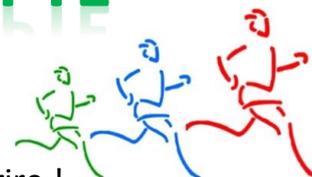




CROSS JEUNES SPORT ADAPTE



Pour le plaisir et le défi, venez courir pour avoir le sourire !

Rendez-vous le **jeudi 18 octobre 2018** au complexe sportif Jean Coulon à **Thorens-Glières**

Accès :

De Annecy prendre la direction la Roche sur Foron, à Groisy prendre la direction Thorens-Glières, arriver à Thorens-Glières suivre les flèches FFSA.

De la Roche sur Foron prendre la direction Annecy, après le col d'Evires, suivre Thorens-Glières, puis suivre flèches FFSA

Programme :

- Rendez-vous sur le parking du complexe sportif Jean Coulon à 9h30 : accueil et récupération des dossards
- Premier départ à 10h
- 12h : pic nic tiré du sac
- 13h : annonce des résultats



Prévoir :

- Bouteille d'eau – Chaussures de course – Vêtements de rechange – Tenue de sport -- Pic nic – Veste

Inscriptions :

Le cross est proposé aux **licenciés Sport Adapté 2018-2019** : loisir ou compétition ou licence découverte.

Nb : Licence découverte : à prendre si le sportif n'est pas licencié à l'année : coût par personne 7 euros (à régler au CDSA 74) ; se prémunir d'un certificat médical de non contre-indication à la pratique du cross ou des activités physiques adaptées de moins d'un an.

Pour les sportifs déjà licenciés dans un club : si contre-indication médicale, obligation de présenter le certificat médical.

Frais d'inscription : 2€/personne



CROSS JEUNES SPORT ADAPTE

Fiche d'inscription à renvoyer au CDSA 74 avant le lundi 15 octobre 2018

Famille/établissement/association Sport Adapté : _____

Adresse : _____

Tél : _____ Mail : _____

Nom et tél du responsable sur place : _____

Nombre d'accompagnateurs : _____

1/ LICENCIES A L'ANNEE EN SPORT ADAPTE

NOM PRENOM	Sexe	Année de naissance	N°de licence	Catégorie d'inscription (distance choisie)

2/ LICENCIES A LA JOURNEE : prise de licence en ligne par le CDSA 74.

ATTENTION : CHAQUE LICENCE PRISE SERA FACTUREE SAUF ANNULATION DEMANDÉE AVANT LE 16 OCTOBRE à 12H

NOM PRENOM	SEXE	Date de naissance	Catégorie d'inscription (distance choisie)



CROSS JEUNES SPORT ADAPTE

JEUDI 18 OCTOBRE 2018



FICHE RECAPITULATIVE

Famille/établissement/association Sport Adapté : _____

Adresse : _____

Tél : _____ Mail : _____

Nom et tél du responsable sur place : _____

Frais inscription	Nbe de sportifs	SOUS-TOTAL 1
2,00 €		

Licences journée	Nbe de sportifs	SOUS-TOTAL 2
7,00 €		

SOUS-TOTAL 1+SOUS-TOTAL 2 = _____€

= Règlement (souhaité) par chèque à l'ordre de CDSA 74.

= Si espèces, merci de faire l'appoint.

DISTANCES

Parcours de 1000m et 2000m :

Parcours simple, peu de difficultés, peu d'obstacles ne nécessitant pas une forte adaptation à l'environnement

Parcours de 3000m :

Parcours pouvant intégrer des difficultés mineures nécessitant une adaptation à l'environnement (virages, bosses, etc...)

Parcours de 4000m et 5000m :

Parcours avec des difficultés majeures nécessitant une adaptation à l'environnement (dénivelé (moins de 100m), virages, bosses, obstacles, changement de terrain etc...).