

# **Championnats de Normandie de Cross-country**

## **Dimanche 30 Janvier 2022**

### **Parc de la Fresnaye – FALAISE (14)**

Le Championnat de Normandie de Cross, prévu initialement à Lisieux, se déroulera finalement à Falaise, au parc du château de la Fresnaye, lieu du premier championnat régional d'après fusion en 2017.

#### **Engagements :**

Contrairement aux autres années, du fait de la propagation du virus Covid 29 et des nombreux cas contacts enregistrés ces derniers jours, il n'y aura pas de qualifications à l'issue des championnats départementaux. Les inscriptions pour ces régionaux se feront donc par engagements

Les engagements individuels sont donc à faire sur le site de la Ligue de Normandie d'Athlétisme dès le lundi 17 Janvier,

**Date limite : Lundi 24 Janvier, 14 h 00.**

**Tout engagement au-delà de la date limite du Lundi 24 Janvier, 14 h 00 sera facturé aux clubs 10 €.**

**D'autre part, tout dossard non retiré quelle que soit la catégorie, sera facturé aux clubs 10 €.**

Tous renseignements pratiques (plan de situation, parkings, retrait des dossards, plan de parcours, horaires, consignes Covid, passe vaccinal, etc.) sur le site de l'ES Falaise

**Retrait des dossards** : à l'intérieur du château de la Fresnaye.

En raison de l'épidémie liée au COVID 19, et en fonction de son évolution, un certain nombre de mesures devront être prises.

En particulier la distribution des dossards se fera de manière individuelle

**sur présentation d'une pièce d'identité avec photo** (CI, passeport, permis de conduire, carte scolaire, carte de bus ....). **Bien prévenir les athlètes**, mais suivant un horaire précis en fonction des catégories et ceci afin d'éviter un trop grand afflux d'athlètes en même temps. Cet horaire sera le suivant :

- Masters H de 08 h 30 à 10 h 30
- BF et BG de 10 h 15 à 11 h 45
- MF et MG de 11 h 15 à 12 h 30
- CF et JF de 12 h 30 à 13 h 30
- CH et JH de 13 h 00 à 14 h 00
- Elite F de 13 h 45 à 14 h 45
- Elite H de 14 h 30 à 15 h 45

## **JURY – Réunion du jury 10 h 15 sur la ligne d'arrivée**

Directeur de la Compétition : J. Poirier (Pdt de l'ES Falaise)

Directeur de réunion : DD Kerveillant

Juge arbitre général et arrivée : DD Kerveillant

Juges arbitres parcours :

Pont A : A. Bouilloux

Point B : D. Pignet

Points C et D : JJ Nouet

Point E : P. Gougeon

Starters : Z. Roussel – M. Louvet – B. Guillard

Arrivée : P. Julien + CD 14

Secrétariat : V. Le Boucher

Navettes – affichages – juges de parcours : ES Falaise

Responsables distribution des dossards : P. Thimonier – AM. Alliouz

Distribution des dossards : ES Falaise (4 personnes)

Animation : N. Picard – L. Ameline

CAD : P. Julien

Protocole : T. Collignon – P. Caugant – J. Poirier – D. Adast

## **Qualifications aux 1/2 finales des Championnats de France :**

Les demandes de qualifications exceptionnelles pour les 1/2 finales sont à déposer le jour des régionaux avant 17 h 30 auprès du Président de la CSO régionale, accompagnées du chèque de caution de 30€.

## **Quota de qualifiés aux 1/2 finales pour la Normandie :**

	CF	JF	CCF	Elite F	CH	JH	CCH	Elite H	Masters H
<b>Equipes</b>	8	7	14	13	10	11	16	15	15
<b>Individuels</b>	51	48	43	67	51	53	41	42	47

## **Relais de cross**

Le championnat de Normandie de relais de cross (TC et -20 ans) se déroulera la veille du régional le samedi 29 Janvier à 16 heures (1 seule course) ;

**Engagements sur le site de la ligue avant le vendredi 28 Janvier, 8 h 00.**

**Nombre d'équipes qualifiées pour les championnats de France :**

3 en TC

2 en -20 ans.

Le relais de cross sera précédé d'une épreuve de marche nordique organisée par le CD 14 le samedi à 14 h 15.

## Horaires des régionaux de cross – FALAISE 2022

### Les boucles

Composition des boucles							Distance	Dénivelé
Zone Départ	ZD=90	FC=100	CD=50	DA=230			470 m	-5 m
Petite Boucle	ABCDA						940 m	+8 m -8 m
Moyenne Boucle	ABEFDA						1320 m	+12 m -12 m
Grande Boucle	ABEGDA						2200 m	+20 m -20 m
Zone Arrivée	ZA=80						80 m	0m

### Les distances // Les parcours

Distance des boucles	470m	940m	1320m	2380m	80m	Total

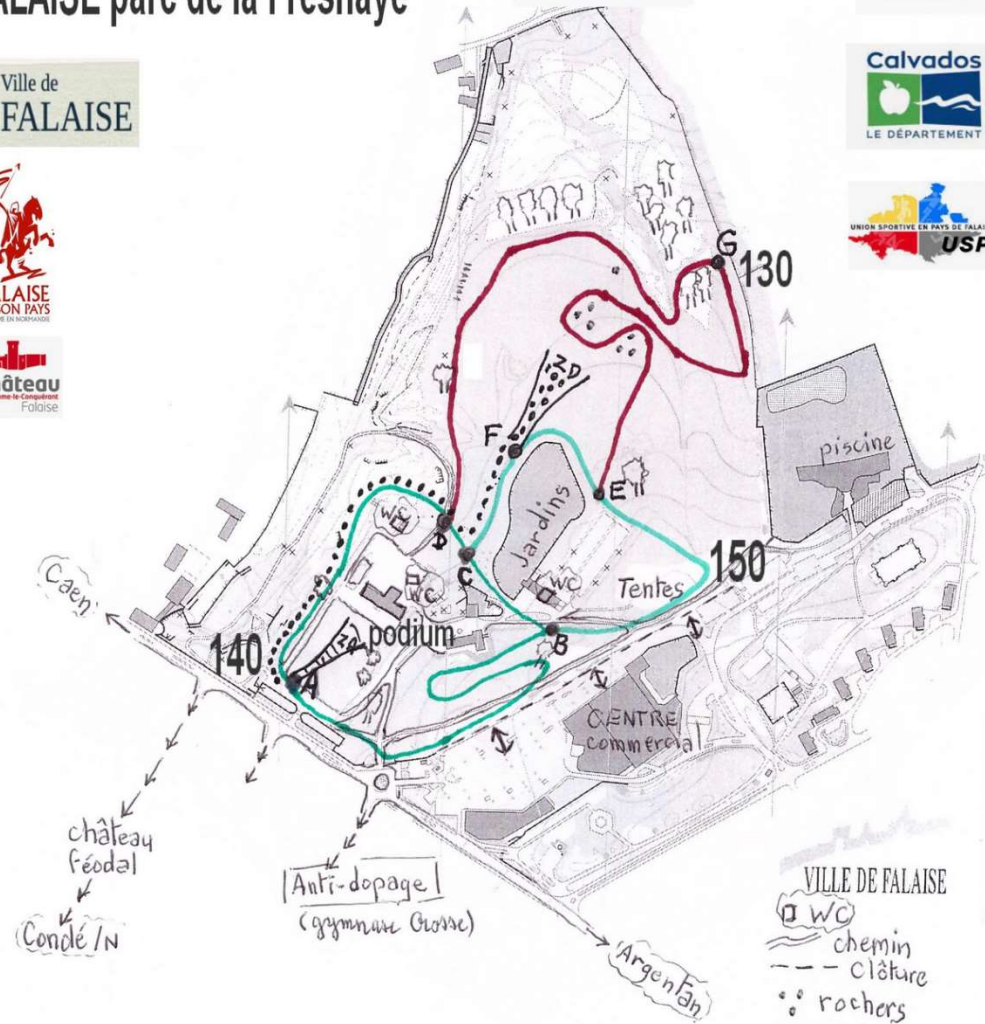
Course	Horaire	Catégorie	Zone Départ	Petite Boucle	Moy. Boucle	Grande Boucle	Zone Arrivée	Distance Parcours
1	11h00	MaM	1	2		3	1	9060 m
2	12h00	BeF	1	2			1	2430 m
3	12h20	BeM	1	1	1		1	2810 m
4	12h40	MiF	1		2		1	3190 m
5	13h00	MiM	1	2	1		1	3750 m
6	13h30	CaF	1	3			1	3370 m
7	14h00	CaM	1	1	1	1	1	5010 m
		JuF	1		3		1	4510 m
8	14h35	JuM	1	2	1	1	1	5950 m
9	15h10	Elite F	1	1	1	2	1	7510 m
10	16h00	Elite H	1	2		3	1	9060 m

# Le plan des boucles

# Régionaux Cross FALAISE 2022



## REGIONAUX de CROSS 2022 FALAISE parc de la Fresnaye



9.40 km  
ABCDA

13.20 km  
ABEFDA

22.00 km  
ABEGDA

470 m  
ZD

80 m  
ZA

- VILLE DE FALAISE
- WC
  - chemin
  - clôture
  - rochers
  - cèdre
  - entrée
  - arbre
  - secrétariat