



LIGUE SPORT ADAPTE DES HAUTS-DE-FRANCE



Bondues, le 1^{er} septembre 2021

Aux Présidentes et Présidents
Des Associations Sportives

Madame la Présidente, Monsieur le Président,

L'Association Sportive CAP 3000 et l'IME L. Bleriot de Wimille organisent, sous l'égide de la Ligue Sport Adapté des Hauts-de-France :

**Championnat Régionale de Para Cross-Country Adapté
LE MARDI 16 NOVEMBRE 2021**

**Au Stade PATOU WIMILLE
Ouvert au public Jeune et Adulte**

Vous trouverez ci-joint :

- ✓ Les catégories, le règlement
- ✓ La liste des épreuves
- ✓ Une fiche d'inscription
- ✓ Le protocole sanitaire
- ✓ Le plan d'accès

Les inscriptions seront clôturées le 29 octobre 2021. La licence Sport Adapté en cours est **obligatoire**. Pour tout renseignement et envoi des inscriptions s'adresser à :

Elliott CHRETIEN

.....

Tel : 07.82.18.82.38

Email : elliott.chretien@sportadapte.fr

Nous vous prions d'agréer, Madame la Présidente, Monsieur le Président, l'expression de nos sentiments les meilleurs.

CAP 3000,
M.Jean-Noël DUCHATEL

**La Ligue Sport Adapté
des Hauts de France,**
M.Francis FAELENS

60 Rue des Ravennes - 59910 BONDUES

✉ ffsacr16@wanadoo.fr

☎ 03 20 03 65 84

🌐 Site : <https://www.sportadapte-hautsdefrance.org>

1. Informations pour le bon déroulement de la compétition

Le règlement sportif Para Athlétisme Adapté (disponible sur le site de la FFSA) sera appliqué. Dans ce document nous vous reprecisons les distances en fonction des catégories d'âges et des classifications (p3). Les organisateurs se réservent le droit de modifier le parcours si nécessaire en accord avec la commission technique régionale du sport adapté.

A prendre en compte :

- ✓ Le **départ de la première course se fera à 10h30**, il est demandé à chaque association de retirer les dossards à l'accueil à partir de 09h30.
- ✓ Les participants doivent se rendre sur la **ligne de départ 10 minutes avant la course** afin d'y effectuer le pointage. En cas de non-respect l'athlète sera disqualifié.
- ✓ Le parcours de cross s'effectuera sur un terrain mixte, les pointes de 9 mm seront utilisables
- ✓ Les dossards doivent être **épinglés sur la poitrine** (n'oubliez pas vos épingles).
- ✓ Les **repas sont à la charge de chaque association**
- ✓ La **remise des récompenses se fera après les 3 premières courses et à 13h00 pour les deux dernières courses.**
- ✓ Le Pass sanitaire vous sera demandés

1. Catégories d'âge :

-10	-12	-14	-16	-18	-21	SENIORS	VETERAN 1	VETERAN 2
2012 et après	2010-2011	2008-2009	2006-2007	2004-2005	2001-2003	2000-1982	1981-1972	1971 et avant

1. Liste des Epreuves : LES ATHLETES SERONT INSCRITS DANS LES DIFFERENTES EPREUVES EN FONCTION DE LEUR SEXE, LEUR CLASSE, LEUR CATEGORIE D'AGE.

Hommes		AB	Femmes	
1000m		-10	1000m	
		-12		
		-14		
2000m		-16	2000m	
Cross Court	Cross Long		Cross Court	Cross Long
2000m	3000m	-18	2000m	3000m
		-21		
		Seniors		
		Vétérans 1		
2000m		Vétérans 2	2000m	

Hommes		BC	Femmes	
1000m		-10	1000m	
		-12		
		-14		
2000m		-16	2000m	
Cross Court	Cross Long		Cross Court	Cross Long
2000m	4000m	-18	2000m	3000m
	5000m	-21		4000m
		Seniors		
	Vétérans 1	3000m		
	Vétérans 2			

Hommes		CD	Femmes	
1000m		-10	1000m	
		-12		
2000m		-14	2000m	
		-16		
Cross Court	Cross Long		Cross Court	Cross Long
2000m	5000m	-18	2000m	4000m

1. Horaire prévisionnel de passage :

CC = Cross Court

	CATEGORIES	CLASSE AB		CLASSE BC		CLASSE CD	
		Masculin	Féminin	Masculin	Féminin	Masculin	Féminin
1/ 5000m 10h30	-18					5000m	
	-21			5000m		5000m	
	SENIORS			5000m		5000m	
	VETERANS 1			5000m		5000m	
	VETERANS 2					5000m	

	CATEGORIES	CLASSE AB		CLASSE BC		CLASSE CD	
		Masculin	Féminin	Masculin	Féminin	Masculin	Féminin
2/ 1000m 11h00	-10	1000m	1000m	1000m	1000m	1000m	1000m
	-12	1000m	1000m	1000m	1000m	1000m	1000m
	-14	1000m	1000m	1000m	1000m		

	CATEGORIES	CLASSE AB		CLASSE BC		CLASSE CD	
		Masculin	Féminin	Masculin	Féminin	Masculin	Féminin
3/ 2000m 11h20	-14					2000m	2000m
	-16	2000m	2000m	2000m	2000m	2000m	2000m
	-18	2000m CC	2000m CC	2000m CC	2000m CC	2000m CC	2000m CC
	-21	2000m CC	2000m CC	2000m CC	2000m CC	2000m CC	2000m CC
	SENIORS	2000m CC	2000m CC	2000m CC	2000m CC	2000m CC	2000m CC
	VETERANS 1	2000m CC	2000m CC	2000m CC	2000m CC	2000m CC	2000m CC
VETERANS 2	2000m	2000m	2000m CC	2000m CC	2000m CC	2000m CC	

	CATEGORIES	CLASSE AB		CLASSE BC		CLASSE CD	
		Masculin	Féminin	Masculin	Féminin	Masculin	Féminin
4/ 3000m 12h00	-16						
	-18	3000m	3000m		3000m		
	-21	3000m	3000m				
	SENIORS	3000m	3000m				
	VETERANS 1	3000m	3000m				
	VETERANS 2				3000m		

	CATEGORIES	CLASSE AB		CLASSE BC		CLASSE CD	
		Masculin	Féminin	Masculin	Féminin	Masculin	Féminin
5/ 4000m 12h30	-16						
	-18			4000m			4000m
	-21				4000m		4000m
	SENIORS				4000m		4000m
	VETERANS 1				4000m		4000m
	VETERANS 2			4000m			4000m



LIGUE SPORT ADAPTE DES HAUTS-DE-FRANCE

PREVENTION SANITAIRE



« L'organisation est réalisée dans les conditions optimales dans la prévention du COVID pour Tous »

Ainsi :

L'étanchéité des groupes est assurée (parcours-sens de circulation).

Le port du masque est obligatoire chaque fois que nécessaire.

La désinfection des mains avec une solution hydro alcoolique sera régulièrement proposée.

Les objets ou espaces communs seront nettoyés et assainis chaque fois que nécessaire avec un produit virucide.

✓ **Le pass sanitaire vous sera demandé**

CHAMPIONNAT REGIONALE PARA CROSS COUNTRY ADAPTE

STADE PATOUX
Rue du Stade à WIMILLE
Mardi 16 Novembre 2021

