

# Championnats du Val d'Oise de Cross-Country 2020

## Soisy – champ de courses

**Dimanche 12 janvier 2020**

Engagements sur site du Comité : <http://cdavo.athle.org>

Chaque club s'engage à fournir un officiel par tranche de 50 athlètes engagés.

### Horaires

<b>10 h 30</b>	Nés en 2013	EA mixte	4 min
	Médailles pour tous, <b>course par équipe</b>		
<b>10 h 45</b>	Nés en 2011 et 2012	EA mixte (Course 1)	5 min
	Médailles pour tous, <b>course par équipe</b>		
<b>11 h 00</b>	Nés en 2011 et 2012	EA mixte (Course 2)	5 min
	Médailles pour tous, <b>course par équipe</b>		
<b>11 h 15</b>	Nés en 2011 et 2012	EA mixte (Course 3)	5 min
	Médailles pour tous, <b>course par équipe</b>		
<b>11 h 30</b>	Nés en 2011 et 2012	EA mixte (Course 4)	5 min
	Médailles pour tous, <b>course par équipe</b>		
<b>11 h 45</b>	Nées en 2009-2010	POF	1 100 m
<b>12 h 00</b>	Nés en 2009-2010	POM	1 100 m
<b>12 h 15</b>	Nées en 2007-2008	BEF	2 150 m
<b>12 h 30</b>	Nés en 2007-2008	BEM	2 150 m
<b>12 h 45</b>		MIF	2 150 m
<b>13 h 00</b>		MIM	2 800 m
<b>13 h 20</b>	CA / JU F / Cross court F (ES, SE, VE)		3 500 m
<b>13 h 45</b>	CA M / Cross court M (ES, SE, VE)		3 900 m
<b>14 h 10</b>	JU M et ES / SE / VE F		6 000 m
<b>14 h 45</b>	ES / SE / VE M		8 500 m

\* distances indicatives

Le **mercredi 8 janvier**, chaque club doit donner le **nombre approximatif** d'éveil participants 2013 et 2011/2012 de façon à répartir les différentes équipes par course.  
Equipe de 6 à 10.

Pas de frais d'engagements mais système de pénalités afin d'éviter des dérives :

- 2 € par **engagement tardif, à partir du vendredi 10 à 14 h et sur place**
- 2 € par athlète non classé à partir de 15 % des engagés non arrivés.

Le Comité 95 **récompense par catégorie** (et non pas par course) les podiums individuels de Poussins à Vétérans : Poussin, benjamin, minime, cadet, junior, espoir, senior, vétérans (les vétérans ne forment qu'une seule catégorie) et cross court (un seul podium parmi les espoirs, seniors et vétérans autorisés à courir).

Les **podiums individuels** ont lieu **5 minutes** après chaque course.

La **coupe par équipe** victorieuse sera remise **20 minutes** après chaque course, si **au moins 3 athlètes** sont présents : Poussin F et M, benjamin F et M, minime F et M, cadet F et M, junior F et M, cross court F et M, Espoir-senior M, vétéran M, espoir-senior-vétéran F

**Parcours** 12 janvier 2020 - SOISY champ de course



**Poussin M/F** nés en 2010/2009 = une rouge  
**Benjamin M/F** nés en 2008/2007 et **minime F** = 2 rouges



**Minime M** = jaune + rouge  
**Cadet – cross court M** = rouge + jaune + rouge



**Cadette – Junior F – cross court F** = verte et rouge  
**Junior M – Espoir, senior, vétérán F** = 2 vertes + rouge  
**Espoir, senior, vétérán M** = 3 vertes + rouge