CROSS DU TOS DU 26 NOVEMBRE 2023

Label Régional

Au complexe Sportif Henri Terré à Troyes 10000

1. Engagements:

✓ <u>Inscriptions</u>:

Avant le mercredi 22 Novembre 2023 :

Par courrier à l'adresse suivante :

• Mme DUBOIS Véronique, 1 Bis rue Gabriel PERI, 10300 Ste SAVINE

• Par mail: veronique.drouot@gmail.com

✓ Droits d'inscription : 5 € licenciés et 7 € non licenciés, pour toutes les courses.

Le règlement peut se faire en espèces ou par chèque bancaire à l'ordre du TOS Athlétisme. Inscriptions sur place possibles, fermeture du secrétariat une ½ heure avant le départ des courses.

2. Règlement:

Les courses sont ouvertes à tous.

Pour les licenciés FFA, FFTRI, se présenter avec sa licence de la saison en cours. Pour les non licenciés d'Athlétisme FFA, fournir un certificat médical de <u>non contre-indication à la pratique de la course à pied en compétition</u> datant de **moins d'un an** ou sa photocopie.

- Les écouteurs et les ceintures porte-dossard sont interdits.
- **La compétition** a lieu au complexe sportif Henri TERRE de TROYES.
- Les dossards sont à retirer dans la halle d'athlétisme du complexe Henri TERRE à partir de 8h15 le 26/11/2023.
- **<u>Kid Cross</u>**: sur recommandation fédérale les Eveils Athlétisme (F/G) et les Poussins (F/G) ne seront pas chronométrés ni classés. Une simple liste des arrivants sera éditée.
- ➤ <u>Marche nordique</u>: approche pédagogique pour cette édition et pénalités de 30s vs RG suivant : http://marche.athle.com/upload/ssites/001183/marche nordique/2023/reglement mnc 01.09.2023.pdf

Responsable de la Compétition : Stephane CHEPANSQUI

Renseignements par mail: lechep1805@gmail.com

3. Programme de la journée :

Course	Horaires	Catégories	Distance	Nombre de Tours
1	9H00	BE F + BE M + MI F	2 930 m	1 P.B. + 1 M.B
2	9H30	MIM + CAF + CAM + JUF	3 985 m	1 M.B. + 1 G.B.
2	9H30	CROSS COURT Espoirs à Masters M et F	3 985 m	1 M.B. + 1 G.B.
3	10h00	PO F + PO M Kid' Cross	1 425 m	1 mini B + mare. dont 50 m marche
4	10H20	EA F Kid' Cross	1 115 m	1 mini B. dont 50 m marche
4	10H20	EA M Kid' Cross	1 115 m	1 mini B. dont 50 m marche
5	10h30	ES F + SE F + Masters F	7095 m	3 G.B.
6	11H25	ES M + SE M + Masters M	8 415 m	1 P.B. + 3 G.B.
6	11H25	JUM	6040 m	1 P.B. + 2 G.B.
7	12h20	MNC Toutes catégories F/M	6530 m	4 M.B.

Récompenses:

- Médailles pour tous les Eveils Athlétisme et Poussins
- Coupes et médailles pour les 3 premiers (G et F) catégories jeunes jusqu'à Benjamins.
- Coupes aux vainqueurs, bons d'achats aux 3 premiers des catégories : Minimes, Cadets et Juniors.
- *Courses n* 5 et n 6 : Champagne pour le 1^{er} de chaque catégorie et cidre pour le 2^{ème} et le 3^{ème}.
- <u>NB</u>: Pour le **cross court et la marche nordique**, seuls les 3 premiers hommes et les 3 premières femmes seront récompensés (Champagne pour le 1^{er} et cidre pour le 2^{ème} et le 3^{ème}).
- En Masters Hommes et Femmes sur les courses 5 et 6, les catégories suivantes seront récompensées avec le regroupement défini ci-dessous :

Catégories Masters	Anciennes Catégories Vétérans
M0 avec les Séniors	35 – 39 ans
M1 avec les M2	V1 : 40 - 49 ans
M3 avec les M4	V2 : 50 - 59 ans
M5 avec les M6	V3 : 60 - 69 ans
M7 avec les M8	V4 : 70 - 79 ans



BULLETIN D'INSCRIPTION

CROSS DU TOS du 26 Novembre 2023

N° de licencié FFA :
Nom:
Prénom :
Adresse:
Date de Naissance :
Catégorie :
Course N°:
Sexe :
Club:
Autre licence Sportive :
Non Licencié :
Signature (Parentale pour les mineurs):
(Aucune inscription ne sera prise en compte sans le règlement et le certificat médical pour les non licenciés FFA)
A envoyer avant le mercredi 22 novembre 2023 à :
Mme DUBOIS Véronique, 1 bis rue Gabriel PERI, 10300 Ste SAVINE. <u>veronique.drouot@gmail.com</u>

Les clubs Aubois transmettront les inscriptions de leurs athlètes via le site du comité de l'Aube d'athlétisme, selon la procédure prévue par le règlement de la CD Running en la matière.