



Championnat régionaux de
CROSS COUNTRY
ILE DE France - Zone OUEST

2016

Dimanche 31 janvier 2016
de 9h00 à 15h00

Bagneux

Plaine des Sports
Avenue Albert Petit & Rue des Blains



Bagneux

*Boutique
Marathon*

 **île de France**

COMB
Club Olympique Multisport Bagneux

Championnats d'Ile de France de cross – Zone Ouest

Dimanche 31 janvier 2016

BAGNEUX – Plaine des Sports Avenue Albert Petit & rue des Blains

PROGRAMME

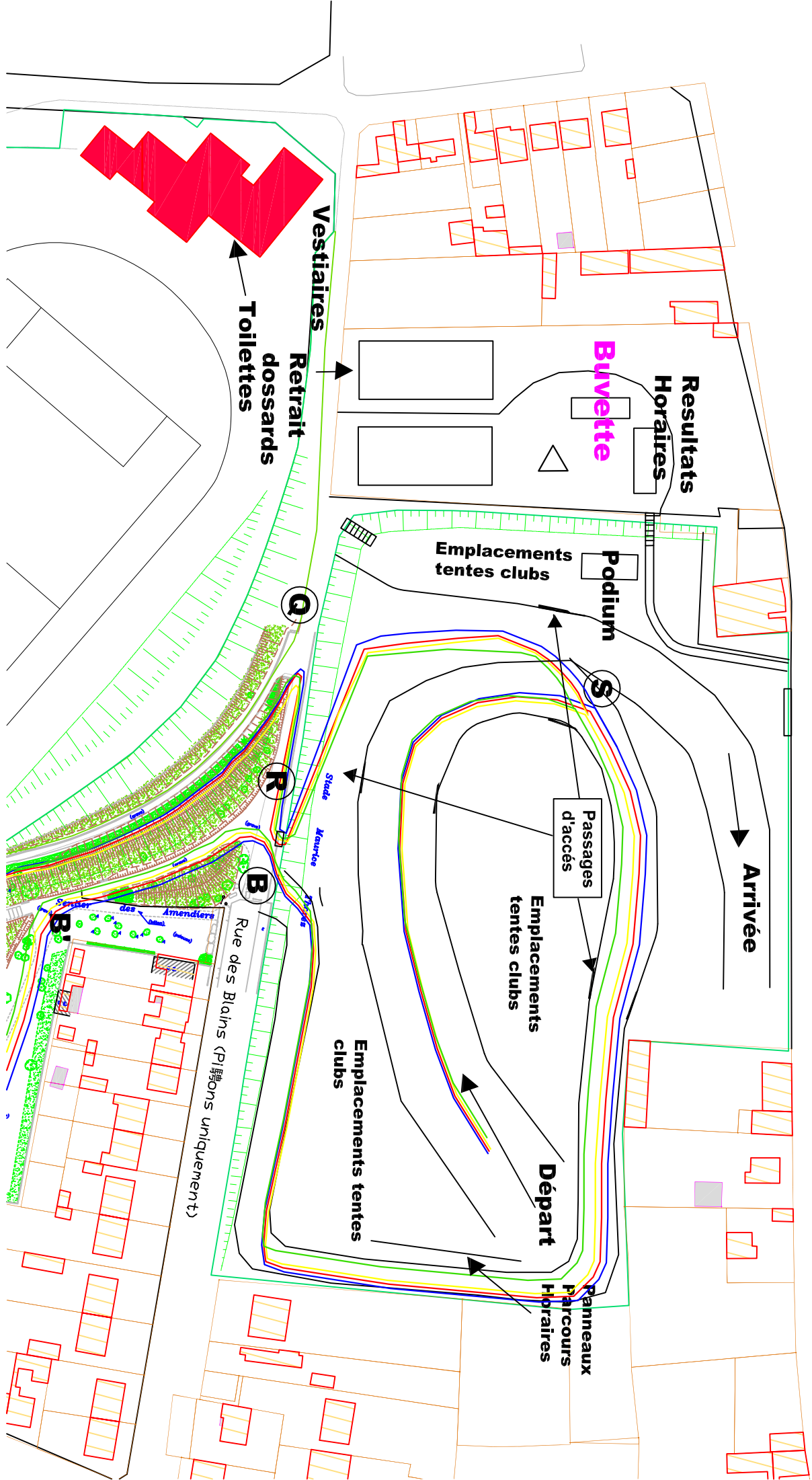
Retrait des Dossards à partir de 9h00

Horaires	Catégories	Parcours	Distances
10h 30	Minimes Filles	1 vert + 1 jaune	2 986 m
10h 50	Minimes Garçons	2 jaunes	3 437 m
11h 10	Cross court Femmes	2 jaunes	3 437 m
11h 30	Cadettes – Juniors Femmes	1 jaune + 1 rouge	3 947 m
11h 55	Cross court Hommes	1 jaune + 1 rouge	3 947 m
12h 20	Cadets	3 jaunes	5 058 m
12h 50	Juniors Hommes	1 jaune + 2 rouges	6 078 m
13h 25	Elite Femmes	1 jaune + 2 rouges	6 078 m
14h 05	Masters Hommes	2 rouges + 2 Noires	10 305 m
14h 55	Elite Hommes	2 rouges + 2 Noires	10 305 m

Verte 1170m (S-B-B-C-D-O-P-Q-R-S)
Jaune 1621m (S-B-B-C-D-E-N-O-P-Q-R-S)
Rouge 2131m (S-B-B-C-D-E-F-M-N-O-P-Q-R-S)
Noire 2924m (S-B-B-C-D-E-F-G-H-I-J-K-L-M-N-O-P-Q-R-S)
Départ 140m
Arrivée 55m

Liaison entre boucles

D-O 86m **Verte** & **Jaune**
E-N 14m **Jaune** & **Rouge**
F-M 30m **Rouge** & **Noir**



Entrée

Avenue Albert Petit

Arrivée

Buvette

Resultats
Horaires

Podium

Emplacements
tentes clubs

Passages
d'accès

Emplacements
tentes clubs

Départ

Panneaux
Parcours
Horaires

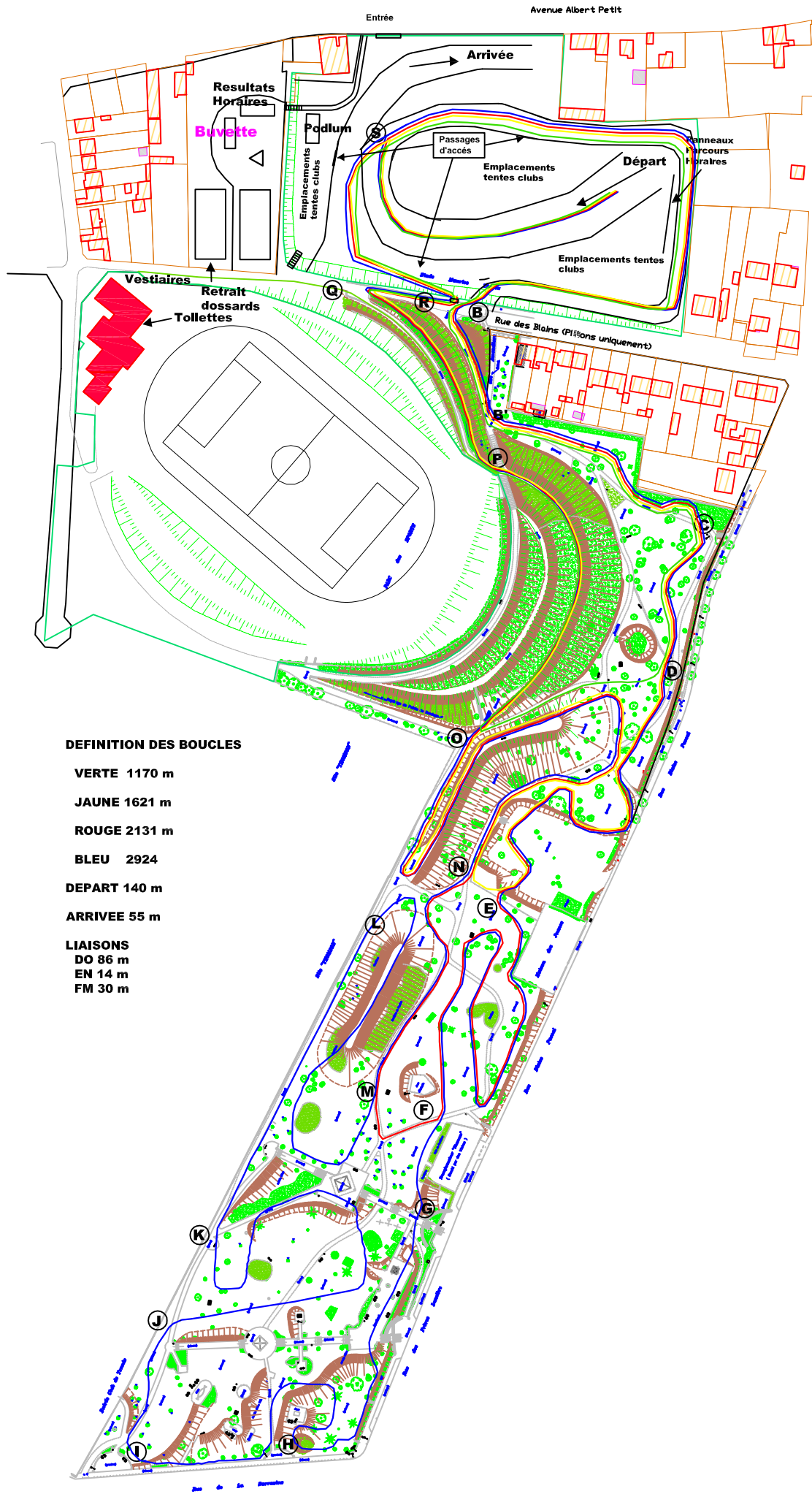
Emplacements tentes
clubs

Vestiaires

Toilettes

Retrait
dossards

Rue des Bains (Piscines uniquement)



DEFINITION DES BOUCLES

- VERTE** 1170 m
- JAUNE** 1621 m
- ROUGE** 2131 m
- BLEU** 2924
- DEPART** 140 m
- ARRIVEE** 55 m

LIAISONS

- DO** 86 m
- EN** 14 m
- FM** 30 m

COMMENT SE RENDRE A BAGNEUX ?

Par les transports en commun :

A privilégier compte-tenu des difficultés de stationnement

- A partir des gares SNCF de Paris :
- RER ligne B – direction St Rémy les Chevreuses
Station : Bagneux Pont royal
Puis 5 mn à pieds face à la sortie de la gare
 - Métro Ligne 13 – Terminus Châtillon-Montrouge
puis Bus n° 388
 - Métro Ligne 4 – Terminus Porte d'Orléans
puis Bus n°188

Par la route :

Périphérique, sortie Porte D'Orléans puis Nationale 20 jusqu'à Bagneux.

1. Localisation Plaine des Sports Avenue Albert Petit - Parc François Mitterand

2. Parking Voitures : aux abords du parc – Stationnement difficile
Cars : attention en raison de l'état d'urgence, stationnement interdit le long du parcours – Dépose minute uniquement

3. Vestiaires, douches

Point de lavage de chaussures, vestiaires et douches sur le stade.

4. Sécurité

Police municipale
Protection civile

5. Remise des récompenses

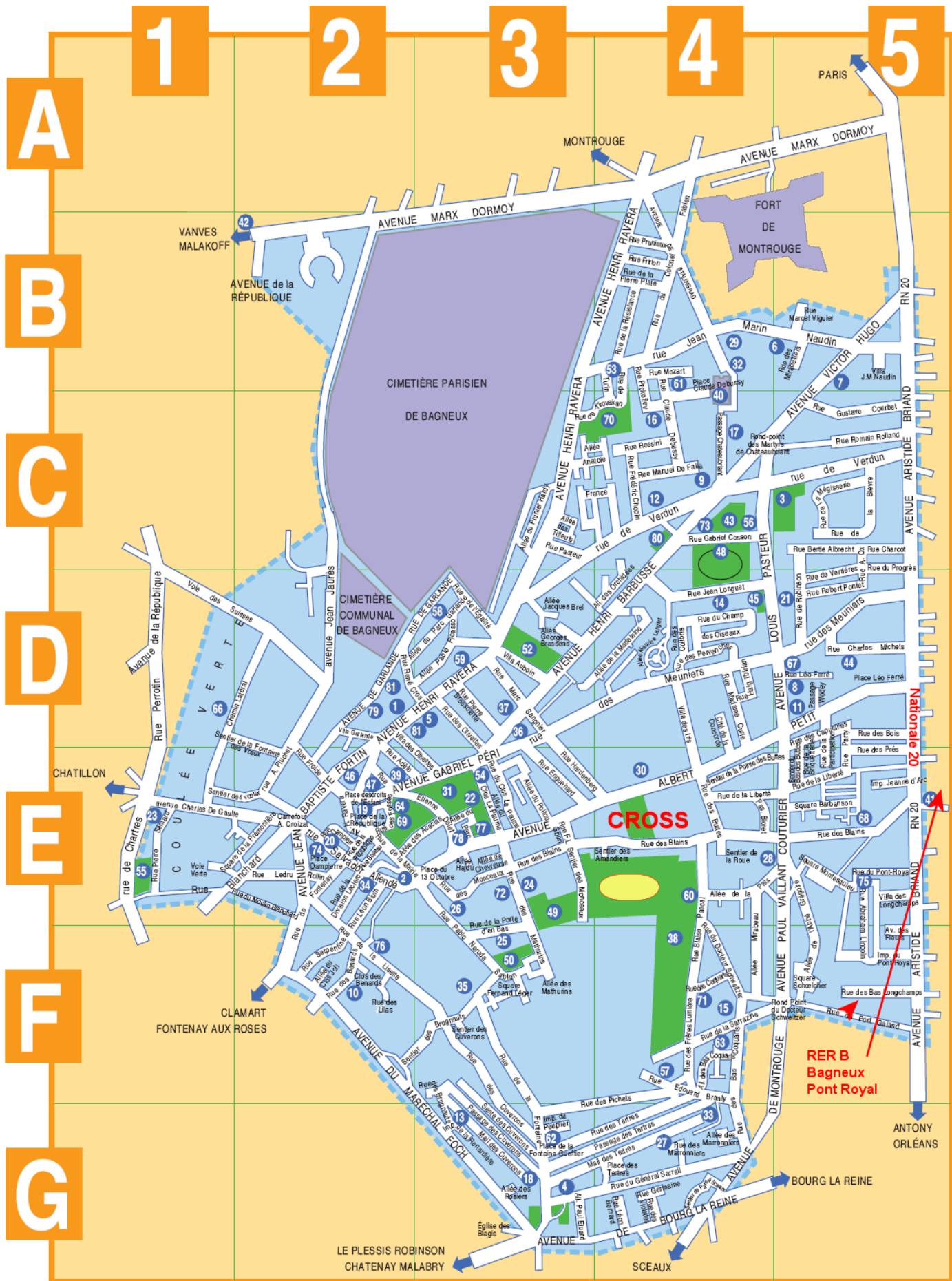
Après chaque course selon le délai informatique, remise des prix sur le podium.

6. Résultats

Seront affichés près de la buvette et près du secrétariat

7. Buvette

Buvette sur le stade de départ et d'arrivée



1

2

3

4

5

A

B

C

D

E

F

G

PARIS

MONTRouGE

FORT DE MONTRouGE

VANVES MALAKOFF

AVENUE de la RÉPUBLIQUE

CIMETIÈRE PARISIEN DE BAGNEUX

CIMETIÈRE COMMUNAL DE BAGNEUX

CHATILLON

CLAMART FONTENAY AUX ROSES

CROSS

RER B Bagneux Pont Royal

ANTONY ORLÉANS

BOUR LA REINE

LE PLESSIS ROBINSON CHATENAY MALABRY

SCEAUX

Extrait du règlement des Championnats Régionaux – Zone Ouest

1.1 - A titre individuel

Nombre d'individuels qualifiés par département :

DEPT Course	78	91	92	95	TOTAL
ELITE F.	93	101	72	36	302
ELITE M.	105	76	89	32	302
VEM	86	92	70	53	301
CCM	42	51	44	45	182

S'il n'y a pas de qualifiés dans ces catégories, alors le premier **M2** et le premier **M3** des courses Masters Hommes et Elites femmes de chaque département seront qualifiés.

Pour les courses Elites, les quotas indiqués incluent les athlètes des catégories Espoirs et Seniors pour les hommes et Espoirs, Seniors et **Masters** pour les femmes.

Pour les courses Minimales, Cadets, Juniors, Espoirs (Cross Long H et F) et le cross court Femmes, tous les athlètes classés aux Championnats départementaux seront qualifiés pour les Championnats Régionaux.

1.2 - Qualifications par équipes

Il n'y a pas de qualification par équipes pour les championnats régionaux.

Article 2 - Demandes de repêchage

Dans tous les cas suivants, il sera nécessaire d'utiliser un formulaire de demande de repêchage (remplir un formulaire par épreuve ou par équipe). Ces demandes sont à déposer le jour des championnats départementaux auprès du responsable départemental ou à envoyer à la LIFA au plus tard le mardi 12 janvier à 15h00. Les demandes de repêchage sont gratuites, sauf celles reçues après la date limite étant considérées comme des engagements tardifs.

2.1 - Demandes de repêchage par équipe

Dans l'optique des qualifications par équipes pour les championnats d'Ile de France, les clubs ayant 4 ou 5 athlètes qualifiés individuellement à l'issue des championnats départementaux peuvent demander le repêchage de 1 à 2 athlètes. Cette mesure ne s'applique pas aux clubs ayant 6 athlètes ou plus de qualifiés car ils ont déjà le nombre d'athlètes suffisant pour former une équipe.

Note : Il convient d'utiliser le formulaire spécifique pour les « *compléments équipe* ».

2.2 - Demandes de repêchage à titre individuel

Toute demande de repêchage devra impérativement **être justifiée**. Cela signifie qu'il est nécessaire d'indiquer le niveau sportif de l'athlète et la raison de son absence aux championnats départementaux. Dans le cas d'une absence pour motif « maladie », un certificat médical devra accompagner la demande.

ATTENTION : Les demandes sans aucun motif indiqué seront rejetées par la Commission de qualification.

2.3 - Athlètes classés N4 ou en catégorie supérieure

Conformément à la réglementation fédérale, les athlètes classés en 2015 en catégories nationales et internationales sur une distance de 1500m ou plus, seront qualifiés d'office pour les championnats régionaux.

2.4 - Athlètes participants aux championnats de France UNSS ou UGSEL

Ces athlètes ne sont pas obligés de participer aux championnats départementaux de cross-country. Ils peuvent demander directement un repêchage pour les championnats régionaux s'ils figurent dans le classement d'arrivée des championnats cités ci-dessus.

Article 3 - Demandes de changement cross court – cross long

3.1 - Toute demande de changement pour un (ou une) athlète qualifié(e) sur cross court qui souhaite participer à titre individuel au cross long lors des championnats régionaux (et vice versa pour un passage

du cross long au cross court) sera considérée comme étant une demande de repêchage individuelle. Elle devra être justifiée par le niveau sportif de l'athlète.

Le nombre de changement cross court-cross long est limité à un changement par athlète et par saison.

3.2 - Les athlètes ayant participé à la fois au cross court et au cross long lorsque les dates le permettent devront choisir la course dans laquelle ils participeront aux régionaux. En aucun cas, ils ne pourront obtenir deux dossards le jour des régionaux.

Qualification pour les Championnats d'Ile de France

Nombre de qualifiés individuels

Catégorie	Ouest
CCM	59
ELITE H	51
MA M.	55
ELITE F	49

Nombre de qualifié par équipe

Catégorie	Ouest
CCM	10
ELITE H	10
MA. M	11
ELITE F	12

Pour plus d'informations, merci de consulter le livret hivernal LIFA des compétitions