

Plan du parcours



CROSS De La SEULLES

Championnat de Normandie
Cross Court 2023



RENAULT
La vie, avec passion

GARAGE HELAINE
Patrick HELAINE
Agent

- Mécanique
- Tôlerie - Peinture
- Vente de véhicules
- Neuf & occasion

20 rue du long Douet - 14760 BRETTEVILLE SUR ODON
Tél : 02 31 73 52 86 - Fax : 02 31 75 38 60
Mail : patrick.helaine.brettevillesurodon02@reseau.renault.fr



Légende :

	Zone départ	700m
	Petite boucle	850m
	Moyenne boucle	1600m
	Grande boucle	2020m
	Arrivée	30m

Dimanche 4 décembre 2022

Tilly sur Seules
A PARTIR DE 10H30
Place de la mairie

Contact:

Courriel: lcboathle@gmail.com

Site web: <http://lcboathletisme.fr>



REGLEMENT:

Procédure d'engagement :

Le cross de la Seulles est ouvert aux licenciés FFA et aux non licenciés **sauf pour le cross court (championnat) qui est réservé aux licenciés FFA compétition**

Les engagements pour les clubs FFA sont à effectuer avec le module engagement.

- Pour les épreuves **hors cross court** sur le site du comité du Calvados <http://cd14.athle.com> au plus tard le **jeudi 1 décembre 12H00**. Au-delà, inscription auprès du LCBO avec frais de participation de 3 €uros
- Pour le **championnat régional de cross court**, sur le site de la ligue de Normandie <http://normandie.athle.fr> au plus tard le **jeudi 1 décembre 12H00**.

Les engagements pour les non licenciés FFA sont à transmettre avant le **jeudi 1 décembre** à l'adresse suivante **LCBO Athlétisme, Allée du Stade, Halle des sports, 14760 BRETTEVILLE SUR ODON** avec un certificat médical de non contre-indication à la pratique de l'athlétisme en compétition de moins de 1 an et le règlement pour frais de participation de 3 euros. Pour les mineurs déclaration sur l'honneur de non contre-indication téléchargeable sur le site du club

Pour les Eveils Athlétiques et les Poussins, le cross sera organisé sous forme de Kid Cross selon les recommandations de la FFA.

Dossards et retrait des dossards :

Retrait des dossards par le responsable du club

2 enveloppes par club, - 1 enveloppe de dossard à partir de benjamins
- 1 enveloppe pour les kids cross

+ retrait individuel pour le championnat régional de cross court

BULLETIN D'INSCRIPTION CROSS DE LA SEULLES 2022

Dossard

Nom:

Prénom:

Date de naissance: / /

N° de licence:

Club:

Rue:

CP:

Ville:

E:mail:

Téléphone:

Course: A B C D E F

Date: / /

Signature: (des parents pour les mineurs)

Conditions sanitaires :

La réglementation pour les conditions sanitaires lors de l'épreuve sera celle en vigueur à la date du cross

	catégorie	Zone départ	Petite boucle	Moyenne boucle	Grande boucle	Arrivée	Distances	Horaires Courses
A	Benjamins	1	2			1	2430	10h30
	Benjamins	1	2			1	2430	10h30
B	Minimes F	1	1		1	1	3600	10h50
	Minimes G	1	1		1	1	3600	10h50
C	Anim Kids cross EA							11h15
D	Juniors F	1		2		1	3930	11h50
	Cadets	1		2		1	3930	
	Cadettes	1		2		1	3930	
E	Anim Kids cross PO							12h25
F	Juniors H	1		1	2	1	6370	13h00
	Cross long TCC	1		1	3	1	8390	
G	Cross Court Femmes Régional	1		2		1	3930	14h00
H	Cross court Hommes Régional	1		2		1	3930	14h30

Zone départ 700

Moyenne boucle 1600

Petite boucle 850

Grande boucle 2020

Arrivée 30

Récompenses:

Aux 3 premiers de chaque catégorie pour les courses jeunes

Pour le cross long, récompenses aux 3 premiers au scratch H et F

Cross court: podium aux 3 premiers en individuel + 1ere équipe