



CROSS DEPARTEMENTAL

Mercredi 15 novembre 2023
Parc de l'Erdurière COUËRON



LIEU

Site du Parc de l'Erdurière – route du Hameau de l'Erdurière à COUËRON

PARKING

Parking des cars, minibus et voitures → suivre le fléchage (plan en dernière page)

ACCUEIL

À partir de 12h00 sur le site pour le retrait des dossards au secrétariat

VESTIAIRES

Des barnums seront mis à disposition comme vestiaires d'appoint.
Nous conseillons aux coureurs de venir en tenue. Prévoir des sacs poubelles pour entreposer vos vêtements. L'accès aux vestiaires reste sous la responsabilité du référent du groupe.

HORAIRES

- Arrivée des participants entre 12h00 et 12h30,
- Découverte du parcours et échauffement entre 12h00 et 13h00,
- Réunion du jury à 12h30,
- Mise en place du jury à 12h45.

Attention : L'horaire des courses pourra subir des modifications compte tenu du déroulement des épreuves et sur décision du juge-arbitre

INSCRIPTIONS → Sur Usport obligatoirement au plus tard le 9 novembre à 23h

Toutes les inscriptions sont à faire en mode « inscrire en individuel » uniquement

◆ **Niveau collègue** : Les élèves qualifiés aux cross de secteur seront automatiquement inscrits au cross départemental.

→ Les inscriptions supplémentaires ne seront autorisées que dans le cadre :

- 1- Complément d'équipe (maximum 5 élèves par équipe)
- 2- Qualification exceptionnelle des élèves en cas d'absence pour raison médicale ou stage (sur présentation d'un justificatif)

◆ **Niveau lycée** : Inscriptions en individuel ou en relais mixte CJ (2F/2G)

Pour toutes les catégories, les équipes seront formées en fonction de l'ordre d'arrivée des participants.

Nom	Actions	Début	Fin	Inscriptions
National		11/12/2021 11:00	11/12/2021 17:00	National Jour 1 Date limite : 07/12/2021 11:00
Territoire : UGSEL PAYS DE LA LOIRE				
Comité : UGSEL LOIRE ATLANTIQUE	 	17/11/2021 00:00	17/11/2021 00:00	Cross départemental Jour 1 Date limite : 11/11/2021 23:00 Inscrire en individuel  Inscrire Relais ★ Liste des inscrits
District : UGSEL LOIRE ATLANTIQUE + Inter D				

Inscription uniquement en individuel dans la limite de former 3 équipes max

Inscription uniquement des relais CJ mixtes (2F+2G)

DOSSARDS

Ils sont à retirer à l'accueil au niveau du secrétariat (seuls les dossards distribués au secrétariat seront pris en compte). Chaque athlète prévoit ses épingles.

CHRONOMÉTRAGE DES COURSES

La société Time Pulse sera responsable du chronométrage de la course. Les résultats seront consultables en temps réel sur le site « Time pulse » et dès le 16 novembre sur le site internet de l'UGSEL 44 (rubrique « CROSS »).

COLLATION

Une collation (pomme) sera offerte par notre partenaire CONVIVIO à chaque participant à la fin des courses.
Chaque coureur doit apporter sa gourde pleine et en option un gobelet en plastique personnel.

QUALIFICATIONS

Se référer aux quotas pour le régional qui seront réétudiés au prorata du nombre de coureurs et d'équipes sur chaque site.

RÉCOMPENSES

Une médaille sera remise aux trois premiers de chaque course et des tee-shirts pour chaque équipe.

AIRE D'APPEL

Présence des coureurs obligatoire 10 minutes avant le départ des courses pour le pointage des dossards. Tout coureur dont le dossard n'est pas pointé au départ, ne figurera pas dans les classements.

TENUE

Chaque professeur ou accompagnateur doit s'assurer que les élèves portent une tenue adéquate et correcte pour la pratique d'un cross. Pointes conseillées mais non obligatoires.

CROSS REGIONAL

Il aura lieu LE MERCREDI 29 NOVEMBRE à LAVAL (53)

CROSS NATIONAL

Il aura lieu LE SAMEDI 16 DÉCEMBRE à PONTIVY (56)

PARCOURS

Le parcours présente un léger pourcentage en moyenne avec des pentes plus importantes par endroit. Les élèves empruntent un parc en herbe principalement (gras en cas de pluie) et un chemin de sous-bois avec quelques racines et cailloux. Pas de danger particulier mais le terrain peut présenter quelques irrégularités.

Sa mise en place est prévue le mercredi matin dès 9h00 par les enseignants du secteur qui reçoit, l'Ugsel 44 prend en charge la restauration du midi pour les bénévoles et les enseignants qui aideront à l'installation du parcours.

MERCI de votre participation

JURY

Tous les établissements participants devront fournir au moins 1 enseignant pour le jury.

PRISE EN CHARGE DU TRANSPORT EN AUTOCAR SOUS CONDITIONS :

- ◆ Remplissage du car à 75% minimum
- ◆ Remboursement uniquement sur facture d'une société de transports ou de location de minibus
- ◆ Pas de financement de voitures individuelles

PROPRETÉ & CITOYENNETÉ



Nous remercions chaque participant, coureurs et accompagnateurs, de respecter le site 😊

Chacun doit avoir le souci d'utiliser les poubelles mises à disposition afin que le site (parc et locaux) soit rendu propre et en bon état. Un acte simple de citoyenneté que tout enseignant doit être en mesure de transmettre à ses élèves.

Prévoyez aussi un sac poubelle.

SECURITÉ

Nous demandons à chaque professeur présent de surveiller attentivement ses élèves. Les jeunes sont sous votre responsabilité lors de la reconnaissance du parcours et durant toute leur présence sur le site.

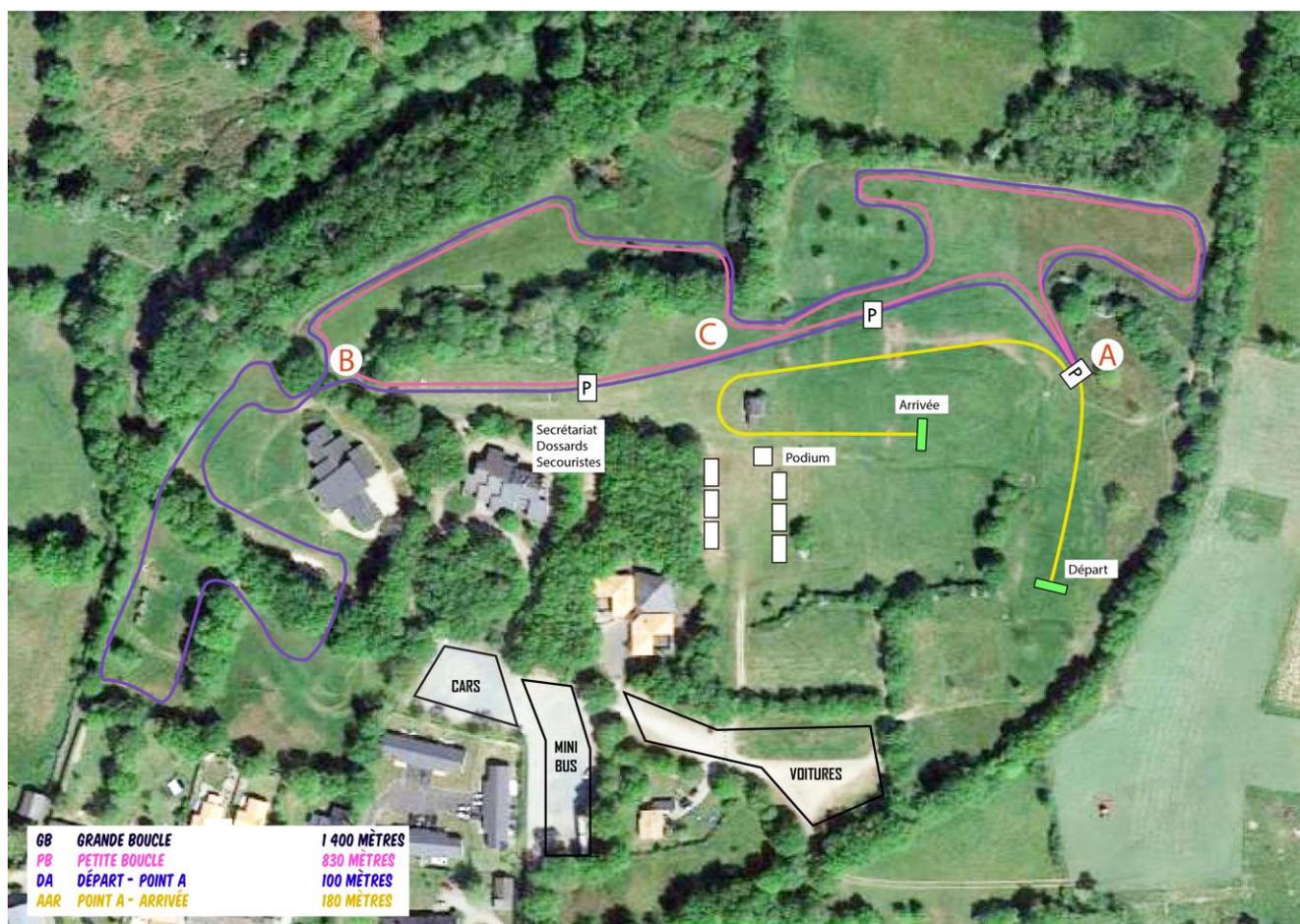
Une équipe de secouristes sera présente pour assurer les premiers soins.

CROSS DÉPARTEMENTAL

15 novembre 2023

CATÉGORIE	APPEL	DÉPART	DISTANCE	PARCOURS (voir plan)
BF2	12h50	13h00	1680 m	Départ (100) + 1 Grande Boucle (1400) + Arrivée (180)
BF1	13h10	13h20	1680 m	
BG2	13h30	13h40	2510 m	Départ (100) + 1 Petite Boucle (830) + 1 Grande Boucle (1400) + Arrivée (180)
BG1	13h55	14h05	2510 m	
MF1	14h15	14h25	2510 m	Départ (100) + 1 Petite Boucle (830) + 1 Grande Boucle (1400) + Arrivée (180)
MF2	14h30	14h40	2510 m	
Relais mixte CJ	14h45	14h55	3600 m	Départ (100) + 4 Petites Boucles (830) + Arrivée (180)
Cadettes / Juniors Filles	15h15	15h25	3080 m	Départ (100) + 2 Grandes Boucles (1400) + Arrivée (180)
MG1	15h45	15h55	3080 m	Départ (100) + 2 Grandes Boucles (1400) + Arrivée (180)
MG2	16h05	16h15	3080 m	
Cadets / Juniors Garçons	16h25	16h35	3910 m	Départ (100) + 1 Petite Boucle (830) + 2 Grandes Boucles (1400) + Arrivée (180)

PARCOURS



Boucles	Description
Petite	Tracé rose
Grande	Tracé violet

PLANS D'ACCÈS

Accès Lointain



Accès à proximité



Parkings sur site



- ◆ Fléchage rouge = boucle d'accès sortie véhicule léger (minibus et voitures)
- ◆ Une fois sur le site, vous serez guidés vers les parkings (affichages)