

**DIMANCHE 13 NOVEMBRE 2016**  
**Plaine de Loubayssens**



**77<sup>E</sup> CROSS  
DE  
CUGNAUX**

**CROSS LONG**  
**CROSS COURT'**  
**KID' CROSS**  
**MARCHE NORDIQUE**

**Cross du challenge  
"Conseil Départemental"  
(pour les catégories  
Éveil athlétique  
à Minimes)**



[jscugnaux@athle-632.fr](mailto:jscugnaux@athle-632.fr)  
[athle-632.fr](http://athle-632.fr)



# **Dimanche 13 novembre 2016**

## **la Jeunesse Sportive Cugnalaïse Athlétisme**

### **Section de l'Athlé 632 organise**

#### **le 11° Cross de Cugnaux**

## **LES COURSES**

Toutes les courses sont ouvertes aux licenciés FFA, UFOLEP, UNSS et non licenciés.  
Elles se dérouleront sur La Plaine de Jeux de LOUBAYSENS (derrière le Collège de Cugnaux).

### **LA MARCHE NORDIQUE :**

#### **COURSE CHRONOMÉTRÉE ET CLASSÉE :**

- Application du règlement FFA, disponible sur le site [www.athle-632.fr](http://www.athle-632.fr)

- Course chronométrée dont des récompenses aux 3 premier(e)s

- Etre titulaire d'une licence FFA licence ATHLE COMPETITION, ATHLE RUNNING, ENTREPRISE, ATHLE SANTE ou d'autres fédérations ayant des conventions signées avec la FFA et Titre de participation FFA : PASS RUNNING.

- d'un certificat médical de non contre-indication à l'athlétisme en compétition ou à la marche nordique en cours de validité (moins de 12 mois).

**TARIF : 5€**, ce qui donne droit à un tee-shirt et un sac surprise.

#### **RETRAIT DES DOSSARDS ET INSCRIPTIONS :**

Inscriptions et retrait des dossards le jour de la course jusqu'à 30mn avant l'épreuve, rue du stade complexe De Marchi.

### **LE KID CROSS :**

Pour Les Ecoles d'Athlé (EA) : PAS D'INSCRIPTION LE JOUR DE LA COURSE

Jeu par équipe de 8 enfants maximum et 6 enfants minimum. Inscriptions via un fichier d'engagement. Les détails du jeu seront envoyés aux clubs quelques jours avant l'épreuve.

Pour les athlètes non licenciés FFA, possibilité de s'inscrire à cette adresse mail : [jscugnaux@athle-632.fr](mailto:jscugnaux@athle-632.fr)

### **LE CROSS :**

- être titulaire d'une licence 2016/2017 FFA et FF TRI (triathlon)

- pour les non licenciés : un certificat médical de non contre-indication à la course à pied en compétition en cours de validité (moins de 12 mois).





# TABLEAU DES HORAIRES

Courses	Départ	Intitulés / Catégories	Années de naissance	Distance	Parcours
1	9h30	Marche nordique	2001 et avant	5100 m	2 grandes boucles + 1 petite boucle + Arrivée
2	10h30	Cross long hommes ES-SE-MA	1997 et avant	7100 m	3 grandes boucles + 1 petite boucle + Arrivée
3	11h10	Cross long femmes ES-SE-MA	1997 et avant	4100 m	2 grandes boucles + Arrivée
4	11h40	KID CROSS EAF / EAM	2008/2009		
5	12h45	POF	2006/2007	1100 m	1 petite boucle + Arrivée
6	12h55	POM	2006/2007	1100 m	1 petite boucle + Arrivée
7	13h10	CCM+CAM+JUM	1997 et avant (CCM) 2000/20001 (CAM) 1998/1999 (JUM)	3500 m	2 moyennes boucles + Arrivée
8	13h35	CCF+CAF+JUF	1997 et avant (CCF) 2000/20001 (CAF) 1998/1999 (JUF)	3100 m	1 grande boucle + 1 petite boucle + Arrivée
9	13h55	MIM	2002/2003	2800 m	1 moyenne boucle + 1 petite boucle + Arrivée
10	14h15	MIF	2002/2003	2100 m	2 petites boucles + Arrivée
11	14h30	BEF	2004/2005	2100 m	2 petites boucles + Arrivée
12	14h45	BEM	2004/2005	2100 M	2 petites boucles + Arrivée

CAM/CAF : Cadets Masculins/Féminins ; JUF/JUM : Juniors Féminins/Masculins ; ES : Espoirs ; SE : Séniors ; MA : Masters ; MIM/MIF : Minimes Masculins/Féminins ; BEM/BEF : Benjamins Masculins/Féminins ; POF/POM : Poussins Féminins/Masculins ; EAF/EAM : Ecole d'Athlé Féminins/Masculins ; CCF/CCM : Cross Court Féminins/Masculins.

## RÉCOMPENSES

**Le 1er et la 1ère du cross long recevra un bon pour n'importe quelle paire de chaussure running à choisir sur place au stand Mizuno. Des lots et médailles ou coupes seront attribués aux trois premiers de chaque course.**

## ACCÈS

Par l'avenue de Franczal, avenue Général Bares ou avenue de Toulouse puis suivre rue du stade. 4 parkings sont prévus :

- le parking du Tennis Gymnase Jean Bouin
- le parking du Boulodrome Complexe De Marchi
- le parking près du groupe scolaire Christian BLANC.
- le parking du Stade à l'Entrée principale

