

Extrait du règlement



»» CHAMPIONNAT DE LORRAINE DE CROSS & CROSS DES CASTORS 2013

Article 1 : Florange Olympic Club et la Ligue de Lorraine d'Athlétisme, organisent une épreuve de Cross-country, disputée suivant les règlements de la F.F.A., USEP, UNSS, UFOLEP et UGSEL. Les engagements sont gratuits et ouverts aux licenciés FFA, pour les championnats de Lorraine et non licenciés (course A, B, C) sous réserve d'être en possession d'un certificat médical de moins de 1 an (ou d'une copie), ou bien d'être licencié dans une fédération pratiquant une discipline sportive (compatible avec la pratique de la course à pieds en compétition) avec mention de la pratique de l'athlétisme en compétition.

Article 2 : Récompenses :

Course entreprise : pas de coupe individuelle mais une coupe pour les trois premières équipes de 5 coureurs arrivants.
Courses B-C : Médaille à chaque arrivant et une coupe aux trois premières équipes (mixte).
Courses 1 à 4 : récompense à chaque arrivant, médailles aux trois premiers de chaque catégorie et une coupe aux trois premières équipes par catégorie.

Article 3 : Engagements

Licenciés FFA: pour championnat de Lorraine **envoyer les engagements sur le site de la Ligue Lorraine d'Athlétisme à partir du 7 janvier 2013 jusqu'au 29 janvier 2013 (minuit)**

Pour les courses A,B,C : par liste comprenant le nom, prénom, année de naissance et n° de licence 2013, avant le 31 janvier 2013 (minuit).

Adresse pour l'envoi des engagements

www.athlefoc.com

Article 4 : Les dossards seront à retirer au secrétariat de la course au chapiteau, situé au départ. L'emplacement du terrain de cross se trouve situé à 600 m des vestiaires (un fléchage sera mis en place). Les vestiaires du gymnase du Haut-Kême, Avenue du collège, seront à disposition des athlètes, nous vous demandons de faire attention à ceux-ci (Notamment faire attention aux chaussures pleines de boues). Nous dégageons toute responsabilité en cas de vol. Un kinésithérapeute sera présent aux vestiaires du gymnase.

Recommandation : SE MUNIR DE 4 EPINGLES POUR LE DOSSARD

Coordonnées GPS : 49°19'15" N – 6°07'52" E – Avenue de Bretagne – Florange



»» DIMANCHE 3 FÉVRIER AVENUE DE BRETAGNE FLORANGE



www.creditmutuel.fr



Programme

Cross des Castors

11 h 00 Course n° A Entreprises + Individuels non licenciés

4 780 m : D + 1PB + 2GB - AD

11 h 30 Course n° B Eveil Athlétique G et F (2004/2005/2006)

Kid Cross (relais)

11 h 45 Course n° C Poussins et Poussines (2002/2003)

Kid Cross (relais)

12 h 00 Podium Cross des Castors

Championnat de Lorraine

12 h 45 Course n° 1 Benjamins, Benjamines, Minimes Garçons et Filles

2 640 m : D + 2PB + 1MB - AD

Podium : 13 h 15

13 h 10 Course n° 2 Cadets, Cadettes, Cross court F et Cross court M

3 900 m : D + 1PB + 1MB + 1GB - AD

Podium : 13 h 50

13 h 40 Course n° 3 Juniors femmes

4 280 m : D + 2MB + 1GB - AD

Cross long femmes

Podium : 14 h 30

6 300 m : D + 2MB + 2GB - AD

14 h 20 Course n° 4 Juniors hommes

6 800 m : D + 1PB + 3GB - AD

Podium : 15 h 00

Cross long hommes

8 820 m : D + 1PB + 4GB - AD

Podium : 15 h 15



— Dép 100 m
— PB 760 m
— MB 1 140 m
— GB 2 020 m

