



Ligue de Bretagne Sport Adapté



**Dossier d'inscription
Para Cross Adapté
Championnat de Bretagne - Adultes**



Dimanche 14 janvier 2024 -

A partir de 10h30

- Grand Pré – LANGUEUX (22) -

Organisé par la Ligue de Bretagne de Sport Adapté avec TLA et le CDSA 22 et CDA 22



Ligue de Bretagne du Sport Adapté

18 Rue Pierre De Coubertin 22440 Ploufragan – Tél : 07 81 04 60 56 Courriel : ligue.bretagne@sportadapte.fr
N° SIRET : 399 963 768 00037 / N° APE : 9312Z / N° Agrément Sport : 04 35 S 86 /



Ligue de Bretagne Sport Adapté



Charte sportive

Suivez les 3 R :

Respect de soi

Respect des autres

Responsabilité pour toutes vos actions - Dalaï Lama

Cette rencontre est une **compétition ouverte aux personnes en situation de handicap mental et/ou psychiques licenciées à la FFSA pour la saison 2023/2024**

Le Championnat régional de Para-Cross Adapté est qualificatif pour le Championnat de France de Para Cross Adapté 2023/2024.

Pour participer à cette journée, il faut :



Avoir **une licence compétitive FFSA à jour** mentionnant la classe (AB, BC ou CD) et avec photographie. Elle doit être présentée en début de championnat lors de la vérification des licences.

Ne pas présenter de contre-indication médicale à la pratique *de la discipline en compétition*



S'être entraîné(e) régulièrement au sein de son club afin de préparer au mieux la participation au championnat



Respecter le parcours de qualification en **ayant participé au championnat départemental Sport Adapté** (ou interdépartemental) si ce dernier a été proposé sur le territoire.



Avoir un **équipement sportif (tenue) conforme** et réglementaire et apporter le **matériel nécessaire** à la pratique de l'activité.



Respecter les horaires de compétition et de vérification des engagements/licences.



Être accompagné(e) d'au moins un dirigeant licencié FFSA du club lors de la compétition. Les dirigeants non-licenciés FFSA ne pourront pas accéder aux zones de coaching.



Être respectueux des partenaires, des adversaires, des arbitres et officiels, des organisateurs et bénévoles et de toutes personnes présentes sur le championnat.

Ligue de Bretagne du Sport Adapté

18 Rue Pierre De Coubertin 22440 Ploufragan – Tél : 07 81 04 60 56 Courriel : ligue.bretagne@sportadapte.fr
N° SIRET : 399 963 768 00037 / N° APE : 9312Z / N° Agrément Sport : 04 35 S 86 /



Ligue de Bretagne Sport Adapté



Invitation au DEFI



Je viens avec ma gourde ou ma bouteille



Je coupe l'eau



Je trie mes déchets et ramasse les bouteilles des autres, je ne jette rien par terre



J'éteins la lumière



Je favorise le covoiturage ou le transport en commun pour mes déplacements



Réclamations :



Une demande de dérogation individuelle peut être formulée si un(e) sportif(ve) n'a pas pu participer à la compétition qualificative.



L'organisateur se laisse la possibilité de refuser une modification après l'envoi des inscriptions.



Par souci d'organisation, **toute inscription le jour du championnat sera refusée.**



Les clubs doivent **prévenir de l'absence d'un ou plusieurs sportifs** au minimum trois jours avant le championnat (soit jusqu'au mercredi pour une compétition le samedi). Passé ce délai, toute absence injustifiée ne sera pas remboursée.

Règlement sportif

Le règlement sportif Para Cross Adapté est consultable sur [FFSA - RÈGLEMENTS SPORTIFS - Tous les documents \(sharepoint.com\)](#)

Ligue de Bretagne du Sport Adapté

18 Rue Pierre De Coubertin 22440 Ploufragan – Tél : 07 81 04 60 56 Courriel : ligue.bretagne@sportadapte.fr
N° SIRET : 399 963 768 00037 / N° APE : 9312Z / N° Agrément Sport : 04 35 S 86 /



Ligue de Bretagne Sport Adapté



Informations sur le championnat de Bretagne de Para-Cross Adapté



Championnat régional Adulte Para Cross Adapté se déroulera le dimanche 14 janvier 2024



site le Grand Pré - 22360 Langueux



avec un fléchage FFSA pour indiquer le lieu de compétition.



Parking : Rue St-Ilan



Prévoir le pique-nique pour le midi - L'heure pour vous restaurer est libre. (possibilité de restauration sur place)

Les sportifs seront intégrés aux courses correspondant à la distance prévue par le règlement FFSA.

- A L'ARRIVÉE DE LA COURSE :



- Pour une meilleure efficacité, merci aux accompagnateurs de s'assurer que le dossard des sportifs soit visible pour les chronométreurs à l'arrivée

- 2 dossards par coureurs soit 1 devant et 1 derrière



- Nous vous demandons de **prévoir 8 épingles !**

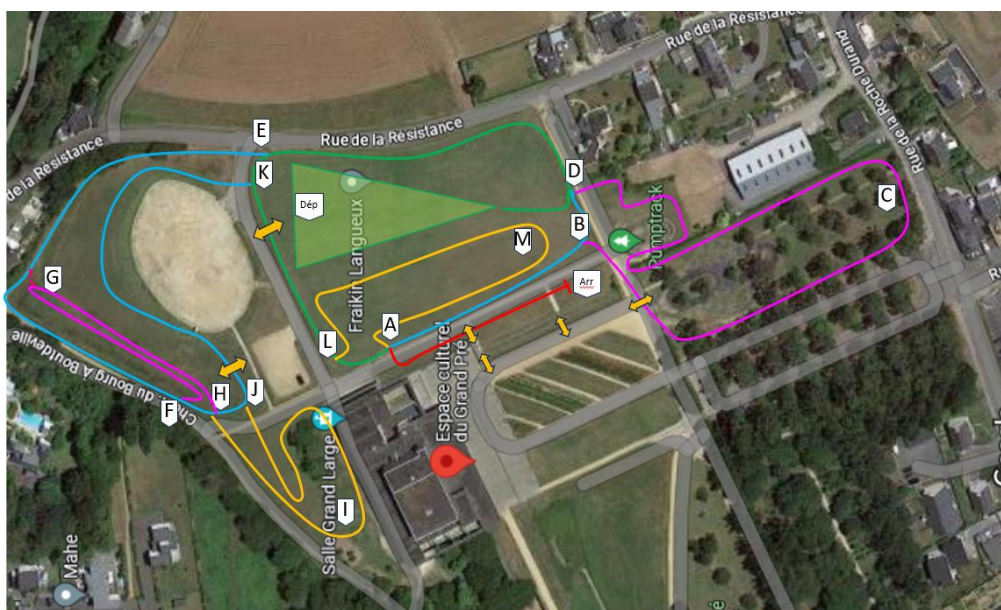
Ligue de Bretagne du Sport Adapté

18 Rue Pierre De Coubertin 22440 Ploufragan – **Tél** : 07 81 04 60 56 **Courriel** : ligue.bretagne@sportadapte.fr
N° SIRET : 399 963 768 00037 / **N° APE** : 9312Z / **N° Agrément Sport** : 04 35 S 86 /



Informations sur les parcours

Détails des différents parcours de cross (petite boucle/moyenne boucle et grande boucle)



Cross Court Homme et Femme : Départ -> petite boucle -> moyenne boucle -> Arrivé (2550m)

Cross Long Femme: Départ -> petite boucle -> moyenne boucle -> grande boucle -> Arrivé (4350m)

Cross Long Homme : Départ -> petite boucle -> 2x grande boucle -> Arrivé (4950m)

| Boucle | Pts de passage | Distances |
|----------------|-----------------------------|-----------|
| Boucle Départ | Dép – D-E-K-L-A | 400m |
| Petite boucle | A-B-D-E-F-H-J-I-K-L-A | 800m |
| Moyenne Boucle | A-B-D-E-F-H-I-J-K-L-A | 1200m |
| Grande Boucle | A-B-C-D-E-F-G-H-I-J-K-L-M-A | 1800m |
| Arrivée | A-Arr. | 100m |
| Boucle EA | E-G-H-J-K | |

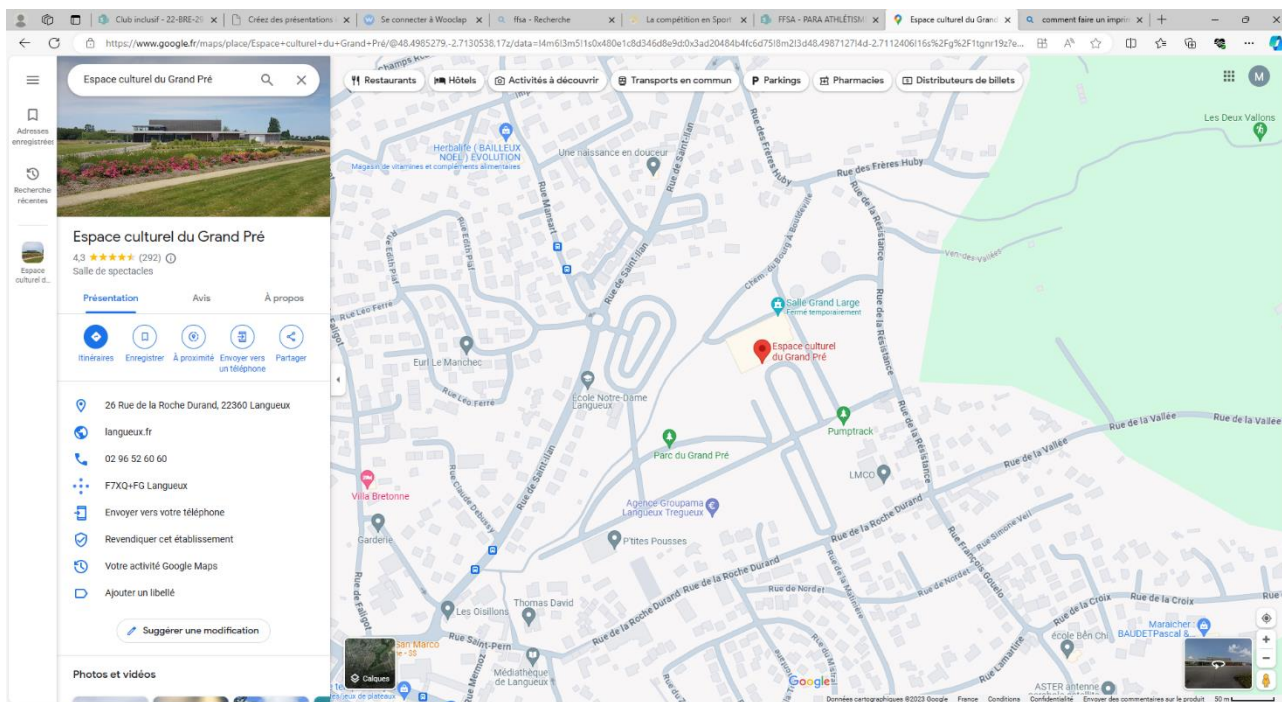


Ligue de Bretagne Sport Adapté



Lieu et conditions d'accès

<https://maps.app.goo.gl/379kd4FooFRWagFu6>



RN 12

26 Rue de la Roche Durand, 22360 Langueux








Ligue de Bretagne du Sport Adapté

18 Rue Pierre De Coubertin 22440 Ploufragan – Tél : 07 81 04 60 56 Courriel : ligue.bretagne@sportadapte.fr
N° SIRET : 399 963 768 00037 / N° APE : 9312Z / N° Agrément Sport : 04 35 S 86 /



Programme prévisionnel du Championnat de Bretagne De Para-Cross Adapté (court)








L'organisation se donne le droit d'apporter des modifications au programme selon le nombre d'inscrits. Programme définitif 1 semaine avant l'événement.

|  Horaires | Programme de la journée pour le Para Cross Adapté court Femme / Homme |
|---|--|
| <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; width: fit-content; margin: auto;">10 : 30</div> |  Accueil des sportifs et vérification des engagements/licences et remises des différents dossards |
| <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; width: fit-content; margin: auto;">11 : 00</div> |  Départ de la 1ère course benjamines |
| |  Pause déjeuner libre |
| <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; width: fit-content; margin: auto;">14 : 10</div> |  Départ de la course Cross Court Femme (2550 m) |
| <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; width: fit-content; margin: auto;">14 : 40</div> |  Départ de la course Cross Court Homme (2550 m) |
| <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; width: fit-content; margin: auto;">16 : 30</div> |  Fin des épreuves / Point sur le classement* |



Programme prévisionnel du Championnat de Bretagne De Para-Cross Adapté (long)

L'organisation se donne le droit d'apporter des modifications au programme selon le nombre d'inscrits. Programme définitif 1 semaine avant l'événement.

|  Horaires | Programme de la journée pour le Para Cross Adapté Long |
|---|---|
| <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; width: fit-content; margin: auto;">10 : 30</div> |  Accueil des sportifs et vérification des engagements/licences et remise des différents dossards |
| <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; width: fit-content; margin: auto;">11 : 00</div> |  Départ de la 1ère course benjamines |
| |  Pause déjeuner libre |
| <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; width: fit-content; margin: auto;">15 : 15</div> |  Départ de la Course Long Femme (4350 m) |
| <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; width: fit-content; margin: auto;">15 : 55</div> |  Départ de la Course Long Homme (4950 m) |
| <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; width: fit-content; margin: auto;">16 : 30</div> |  Fin des épreuves / Point sur le classement* |



Ligue de Bretagne Sport Adapté



Inscriptions

FRAIS D'ENGAGEMENT

Sportif(s) : 1 x 2 euros = 2 €

La fiche d'engagement complétée et signée par votre CDSA est à retourner **avant le 08 janvier 2023** :



par mail à ligue.bretagne@sportadapte.fr

ou



par voie postale à Ligue de Bretagne Sport Adapté – Maison des Sports – LBSA – 18 Rue Pierre De Coubertin – 22440 PLOUFRAGAN.

Aucune inscription ne sera prise en compte après la date-limite d'engagement !

Contacts et renseignements

- CTF en charge de l'organisation des championnats de Bretagne Sport Adapté :
Magali Stevant : magali.stevant@sportadapte.fr / 06 88 34 14 01

Championnat de France 2024

Championnat de France Para Cross Adapté : du 01 au 03 Mars 2024 à CHOLET (49300).

<https://calendrier.ffsportadapte.fr/calendrier-recherche/?saison=2023/2024&echelon=1&discipline=5>

Suivez-nous !

Dossiers d'inscription, résultats, photos, vidéos, actualités... Retrouvez toutes les infos sur le site internet de la Ligue de Bretagne Sport Adapté ou sur les réseaux sociaux !



Ligue Bretagne Sport Adapté



Liguesportadaptebretagne



Ligue de Bretagne du Sport Adapté



www.sportadapte-bretagne.fr

Ligue de Bretagne du Sport Adapté

18 Rue Pierre De Coubertin 22440 Ploufragan – Tél : 07 81 04 60 56 Courriel : ligue.bretagne@sportadapte.fr
N° SIRET : 399 963 768 00037 / N° APE : 9312Z / N° Agrément Sport : 04 35 S 86 /



Ligue de Bretagne Sport Adapté





Championnat de Bretagne Fiche d'inscription Para Cross Adapté – Adultes



A retourner impérativement avant le 08 janvier 2023

INFOS CLUB Nom de l'association :

N° Affiliation :



DIRIGEANTS

Responsable :

Mail :

Tél :

Accompagnateur :

Accompagnateur :

Accompagnateur :

SPORTIFS / PARTICIPANTS

| | N° licence | NOM – Prénom | Sexe (F/M) | Date de naissance | Course (court / long) | Classe |
|----|------------|--------------|------------|-------------------|-----------------------|--------|
| 1 | | | | | | |
| 2 | | | | | | |
| 3 | | | | | | |
| 4 | | | | | | |
| 5 | | | | | | |
| 6 | | | | | | |
| 7 | | | | | | |
| 8 | | | | | | |
| 9 | | | | | | |
| 10 | | | | | | |

Date :

Signature et cachet :

Ligue de Bretagne du Sport Adapté

18 Rue Pierre De Coubertin 22440 Ploufragan – Tél : 07 81 04 60 56 Courriel : ligue.bretagne@sportadapte.fr
N° SIRET : 399 963 768 00037 / N° APE : 9312Z / N° Agrément Sport : 04 35 S 86 /