurs modules de niveaux croissants, étalés à chaque fois sur environ trois mois et encadrés par des moniteurs spécialisés. Les prochains cycles ont débuté le 9 janvier selon la répartition suivante : lundi (Niveau 1 – Objectif : 5 km), mardi (Niveau 2 – Objectif : 10 km) et jeudi (Niveau 3 – Objectif : 15 km / Niveau 4 – Objectif : 20 km), à chaque fois à 18h30, au départ de la piste d'athlétisme du stade Fallon (chemin du Struykbeken 2). Il n'est pas trop tard pour s'inscrire...

La participation aux frais pour un module complet est fixée à 20 € pour les habitants de Woluwe-Saint-Lambert (25 € pour les autres), un montant qui couvre les frais d'assurance et donne droit à un carnet d'entraînement personnalisé, truffé de conseils pratiques, ainsi qu'à un exemplaire du magazine « Running & Santé » Zatopek. Notez déjà que les premières foulées de la session suivante (« Printemps ») sont prévues à partir du lundi 27 mars.

Renseignements :
02 770 03 44
fondssportif@woluwe1200.be

ALAETI DANCE CENTER

Outre sa palette de cours très diversifiée (jazz, classique, hip -hop, ragga, contemporain, afro fusion,...), accessibles tout au long de l'année et pour certains à partir de 3 ans, Alaeti Dance Center (rue Lola Bobesco 5) organise aussi des stages, alliant la danse à une autre



activité, pendant les périodes de congés scolaires.

Une petite visite sur le site de l'association (www.alaeti.be) vous permettra de découvrir tous les détails des programmes prévus pour les vacances de Carnaval et de Pâques : « Danse + Chef pâtissier », « Carnaval de Rio », « Les masques en folie », « Intensif Danse » et bien d'autres...

On rappellera, par ailleurs, qu'Alaeti Dance Center présente chaque année, dans le courant du mois de mai, quelques spectacles de fort belle facture auxquels participent tous les élèves. Des moments riches en émotions qui permettent à ceux-ci, du plus petit au plus grand, dans chaque discipline et quel que soit le niveau, de dévoiler en public le résultat d'une année d'effort. Suivez l'actualité de l'école en « likant » sa page Facebook (Alaeti Dance Center).

Renseignements:
0476 78 79 78 - 0478 84 11 18
info@alaeti.be
www.alaeti.be

GOJU-RYU KARATE-DO BRUXELLES

Pour la 5e année consécutive, le Goju-ryu Karaté-do Bruxelles, club de karaté traditionnel d'Okinawa, a organisé un stage international durant le dernier week-end du mois d'octobre. Près de 150 karatékas, en provenance de différents pays européens (Allemagne, Angleterre, Belgique, Danemark, Écosse, France, Pays-Bas, Pologne, République tchèque) et aussi d'Israël, étaient rassemblés. Trois jours durant, des entraînements ont été dispensés, dans le pur respect de







la tradition et sous la direction de 2 maîtres invités, Sensei Masuyama (8e dan) et Sensei Kuramoto (7e dan).

Renseignements: 0472 97 07 40 m_sanglier@hotmail.com www.gojuryu.be

CERCLE D'ESCRIME DE LA WOLUWE

Ils ont visiblement mordu à l'escrime! En décembre, 8 petits débutants, âgés de 5 à 7 ans, ont bouclé leur cycle d'initiation de 14 séances au sein du Cercle d'Escrime de la Woluwe qui a fait de la formation une priorité. Il s'agissait d'une toute nouvelle expérience, lancée en septembre dernier, essentiellement basée sur une approche ludique et développée à l'aide d'un matériel tout à fait adapté. Le succès a donc été au rendez-vous... Pendant ce temps, Iolo, l'un des jeunes fleurettistes plus expérimentés du club a brillé en remportant, à Dinant et Hasselt, les 2 premiers tournois comptant pour le « Circuit des jeunes lames ».

Renseignements : 0478 49 52 52 vanhollebekejj@hotmail.fr www.woluwescrime.be

ESPACE TARAB

À la fois chorégraphe, danseuse et professeur de danse, Béatrice Grognard conjugue, au sein de l'Espace Tarab (chaussée de Roodebeek 96), une connaissance profonde de l'Égypte, une réflexion créative et une approche esthétique originale, célébration d'une féminité puissante et sensuelle, élégante et digne. Son premier métier d'archéologue et historienne de l'art, de même que son désir indéfectible de porter la danse dans une sphère nouvelle, audacieuse et solaire, rythment son cheminement d'artiste et d'enseignante passionnée et généreuse.

La danse théâtrale d'Égypte offre une expression du corps et de l'esprit qui préserve la quintessence des danses ancestrales tout en leur apportant un éclairage contemporain, raffiné et riche ; une exploration de la magnificence des danses et musiques d'Égypte dans le respect du corps, de la personnalité et du parcours ; une « école de vie » où l'on apprend les émotions et leur incarnation dansée ; une odyssée culturelle et intérieure ; une célébration de la féminité sans cliché, une ode

aux femmes de tous âges et de tous horizons. Elle mène aussi à une redécouverte de la liberté, de la légèreté et de la beauté par le mouvement.

Pratiquer la danse théâtrale d'Égypte, c'est explorer l'enracinement et le « poids positif » du corps ; l'isolation de chaque partie de celui-ci ; la fluidité et la tonicité de la colonne vertébrale, des épaules, du cou... ; les variations des bras, poignets et mains ; la puissance et la mobilité du bassin ; la construction progressive et cohérente du geste ; les enchaînements et mouvements « coulés » ; la présence et la confiance en soi.

Parallèlement, Béatrice Grognard dispense aussi des cours dédiés à la conscientisation ainsi qu'au renforcement des abdominaux, à la prévention et aux modes d'action pour éviter et gommer les douleurs dorsales, lombaires et cervicales. Inspirées de la méthode posturo-respiratoire de Gasquet, ces séances d'abdologie sont accessibles à toutes et tous. Elles

s'appuient sur de grandes qualités tant rééducatives que protectrices en s'articulant autour d'un travail de renforcement et d'étirements de l'ensemble des chaînes et groupes musculaires, d'exercices visant notamment à l'amélioration de la respiration, à la correction de la posture, à la protection du périnée, à la tonification et au galbe de la silhouette. Une infinité d'enchaînements dont les bienfaits se ressentent très vite et qui, à moyen terme, transforment le corps en profondeur et s'accompagnent d'effets positifs dans tous les gestes de la vie quotidienne. côté des participant(e)s, les louanges fusent, unanimes, sur la qualité et la créativité des séances...

Notez encore les autres cours accessibles au sein de la structure :

Yoga (02 762 50 11 - aussems. odettep@gmail.com) / Yoga de l'énergie (0473 60 29 16 - yogade-lenergie@hotmail.be) / Qi Gong - Yoga (02 725 21 14 - helene.petre@scarlet.be) / Éveil à la sensualité (0497 81 42 38 - nathbrems@hotmail.com) / Yoga du rire (0477 44 17 34 - severine@alter-nativity.be) / Tai Chi (0472 44 84 98 - r8ebole@outlook.com) / Méthode de libération des cuirasses (0479 50 51 84 - france.guldix@gmail.com).



Renseignements:
0497 87 94 27
www.tarabofegypt.com
Facebook Compagnie Tarab



24/24 & 7/7

Toutes formalités - Ville & Province - Inhumation & Crémation Alle formaliteiten - Stad & Provincie - Begraving & Crematie

Avenue Georges Henri, 303 1200 Woluwe-Saint-Lambert Georges Henrilaan 303 1200 Sint-Lambrechts-Woluwe



Salle de cérémonie et de recueillement Zaal voor plechtigheden en bezoeken



info@funerailles-lits.be www.funerailles-lits.be



ALYSYDA - DANSES GRECQUES

Accessibles à toutes et tous, dès l'âge de 18 ans, les cours organisés par Alysyda s'adressent tant aux profanes qu'aux pratiquants chevronnés. Les nombreuses danses enseignées, issues d'un riche répertoire, reflétant toutes les régions de la Grèce, offrent le charme de la tradition et un apport culturel certain.

Moyen de délassement original, cette activité de danses traditionnelles grecques permettra très certainement aux participant(e)s d'oublier grisaille et froidure ambiantes en les plongeant, l'espace de quelques instants, dans la chaude atmosphère des vacances au soleil. Les cours ont lieu tous les mardis, de 20h à 22h, dans les locaux de l'école Vervloesem (rue Vervloesem 36). L'inscription est possible tout au long de l'année et les deux premières séances sont gratuites moyennant un appel téléphonique préalable.

Renseignements : 02 771 47 74 - 0473 62 28 07

LA WOLUWE DANSE

Après une courte trêve à l'occasion des fêtes de fin d'année, La Woluwe Danse n'a guère trainé pour reprendre le chemin de la salle dont le club bénéficie au sein du complexe sportif Poséidon (avenue des Vaillants 2). Une nouvelle session de cours de danses de

salon (valse, tango, rock,...) vient de débuter mais il n'est pas trop tard pour vous y inscrire. Aucune connaissance ou pratique préalables ne sont requises et la première séance est gratuite.



Renseignements:
02 346 10 12 - 019 63 57 72
info@woluwedanse.be
www.woluwedanse.be

KURISTO

Club de jogging actif depuis de très longues années à Woluwe-Saint-Lambert, le Kuristo rassemble, sous sa bannière, de nombreux passionnés de la course à pied de tous niveaux. Les entraînements, auxquels tout le monde est le bienvenu, ont lieu les mardi et jeudi soir (18h2o), de même que le dimanche en matinée (10h1o), en toutes saisons et quelle que soit la météo.

Le rendez-vous est fixé au stade Fallon (chemin du Struykbeken) d'où partent les coureurs pour



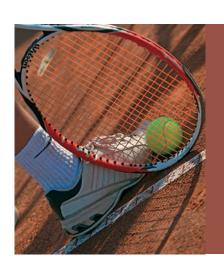
aller sillonner les environs qui regorgent de parcours agréables et verdoyants, dans les parcs avoisinants voire en Forêt de Soignes... Tout au long de l'année, le club participe également à de nombreuses courses sur route sans aucune obligation, toutefois, pour ses membres de s'y aligner.

Renseignements: 02 771 53 25 info@kuristo.be www.kuristo.be

PROJET HANDISPORT AU CENTRE SPORTIF DE LA WOLUWE

Tous les lundis, à 17h3o, le centre sportif de la Woluwe (avenue E. Mounier 87) accueille une activité de danse intitulée « Let's dance together » et développée dans le cadre du projet Handisport. Cette initiative est menée en collaboration avec l'ASBL Le Silex et le soutien de la Commission communautaire française. Le cours est accessible gratuitement à tout le monde, habitués des dancefloors ou débutants, personnes en situation de handicap ou non, jeunes ou moins jeunes. Aucune inscription préalable n'est nécessaire. Alors, dansons ensemble!





WOLU TENNIS ACADEMY

Baby-Tennis • Mini-Tennis • Initiation • Perfectionnement • Entraînement • Compétition

Cours pour joueurs de tous âges et tous niveaux

Stages pendant chaque période de vacances scolaires

Stade Fallon, avenue J. F. Debecker 54 - 1200 Woluwe-Saint-Lambert

02 770 03 44 - 0492 84 53 32 - info@tennis-wslw.be - www.tennis-wslw.be

www. facebook.com/wolutennisacademy

Renseignements:
02 777 13 02
sport@lawoluwe.be
http://lawoluwe.be/fr/sport/
handisport-danse/

BOX'N FIT

Longtemps cantonnée à certains quartiers et pratiquée dans des salles peu attirantes, la boxe anglaise est aujourd'hui devenue l'une des activités préférées des jeunes et des moins jeunes. Sport complet, cette discipline attire aussi de plus en plus de femmes qui y voient un moyen de s'affirmer tout en affûtant leur silhouette et en se forgeant un esprit combatif et un mental d'acier.

Pour celles et ceux que rebute l'affrontement physique, Box'n Fit a développé parallèlement une approche plus récréative, sans risque de blessure, qui se compose d'exercices variés (saut à la corde, abdos, fessiers, gainages, enchaînements techniques,...). Les objectifs : permettre à chacun de se maintenir en forme, d'améliorer ses capacités cardio-pulmonaires, de tonifier l'ensemble des chaînes musculaires, de renforcer son endurance et... de se vider l'esprit.

La pratique du « Noble Art », que d'aucuns considèrent comme une sorte de méditation hyperactive, offre également de nombreux avantages au niveau de la concentration, de la gestion du stress, du dépassement et de la confiance en soi. Les cours proposés par Box'n Fit, tous les mercredis de 18h à 20h dans les installations de

l'école Vervloesem (rue Vervloesem 36), sont ouverts à toutes et tous dès l'âge de 11 ans. Certains sont également organisés sur le site de Sport City à Woluwe-Saint-Pierre. Séance d'essai gratuite.

Renseignements: boxingevolution4u@gmail.com http://boxandfit.wixsite.com/boxand-fit

ENTRECHATS

C'est dans les installations du centre sportif de la Woluwe (avenue E. Mounier 87) qu'Entrechats dispense ses activités. Le millésime 2017 promet d'être singulièrement marquant pour cette école de danse puisqu'elle fêtera, pour l'occasion, ses 20 années d'existence. Du coup, le spectacle annuel qu'elle a l'habitude de pré-



senter sur la scène du Palais des Beaux-Arts de Bruxelles prendra un relief tout particulier. Plusieurs dates sont prévues (12, 13 et 14 mai) et l'ensemble des élèves, de 3 à 20 ans, sera bien sûr associé à cet événement en forme de « best of » et visitant tous les styles de danse, du classique au modern jazz en passant par les claquettes,... enseignés au sein de l'école. Pensez déjà à réserver vos places. Renseignements:
02 242 29 40
entrechats@belgacom.net

www.danse-entrechats.net

MARCHE NORDIQUE

L'avantage de la marche nordique sur la course à pied est qu'elle permet la réalisation d'un effort cardio-vasculaire modéré en limitant, grâce à l'utilisation de bâtons, l'intensité des impacts au sol et en ménageant, par conséquent, les articulations; hanches, genoux et chevilles. Un autre avantage étant la sollicitation globale de tous les groupes musculaires. Bref, pas mal d'atouts pour séduire d'éventuels candidats...

Les séances, qui se déroulent soit les samedis (de 9h30 à 11h) pour les débutants, soit les dimanches (de 11h à 12h30) pour les plus aguerris, sont encadrées par les moniteurs qualifiés du ForestGym (www.forestgym.be). Les activités sont suspendues durant les vacances scolaires et les week-ends prolongés. Un cycle de 5 séances démarrera le 18 février (pas de cours les 25 et 26 février ainsi que les 4 et 5 mars). L'inscription préalable est obligatoire. Le prix pour la session complète est de 30 € auxquels il faut ajouter 18 € si vous souhaitez bénéficier de la location, facultative, de bâtons. Le début du cycle suivant est d'ores et déjà fixé au 7 mai.

Renseignements : 02 770 03 44 fondssportif@woluwe1200.be

BAS LES MASQUES

Pour organiser ses activités développées autour du théâtre, l'association Bas les Masques bénéficie de l'hospitalité de l'institut des Dames de Marie (rue Vergote 40). Enfants et adolescents s'y rencontrent pour mener à bien, en groupe, des projets dont ils sont les auteurs, qui les mobiliseront pendant la saison tout en leur apprenant à mieux se connaître et en les incitant à mener une réflexion commune sur le mieux vivre ensemble

Une formation artistique de base en théâtre et des exercices d'improvisation, encadrés par des acteurs professionnels et des animateurs compétents, permettront aux jeunes de donner la pleine mesure de ce dont ils sont capables sur un plateau. S'appuyant sur une forte dynamique participative, les activités aboutiront, en fin de saison, à un spectacle haut en couleur où chacun aura tout le loisir d'exprimer ses qualités.

Des stages de théâtre sont également proposés pendant les congés scolaires. L'ensemble des animations vise à l'épanouissement des participants dans un cadre où ils peuvent développer leur estime d'eux-mêmes, leur confiance en eux et le sens de la solidarité.

Renseignements:
0485 31 83 38
info@baslesmasques.be

VOTRE PUB DANS LE DYNAMIC TAMTAM

Vous avez une entreprise, une PME, un commerce et vous désirez le / la faire connaître aux habitants de la commune de Woluwe-Saint-Lambert ? Publiez votre

annonce dans le magazine Dynamic Tamtam tout en maîtrisant votre budget. Bénéficiez également de tous nos conseils & astuces pour rédiger votre annonce. Contactez Monsieur D. Dupont

- soit par e-mail :
- d.dupont@woluwe1200.be
- soit par téléphone :

0498 51 50 85 - 02 761 27 26 pour toute question complémentaire.

