

CHAMPIONNATS DU VAL D'OISE DE CROSS COUNTRY

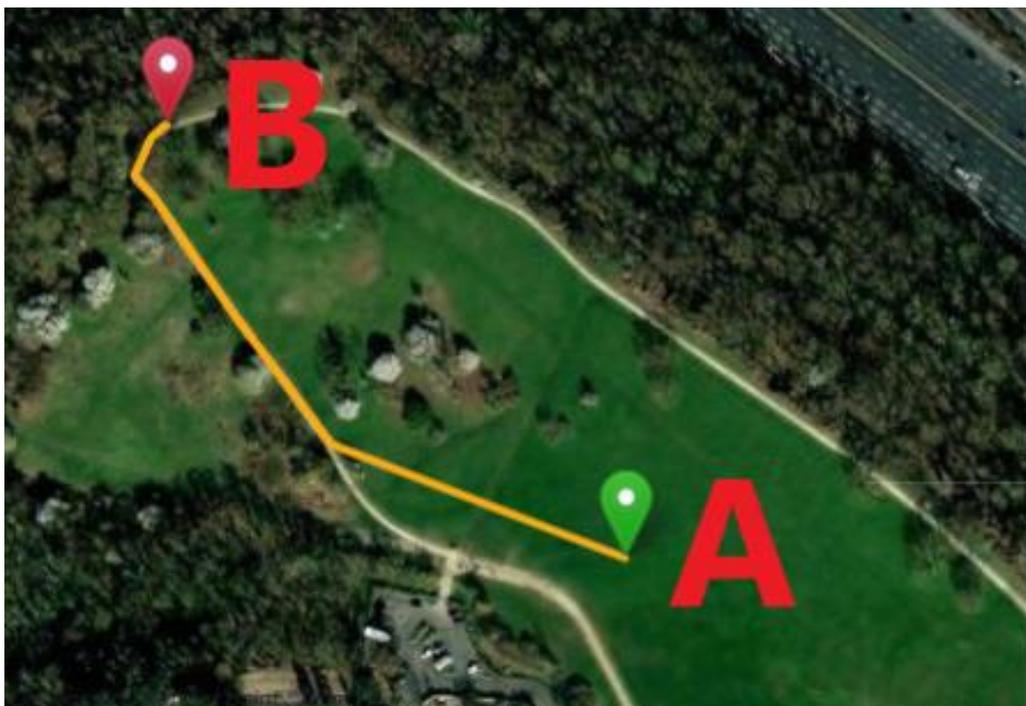
Dimanche 12 janvier 2025



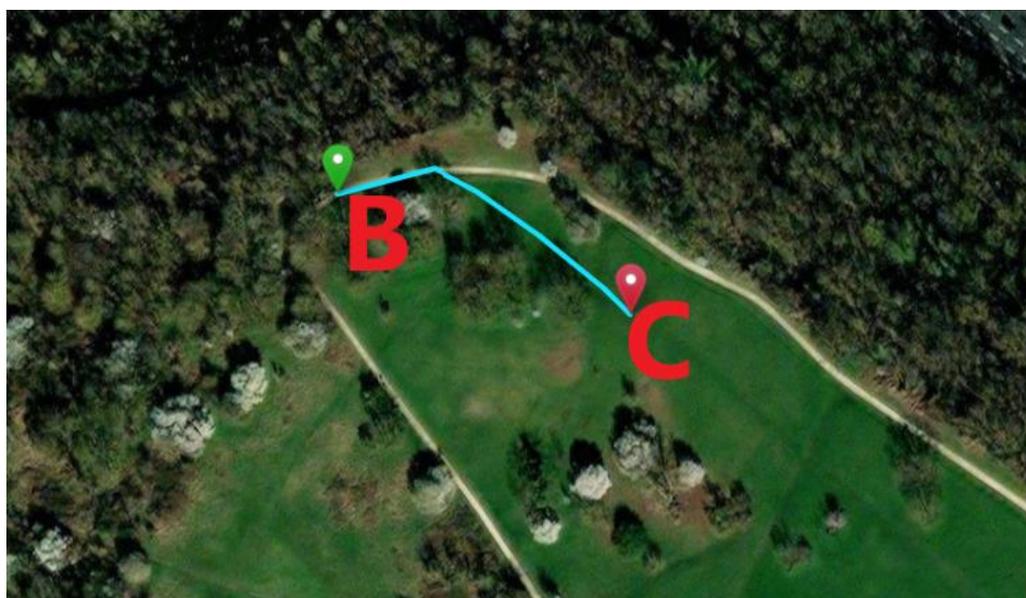
Organisé par l'Efcvo s/l Sannois-St Gratien,
sur la butte d'Orgemont à Argenteuil (95100)

Catégorie	Départ	Distance
<u>Minimes M</u> Départ + boucle bleue + boucle bleue + boucle rose + arrivée	10h00	3570 m
<u>Minimes F</u> Départ + boucle rose + boucle rose + arrivée	10h20	2740 m
<u>Benjamins M</u> Départ + boucle bleue + boucle bleue + arrivée	10h35	2370 m
<u>Benjamines F</u> Départ + boucle bleue + boucle bleue + arrivée	10h50	2370 m
<u>Poussins M</u> Départ + boucle bleue + arrivée	11h05	1335 m
<u>Poussines F + Handi sport</u> Départ + boucle bleue + arrivée	11h20	1335 m
Kid cross 2018	11h50	4 minutes
Kid cross 2017 et 2016	12h00	5 minutes (course 1)
Kid cross 2017 et 2016	12h10	5 minutes (course 2)
Kid cross 2017 et 2016	12h20	5 minutes (course 3)
Kid cross 2017 et 2016	12h30	5 minutes (course 4)
<u>Cadettes F, Juniors F, CCF</u> Départ + boucle bleue + boucle bleue + boucle rose + arrivée	12h45	3570 m
<u>Cadets M, CCM</u> Départ + boucle rose + boucle jaune + arrivée	13h10	4155m
<u>Juniors M et ES, SE, VE – F</u> Départ + boucle bleue + boucle jaune + boucle jaune + arrivée	13h35	6585m
<u>ES, SE, VE – M</u> Départ + boucle jaune + boucle jaune + boucle jaune + arrivée	14h10	8185 m

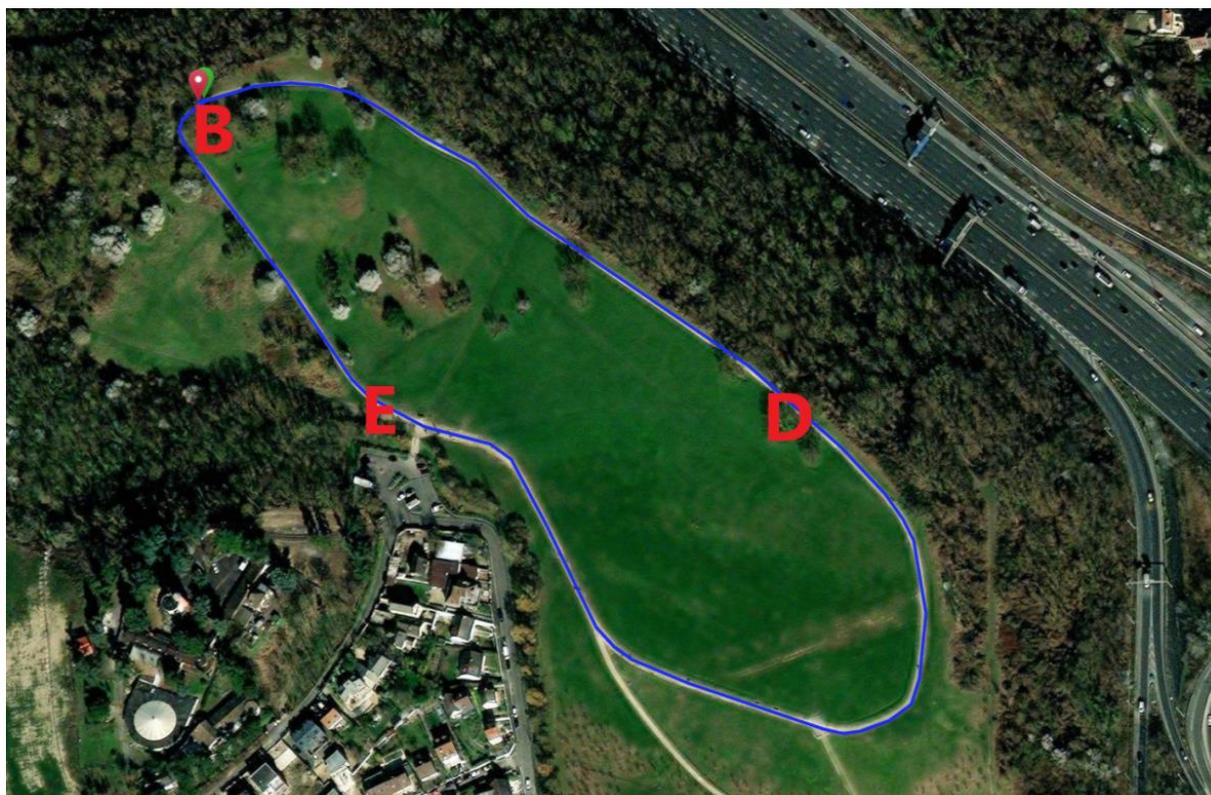
Départ – A-B



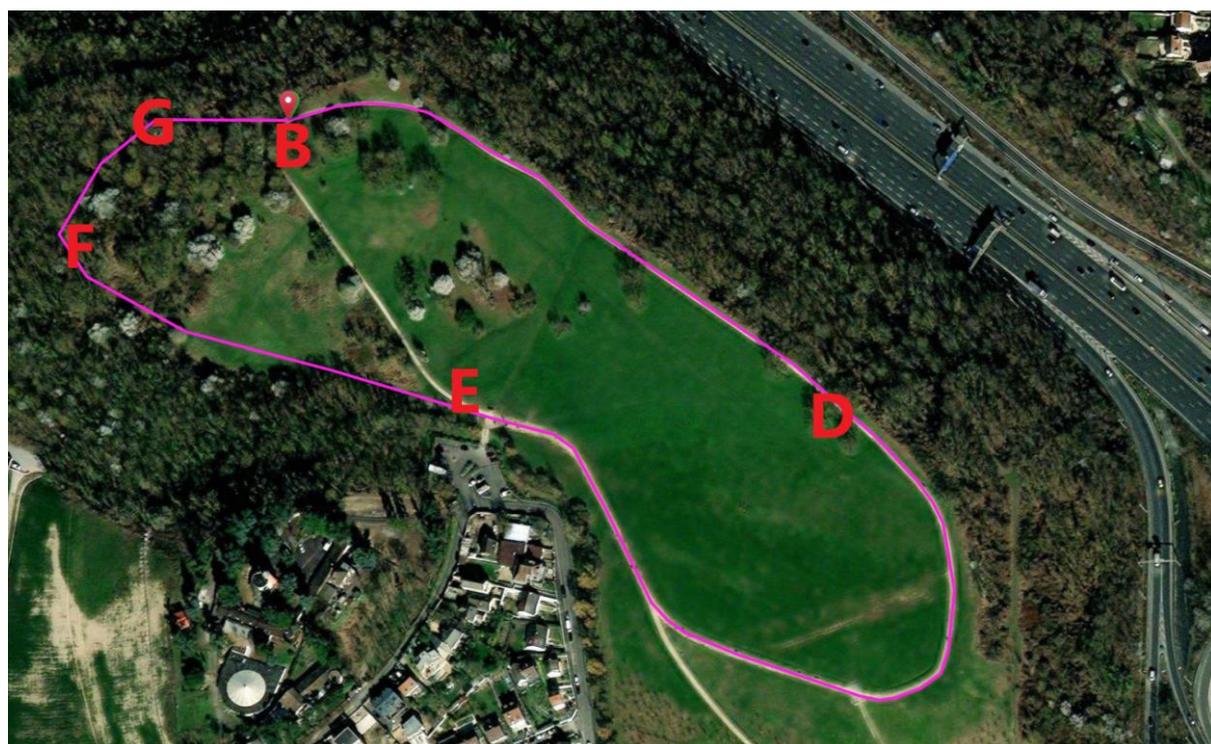
Arrivée – B-C



Boucle bleue : 1015 mètres – B-D-E-B



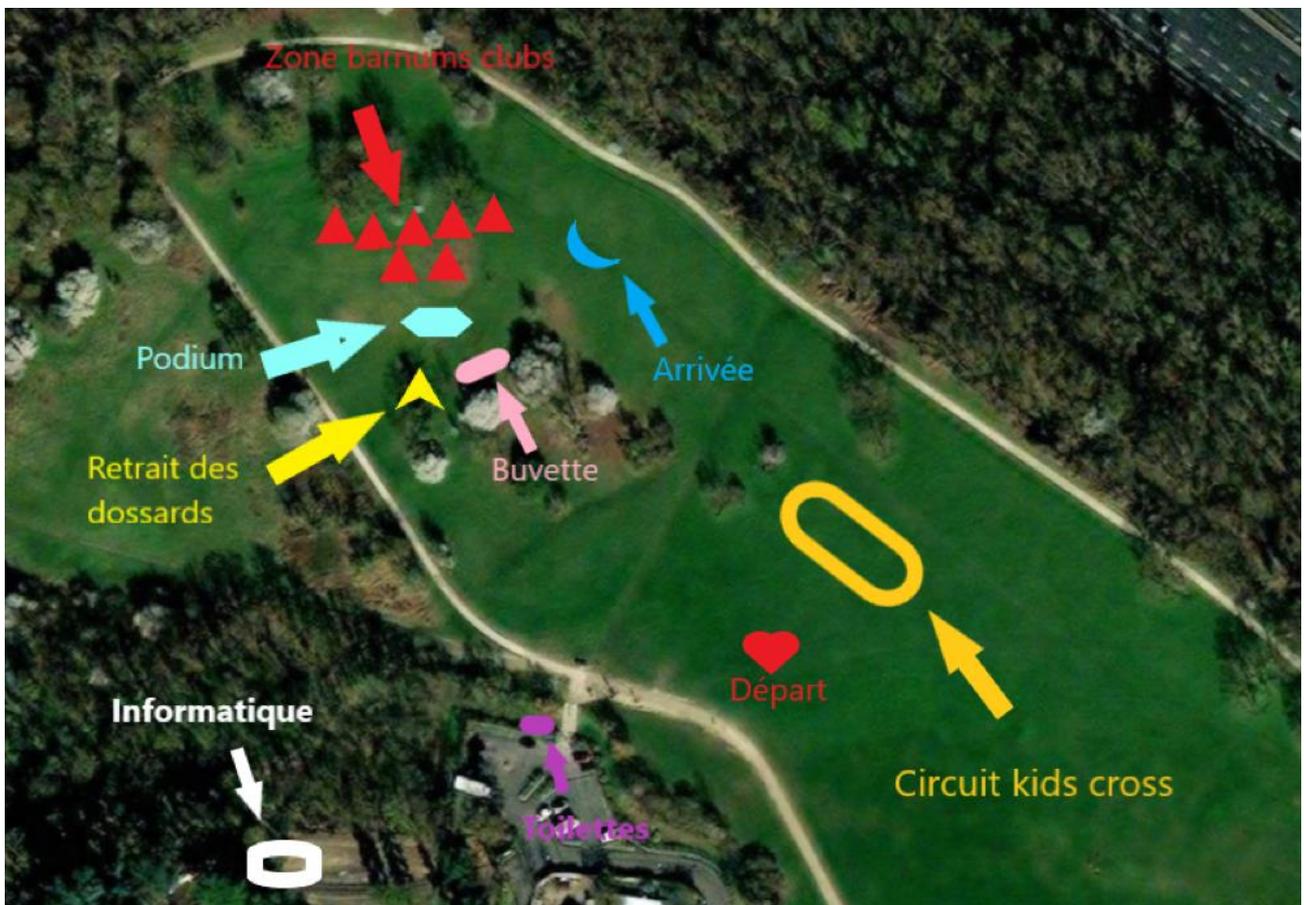
Boucle rose : 1200 mètres – B-D-E-F-G-B



Boucle jaune : 2615 mètres – B-D-E-F-H-I-J-K-L-M-N-O-G-B



Implantation cross :



Parking :

Une priorité : le Parking Carrefour SANNOIS - 3 Rue de la Horionne - 95110 Sannois
Des navettes feront l'aller-retour depuis ce parking jusqu'au lieu du cross toute la journée.



Ou possibilité de se garer comme l'année dernière, mais attention régulation effectuée par la police municipale donc risque de bouchons !

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



Notez bien :

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.

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 A TOUS.