

CHAMPIONNATS DU VAL D'OISE DE CROSS COUNTRY

Dimanche 14 janvier 2024

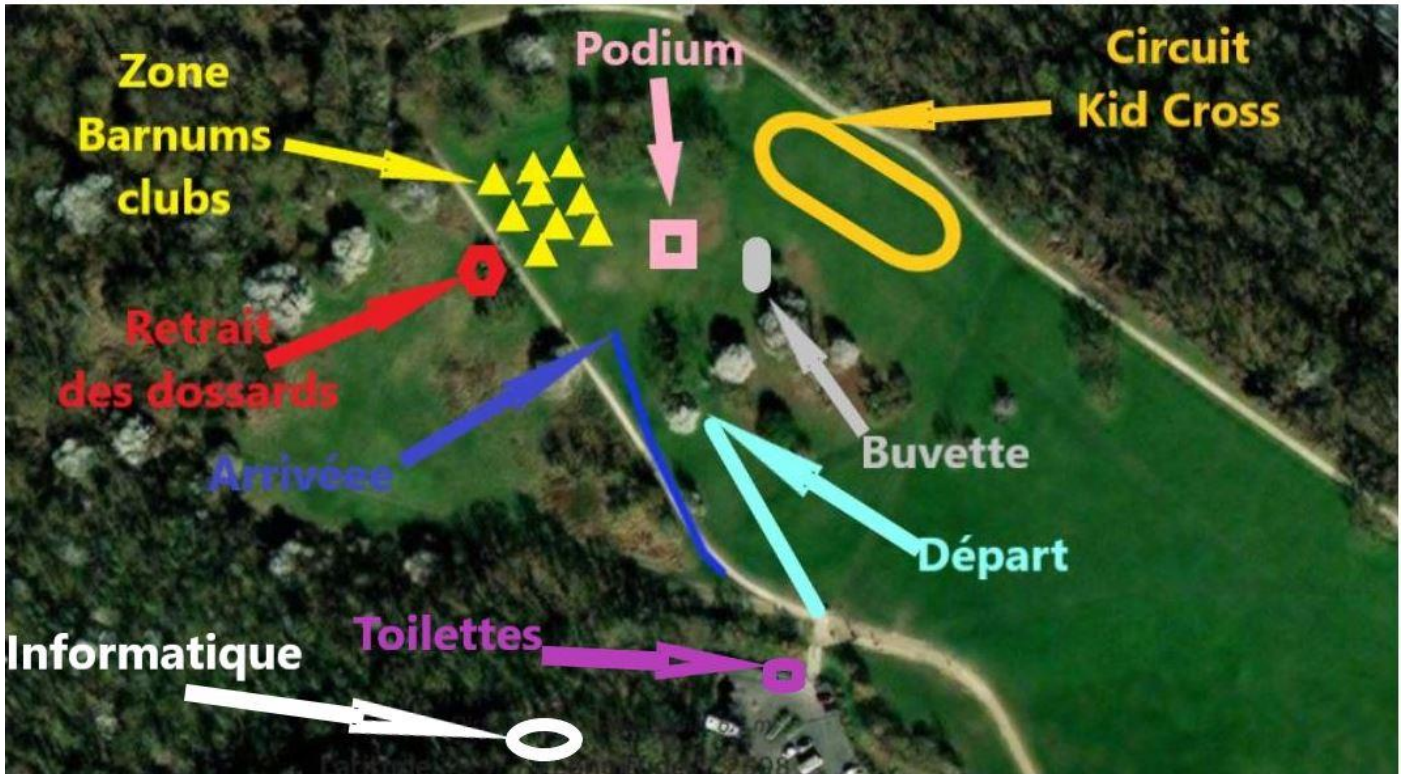


Organisé par l'Efcvo s/l Sannois-St Gratien,
sur la butte d'Orgemont à Argenteuil (95100)

3 accès sur Argenteuil (95100) : Av. de Stalingrad / Chemin de sablé / Rue de Gode

Catégorie	Départ	Distance
<u>Minimes M</u> Départ + boucle rouge + boucle rose + arrivée	10h00	3490 m
<u>Minimes F</u> Départ + boucle rose + arrivée	10h20	2747 m
<u>Benjamins M</u> Départ + boucle rouge + boucle jaune + arrivée	10h35	2219 m
<u>Benjamins F</u> Départ + boucle rouge + boucle jaune + arrivée	10h50	2219 m
<u>Poussins M</u> Départ + boucle jaune + arrivée	11h05	1476 m
<u>Poussines F + Handi sport</u> Départ + boucle jaune + arrivée	11h20	1476 m
Kid cross 2017	11h50	4 minutes
Kid cross 2016 et 2015	12h00	5 minutes (course 1)
Kid cross 2016 et 2015	12h10	5 minutes (course 2)
Kid cross 2016 et 2015	12h20	5 minutes (course 3)
Kid cross 2016 et 2015	12h30	5 minutes (course 4)
<u>Cadettes F, Juniors F, CCF</u> Départ + boucle rouge + boucle rose + arrivée	12h45	3490 m
<u>Cadets M, CCM</u> Départ + boucle jaune + boucle rose + arrivée	13h10	4116 m
<u>Juniors M et ES, SE, VE – F</u> Départ + boucle rose + boucle rose + arrivée	13h35	6130 m
ES, SE, VE – M Départ + boucle jaune + boucle jaune + boucle rose + boucle rose + arrivée	14h10	8125 m

Plan de l'implantation



Les parkings + accès parcours.

En bleu, les rues disposant des places de parking.

Des places sont également disponibles dans la mesure du possible sur le parking du magasin Grand Frais, Argenteuil.

En rouge, uniquement les parkings pour les juges, bénévoles et dépose barnum.



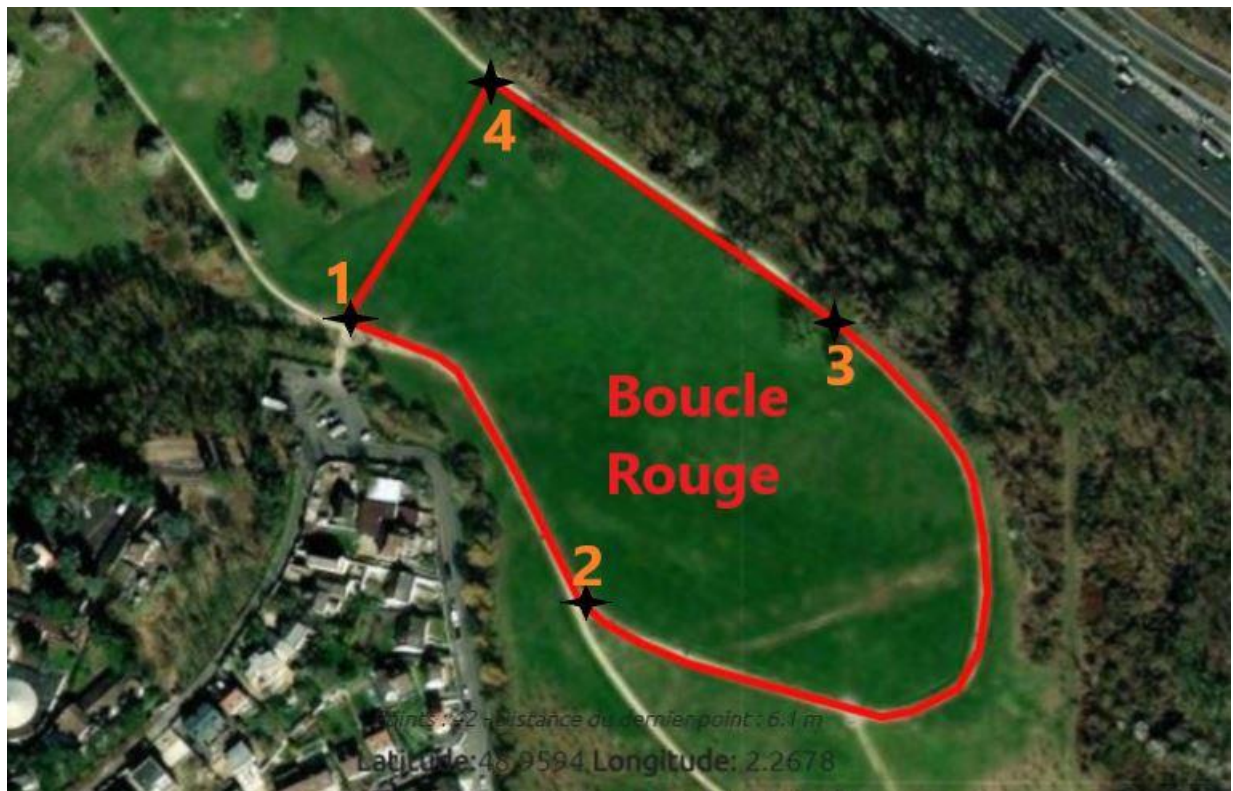
Les boucles

Départ 47m

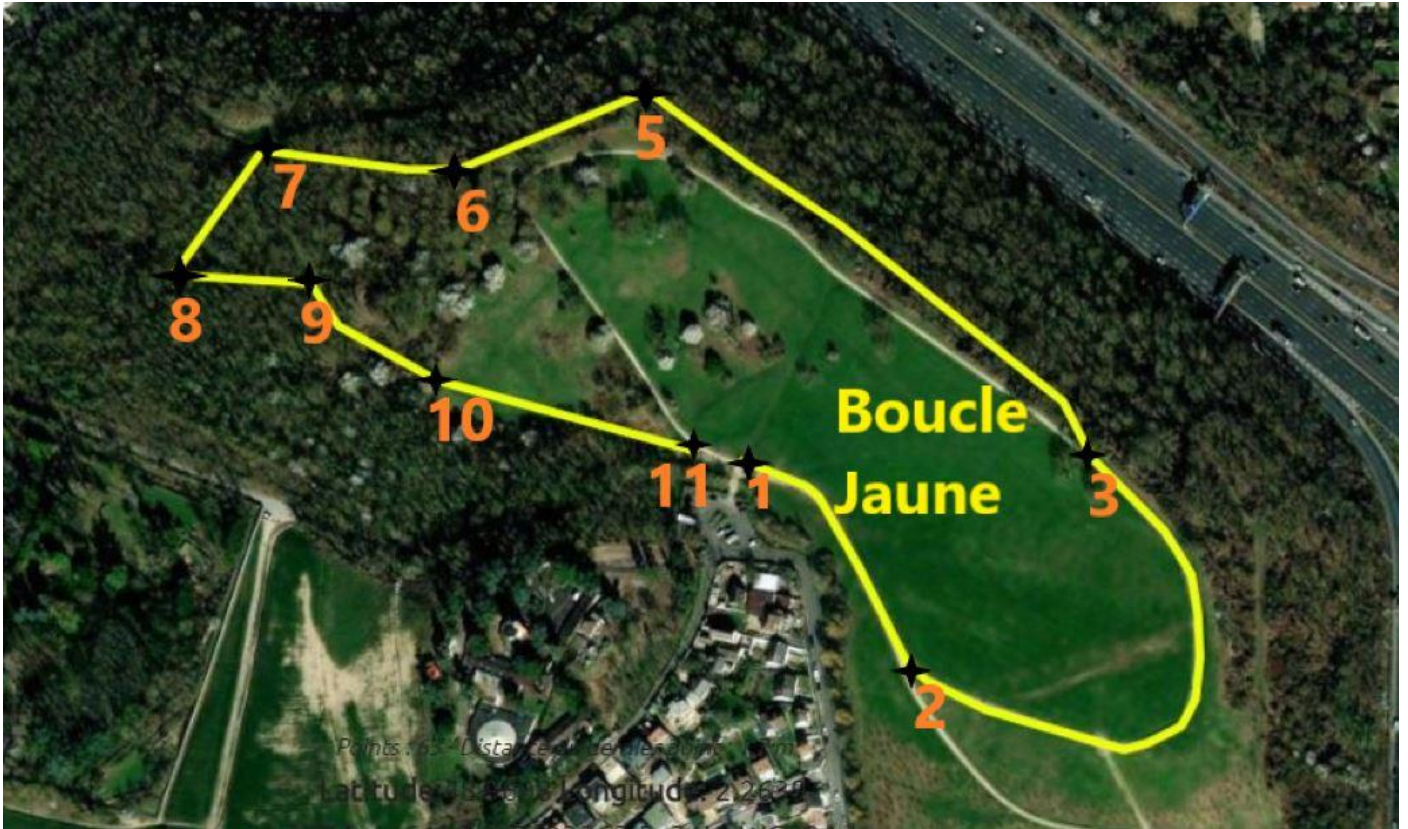
Arrivée 60m



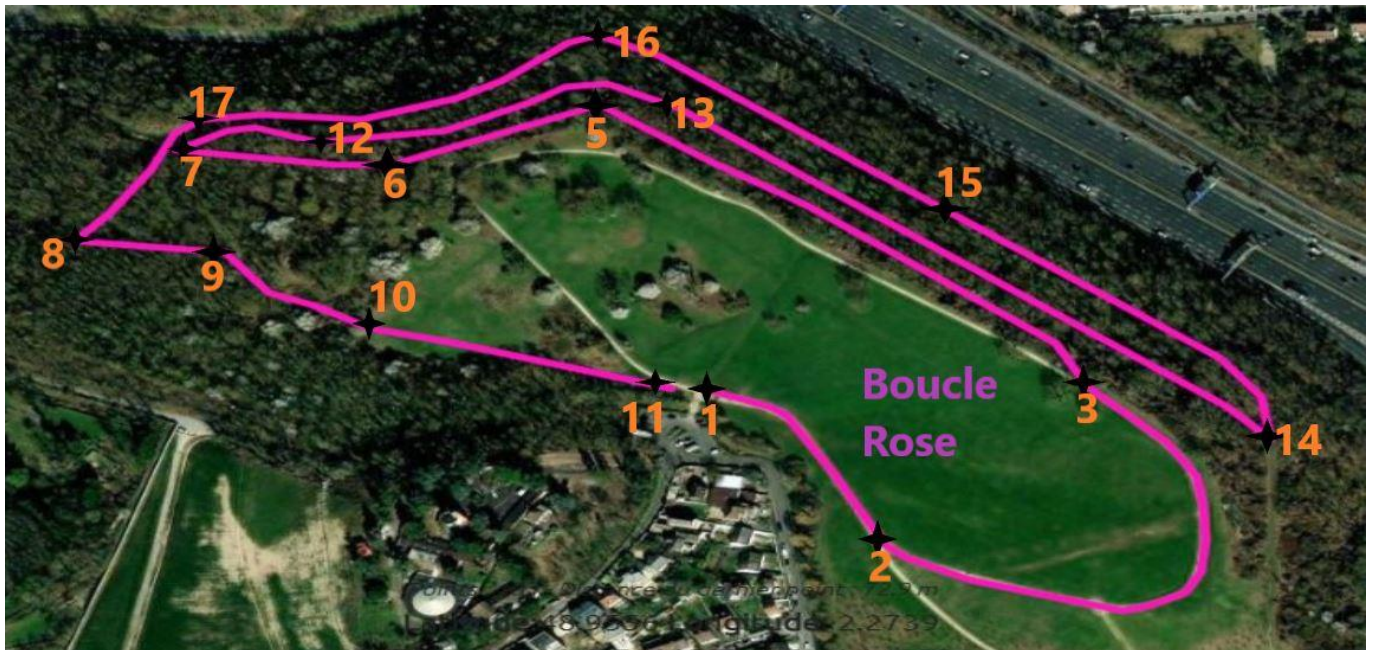
Boucle rouge 743m



Boucle jaune 1369m



Boucle rose 2640m



Notez bien :

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

- 2 € par **engagement tardif, à partir du vendredi 12 à 14 h et sur place**
- 2 € par athlète non classé à partir de 15 % des engagés non arrivés.

Récompenses individuelles par catégorie (et non pas par course)

Poussin, benjamin, minime,

Cadet, junior, espoir, senior, master (par catégorie)

Cross court (un seul podium parmi les espoirs, seniors et vétérans seuls autorisés à courir).

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

Récompenses par équipe, si **au moins 3 athlètes** sont présents au podium :

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, vétérans M, espoir-senior-vétérans F.

La coupe sera remise **15 minutes** après chaque course.

S'agissant d'un site régional protégé, afin de rendre les lieux "propres" après les épreuves nous comptons sur votre collaboration.

Bon championnat à tous