



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



Dimanche 18 janvier 2026 -

A partir de 10h30

Rue Jean Moulin – BEGARD (22) -

Organisé par la Ligue de Bretagne de Sport Adapté avec le CDSA 22, CDA 22 et AS Begard



Charte sportive

Suivez les 3 R :

Respect de soi

Respect des autres

Responsabilité pour toutes vos actions

Cette rencontre est une compétition ouverte aux personnes en situation de handicap mental et/ou psychiques licenciées à la FFSA pour la saison 2025/2026

Le Championnat régional de Para-Cross Adapté est qualificatif pour le Championnat de France de Para Cross Adapté 2025/2026.

Pour participer à cette journée, il faut :



Avoir **une licence compétitive FFSA à jour** mentionnant la classe (AB, BC, CD ou DE) 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 du para cross adapté 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. Nous vous demandons de **prévoir 4 épingles**.



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 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 Athlétisme Adapté est consultable sur [La compétition en Sport Adapté - Sport Adapté \(sportadapte.fr\)](http://La%20comp%C3%A9tition%20en%20Sport%20Adapt%C3%A9%20-%20Sport%20Adapt%C3%A9%20(sportadapte.fr))

Rubrique : Les règlements : Consulter les Règlements par discipline

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 18 janvier 2026



Site complexe sportif Jules Ferry- rue Jean Moulin - 22140 BEGARD à côté du collège François CLECH)
avec un fléchage FFSA pour indiquer le lieu de compétition.



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
- 1 dossard par coureurs (Nous vous demandons de **prévoir 4 épingles !**)



Catégories d'âge

Catégories	Année	Catégories	Année
U10	2016 - 2018	U21	2005-2007
U12	2014-2015	Adulte	2004-1986
U14	2012-2013	Vétérán 1	1985-1976
U16	2010-2011	Vétérán 2	1975 et avant
U18	2008-2009		

Ligue de Bretagne du Sport Adapté

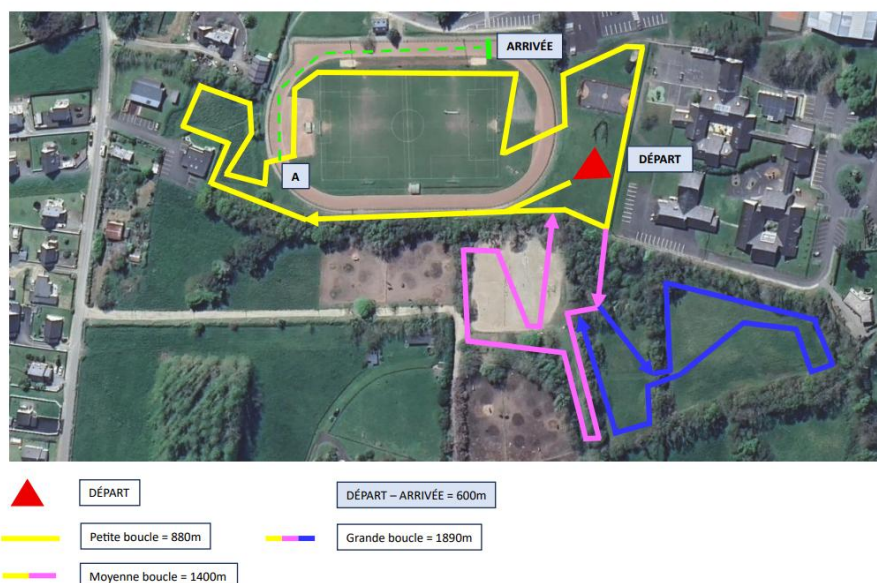
18 Rue Pierre De Coubertin 22440 Ploufragan – Tél : 07 81 04 60 56 Courriel : ligue.bretagne@sportadapte.fr
N° SIRET : 399 963 768 00037 / N° APE : 9312Z / N° Agrément Sport : 04 35 S 86 /



Informations sur les parcours

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

PARCOURS CROSS BÉGARD 2026



13h10 : Cross Long Homme : Départ + 1PB + 1 MB + 1 GB + Arrivée (4770m)

14h05 : Cross Court Femme : Départ + 2PB + Arrivée (2360m)

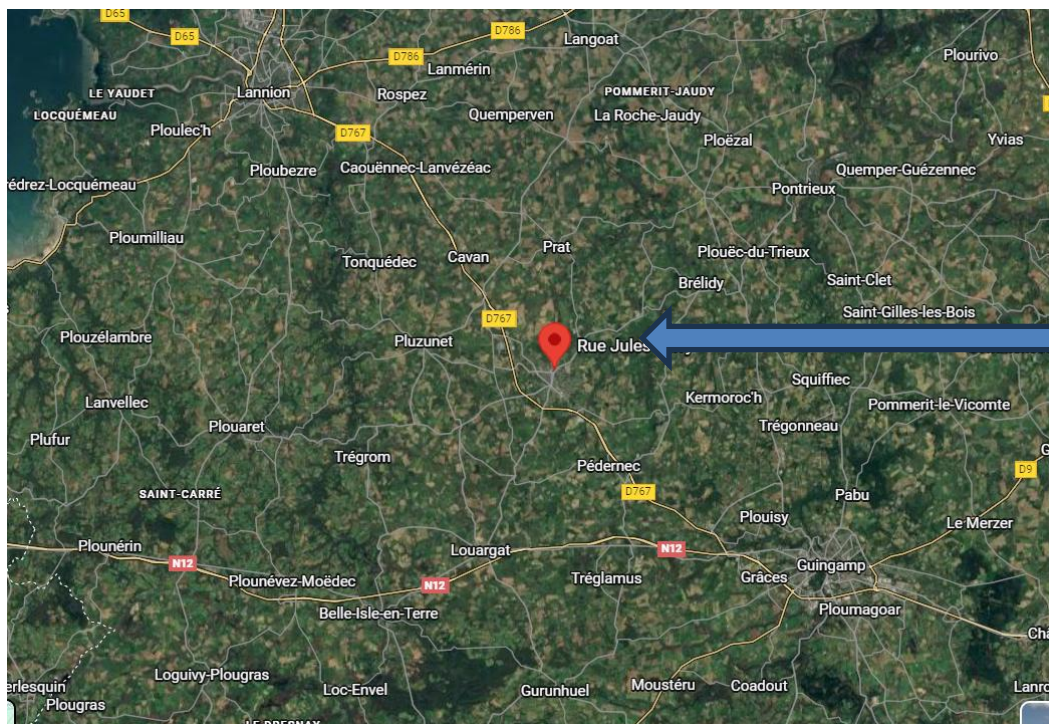
14h35 : Cross Court Homme : Départ + 2 PB + Arrivée (2360m)

15h10 : Cross Long Femme : Départ+ 1 PB + 2MB + Arrivée (4280m)

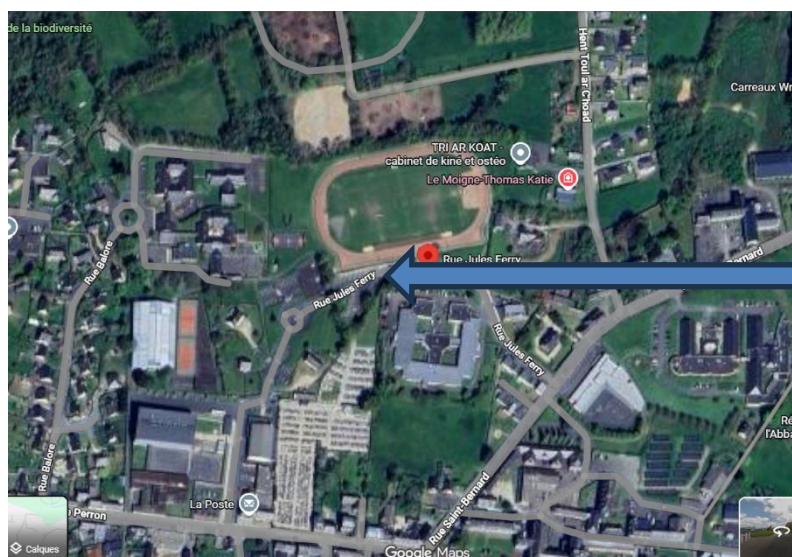
Nous n'aurons qu'une proposition pour la classe AB (2360m). Nous ne sommes pas en mesure de proposer une épreuve de 1000m Marche Nordique proposée dans le nouveau règlement pour la classe AB.



Lieu et conditions d'accès



Bégard se situe entre
Guingamp et Lannion
dans les Côtes d'Armor
(22)



A proximité du Collège -
rue Jean Moulin 22140
Bégard







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 Para-Cross Adapté (court et 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 Court/Long - Femme / Homme
10 : 30	 Accueil des sportifs et vérification des engagements/licences et remises des différents dossards
	 Pause déjeuner libre
13 : 10	 Départ de la 1 ^{ère} course Sport Adapté
15 : 10	 Départ de la dernière course Sport Adapté
16 : 30	 Fin des épreuves

**remise des récompenses à la fin de chaque course*



Ligue de Bretagne Sport Adapté



Inscriptions

FRAIS D'ENGAGEMENT

2 € par sportif (une facture sera envoyée par la Ligue de Bretagne Sport Adapté à l'association en fin de saison sportive)

La fiche d'engagement complétée et signée par votre CDSA est à retourner **avant le 08 janvier 2026** :



par mail à ligue.bretagne@sportadapte.fr et
en copie à Sabrina ANDRE sabrina.andre.cdsa22@gmail.com

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 régionaux Sport Adapté : Magali STEVANT
magali.stevant@sportadapte.fr / **06 88 34 14 01**
- CTF du CDSA 22 Sabrina ANDRE sabrina.andre.cdsa22@gmail.com / 07 77 84 59 24

Championnat de France 2025-2026

Championnat de France Para Cross Adapté : du 27 février au 1^{er} mars 2026 à Joinville Le Pont (94).
Pour s'inscrire, pour le 24 janvier 2026 : <https://forms.gle/gVX1imxb6xZNX31x8>

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 2026

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 /