

Saison de CROSS-COUNTRY 2009 - 10

- Calendrier Cross-Country Page 8
- Généralités pour les Cross-Country Page 9
- Championnats Régionaux C.J.E.S.V. (H et F)
à Saint-Herblain (La Gournerie Nantes (44))
- 1/2 Finale des Championnats de France Page 11
à Chambray-lès-Tours (37)
Championnats de France à La Roche-sur-Yon (P-L -
85)
- Championnats Régionaux Jeunes Page 12
au Lion d'Angers (49)

Calendrier Cross-Country

DATES	LABELS *	COMPETITIONS
NOVEMBRE 2009		
Dimanche 8	Régional	Cross de l'USM au Bois de l'Epau Le Mans (72)
Mercredi 11	National	Cross du Courrier de l'Ouest à Angers (49)
Mercredi 11	Régional	Cross à Longeville (85) de l'ACLR (85) +Départementaux Cross Court
Dimanche 15	Régional	Cross de l'Erdurière à Couëron (44)
Samedi 21	Régional	Cross de Villemoisan SCO d'Angers (49)
Dimanche 22	National	Cross international du Maine Libre à Allonnes (72)
Dimanche 22		Cross de l'ASEC La Pommeraye (49)
Dimanche 22	Régional	Cross Ouest- France - Fontenay le Comte (85)
Dimanche 29	Régional	Cross de Nantes Atlantique SNAC (44)
DECEMBRE 2009		
Dimanche 6		Cross de la Patriotes de Bonnétable (72)
Dimanche 13	National	Cross de l'Erdre ACC La Chapelle sur Erdre (44)
Dimanche 13		Cross de l'ACLR à Le Poiré-sur-Vie (85)
Dimanche 20		Cross de Guéméné-Penfao (44)
Dimanche 20	Régional	Cross de l'ACBV aux Herbiers (85)
Dimanche 20		Cross de Saint-Mars-la-Brière (72)
JANVIER 2010		
Dimanche 10		Départementaux de Cross (44) à Couëron
Dimanche 10		Départementaux de Cross (49) à La Pommeraye
Dimanche 10		Départementaux de Cross (53) à Laval
Dimanche 10		Départementaux de Cross (72) à Montfort-le-Gesnois (72)
Dimanche 10		Départementaux de Cross (85) à Saint-Jean-de-Monts (85)
Sam 16 - Dim 17	International	Cross International Ouest France au Bois de l'Epau Le Mans (72)
Dimanche 24		Cross du COS à Beaulieu-sur-Layon (49)
Dimanche 25		Championnats de France UNSS et UGSEL
Dimanche 31		Régionaux Cross Cadets à Vétérans à Saint Herblain (La Gournerie (44))
FEVRIER 2010		
Dimanche 7		Régionaux Cross Benjamins Minimes au Lion d'Angers (49)
Dimanche 21		Demi-finale des Championnats de France à Chambray-lès-Tours (37)
MARS 2010		
Dimanche 7		Championnats de France de Cross à La Roche-sur-Yon (85)

- Labels demandés par les organisateurs à la FFA : Ces labels permettent aux clubs participants d'être classés au Challenge National des Clubs de Cross-Country.

GENERALITES POUR LE CROSS-COUNTRY

◆ LICENCES :

Les athlètes doivent être licenciés avant toute compétition et impérativement pour les départementaux et les régionaux. La licence doit être créée ou renouvelée au plus tard la veille de la compétition concernée (Art.F12 § 1.2 des règlements FFA).

♠ TENUE - MAILLOTS :

Chaque athlète devra se présenter en tenue correcte :

- maillot du club obligatoire pour les championnats départementaux et régionaux,

CHAMPIONNATS REGIONAUX – C. J. E. S. V. (H & F)
A SAINT HERBLAIN (44) A LA GOURNERIE – ASPTT NANTES
DIMANCHE 31 JANVIER 2010

♣ REGLEMENTATION :

Impossibilité de doubler Cross court et Cross long s'ils sont organisés le même jour et ce à partir des championnats départementaux.

En cas d'organisation séparée aux départementaux, les clubs ne pourront en aucun cas faire participer un même athlète au cross court et au cross long lors des Championnats Régionaux. Si un athlète a doublé (Court et Long), le club devra impérativement préciser le choix de l'athlète pour les régionaux sous peine d'un déclassement. Les représentants des CSO départementales devront être en possession de ces informations pour la réunion de qualification.

♣ QUALIFICATIONS :

La liste des qualifiés individuels et par équipes sera mise en ligne sur le Site de la Ligue le Jeudi 14 janvier 2010 à 14 heures, à l'issue de la réunion de C.S.O. du Mercredi 13 janvier 2010.

Les clubs auront jusqu'au Mardi 26 janvier 2010 à minuit pour confirmer la participation des individuels (directement sur le Site) et faire par E-mail des modifications de compositions d'équipes, (e-mail à : georges.nzahou@lapl.fr).

Le Mercredi 27 janvier 2010 à midi sera mise en ligne la liste définitive des qualifiés. Les modifications ne pourront plus être faites que sur place comme le prévoit le règlement.

♥ **QUALIFICATION PAR EQUIPES :**

- en cadets, juniors H, cadettes, juniors F, seniors/vétérans F et cross court F :

Toutes les équipes classées aux championnats départementaux sont qualifiées pour les régionaux.

- en seniors H (court et long) et vétérans H :

Départementaux	44	49	53	72	85	TOTAL
SE(H) Cross court	9	8	8	8	7	40
SE(H) Cross long	8	8	7	7	10	40
VE (H)	9	10	6	6	9	40

♦ **QUALIFICATIONS INDIVIDUELLES :**

- Courses cadets juniors espoirs hommes et cadettes juniors espoirs seniors vétérans femmes ainsi que le Cross court femmes : seront qualifiés 80% des arrivants des championnats départementaux.

- Course seniors hommes Cross court et long : seront qualifiés uniquement 70% des arrivants aux championnats départementaux.

- Vétérans hommes : seront qualifiés uniquement 40% des arrivants aux championnats départementaux avec un minimum de 50 athlètes par département.

Pour toutes catégories : l'athlète n'ayant pas participé aux championnats départementaux (pour une quelconque raison) et qui ne serait pas intégré par son club dans une équipe qualifiée doit obligatoirement passer par une demande de qualification exceptionnelle.

♣ **QUALIFICATIONS EXCEPTIONNELLES :**

Les demandes (pour les individuels ou pour les équipes) devront être formulées sur les imprimés respectifs prévus à cet effet (qui seront insérés dans la plaquette de présentation des régionaux de cross ou en téléchargement sur le site internet de la Ligue).

Ces demandes motivées devront être remises le Dimanche 10 janvier 2010 à votre Comité d'appartenance pour une étude par la CSO Régionale.

Le dossier complet (horaires, plan du parcours, plan du site et feuilles d'engagements individuels) concernant ces championnats régionaux, vous sera remis ultérieurement et au plus tard le jour du Championnat Départemental.

**DEMI-FINALE DES CHAMPIONNATS DE FRANCE DE CROSS-COUNTRY
A CHAMBRAY LES TOURS (CENTRE) - DIMANCHE 21 FEVRIER 2010**

GENERALITES

L'intégralité de la réglementation de cette journée se trouve page 15 du Livret Fédéral.

♥ **SELECTION POUR LA DEMI-FINALE DES CHAMPIONNATS DE FRANCE :**

La liste des qualifiés sera affichée au secrétariat dès la fin de la course du championnat régional. Les réclamations devront être effectuées immédiatement sur place, auprès du Président de la CSO.

Les demandes de qualifications exceptionnelles pour les interrégionaux devront impérativement être remises à la CSO régionale, le jour des régionaux.

Nombre d'équipes qualifiées aux demi-finales des Championnats de France :

- Pour les cadets et juniors 75% des équipes classées
- Pour les seniors et vétérans : répartition par rapport aux résultats de l'année précédente avec une base de 5 équipes qualifiées + un nombre par rapport aux équipes classées dans les 25 premières.

INTERREGION CENTRE ATLANTIQUE	Centre	Pays de la Loire	Poitou-Charentes
Cross Court F	15	13	8
Cross Long F	10	22	8
Cross Court M	10	22	8
Cross Long M	11	21	8
Vet M	10	22	8

Qualifiées Individuels

- Pour les cadets, juniors et espoirs : 75% des arrivants de la course de chaque ligue.
- Pour les seniors et vétérans : 50% des arrivants de la course.

CHAMPIONNATS DE FRANCE à LA ROCHE-SUR-YON
DIMANCHE 7 MARS 2010

TABLEAU DE QUALIFICATION PAR EQUIPES

HOMMES						FEMMES			
VE	SE	CC	JU	CA	INTERRÉGION	EL	CC	JU	CA
5	4	3	5	4	CENTRE ATLANTIQUE	2	5	3	3

TABLEAU DE QUALIFICATIONS INDIVIDUELLES

HOMMES							FEMMES					
VE	EL	CC (1)	ES	JU	CA	INTERRÉGION	VE	EL	CC (1)	ES	JU	CA
26	27	20	14	30	35	CENTRE ATLANTIQUE	12	18	15	11	22	26

(1) ces chiffres s'entendent catégories SE - VE - ES confondues.

**CHAMPIONNATS RÉGIONAUX DE CROSS BENJAMINS MINIMES
EPREUVES OUVERTES POUSSINS ET ECOLES D'ATHLÉTISME
LE LION D'ANGERS (49) - Parc de l'Isle Briand
DIMANCHE 7 FEVRIER 2010**

ENGAGEMENTS :

Ils devront parvenir sur les formulaires spécifiques qui seront insérés dans la plaquette de présentation du cross (une feuille par catégorie) pour le :

Lundi 1^{er} Février 2010 à l'ESSHA Athlétisme

E-mail :

essha.athletisme@orange.fr

Infos sur le site de l'ESSHA www.athletisme-esshautanjou.fr Rubrique: Nos Organisations

Feuille d'engagements à télécharger sur le site :

<http://paysdelaloire.athle.com/asp.net/espaces.home/home.aspx> Rubrique: Engagements

Les clubs devront engager les athlètes qui souhaitent réellement participer.

Les poussins ne sont pas admis au championnat officiel mais pourront participer aux épreuves d'animation ouvertes programmées par l'organisateur.

MODIFICATIONS :

Elles devront être effectives au moins 1 heure minimum avant le départ de l'épreuve, au secrétariat des championnats.

CLASSEMENTS PAR EQUIPES :

Le classement se fera sur 4 athlètes pour une équipe de 6 et ce, dans toutes les catégories. L'équipe 2, sera classée à partir du 7^e athlète.

RECOMPENSES pour les épreuves de Benjamins et Minimes :

- Résultats individuels : les 10 premiers par année de naissance rejoindront immédiatement après l'arrivée le podium pour la remise des récompenses,

- Résultats par équipes : les 3 premières équipes seront appelées au podium lorsque les résultats auront été totalement validés (réclamations éventuelles prises en compte).

Le dossier complet (horaires, plan du parcours, plan du site et feuilles d'engagements individuels) concernant ces championnats régionaux, vous sera remis ultérieurement.

Parcours et Horaires

N° Course	Horaire	Catégorie	Parcours	Distance
1	11h00	Ecole d'athlétisme Filles	DA + 2 Jaunes	1050 m
2	11h20	Ecole d'athlétisme Garçons	DA + 2 Jaunes	1050 m
3	11h40	Poussines	DA + 2 Rouges	1570 m
4	12h00	Poussins	DA + 2 Rouges	1570 m
N° Course	Horaire	Catégorie	Parcours	Distance
5	13h45	Benjamines	DA + 1 Rouge + 1 Rouge/Bleue	2030 m
6	14h15	Benjamins	DA + 1 Rouge + 1 Rouge/Bleue	2030 m
7	14h45	Minimes Filles	DA + 1 Jaune + 1 Rouge + 1 Rouge/Bleue	2390 m
8	15h15	Minimes Garçons	DA + 1 Rouge + 2 Rouge/Bleue	3110 m

Départ / Arrivée : 330 m

Boucle Rouge : 620 m

Boucle Jaune : 360 m

Boucle Rouge/Bleue : 1080 m