

Commune Lau Balagnas

Dimanche 28 Janvier 2024

Piscine Lau Folies 38 Route du Sailhet 65400 Lau Balagnas

Athlé 65 Lourdes Pays des Gaves vous présente le 6^{ème} Cross du Pays des Gaves support des 1/4 de Finale des championnats de France de Cross-country zone Ouest.



CHAMPIONNATS DE ZONE – ¼ FINALES DE CROSS-COUNTRY

1- LIEUX et DATES de la COMPÉTITION :

Il y aura deux Championnats de Zone de Cross seront organisés le 28 janvier 2024 :

- **ZONE EST** (CDA 11, 30, 34, 48, 66) à Ales (30)
- **ZONE OUEST** (CDA 09, 12, 31, 32, 46, 65, 81, 82) à Lau Balagnas (65)

2- PARTICIPATION des ATHLÈTES :

Ces courses sont ouvertes aux athlètes ayant une licence Athlé Compétition des catégories Benjamins à Masters. Les engagements aux ¼ et ½ finales de cross sont libres et se font directement sur le site de la LAO.

Date limite d'inscription aux ¼ de finales : mercredi 24 janvier (23h59)

➔ <http://engagements.athle-occitanie.fr/>

3- QUALIFICATIONS des ATHLÈTES :

Les clubs doivent bien vérifier que tous leurs athlètes sont bien engagés.

Les inscriptions tardives seront payantes **5€** et majorées à **15€** à partir du vendredi 12h.

Inscriptions sur place possible : **15€**.

4- RÉCOMPENSES :

Des coupes et médailles seront remises lors des ¼ FINALES de cross.

5- RÈGLES TECHNIQUES PARTICULIÈRES :

Chaque athlète devra individuellement récupérer son dossard et sa puce sur présentation de sa carte d'identité.

Les DNS seront pénalisés d'un montant de **3€**. Cette pénalité ne sera pas due, s'il y a présentation d'un **certificat médical sous 8 jours à partir de la date de la compétition**.

La non-restitution d'une puce sera pénalisée de **5€** par puce au club de l'athlète.

Le montant des pénalités est prélevé sur le compte SI-FFA du club 15 jours après l'établissement d'une facture.



Distances et horaires

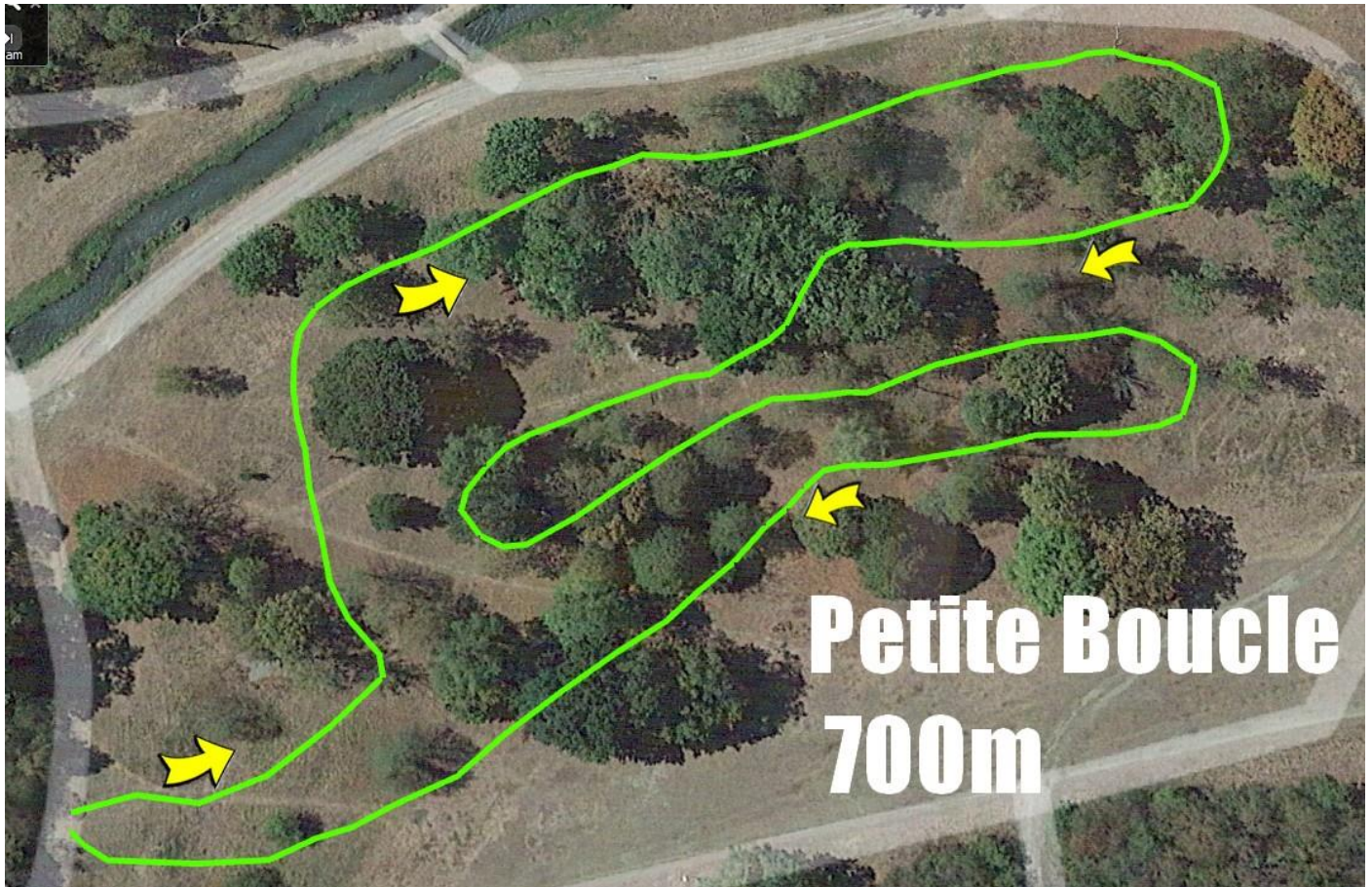
Horaires	Catégorie	Boucles	Distances
11H00	Master H	1PB + 4GB	9300m
11H50	Cross Court Féminin	2PB + 1GB	4000m
12H10	Cross Court Masculin	2PB + 1GB	4000m
12H30	Minimes Garçons	2PB + 1GB	4000m
12H50	Minimes Filles	1PB + 1GB	3300m
13H10	Benjamines	2MG	2800m
13H25	Benjamins	2MG	2800m
13H40	Cadets	2PB + 1MB + 1GB	5100m
14H05	Cadettes	2PB + 1GB	4000m
14H25	Juniors Femmes	2PB + 1MB + 1GB	5100m
14H50	Juniors Hommes	3GB	6600m
15H20	Cross Elite Femmes	1PB + 2MB + 2GB	7500m
16H00	Cross Elite Hommes	1PB + 4GB	9300m

Départ	400m
Arrivée	200m
Petite Boucle	700m
Moyenne Boucle	1100m
Grande Boucle	2000m

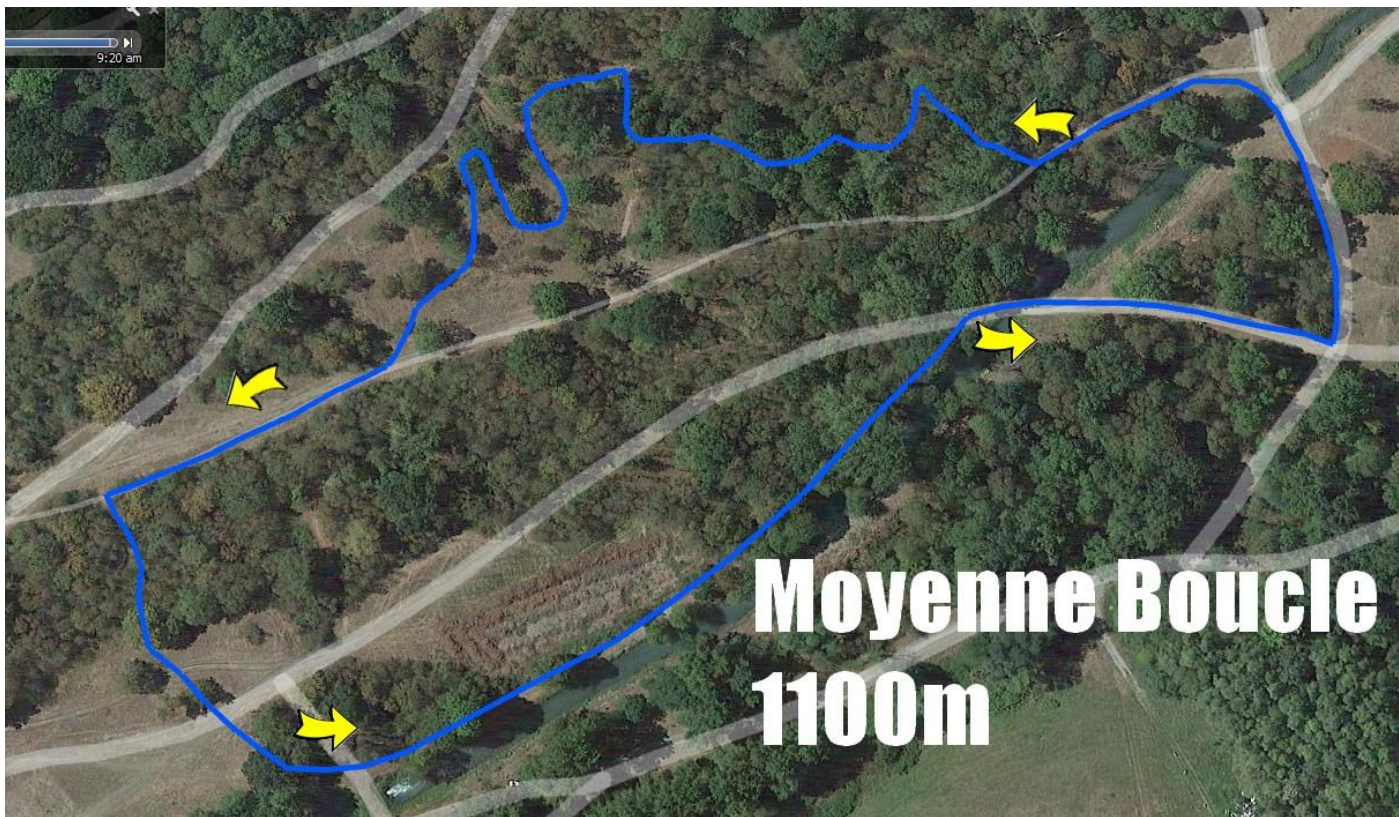
Parcours et boucles :

Départ 400m pour rejoindre les boucles et retour 200m pour quitter les boucles et rejoindre arrivée.

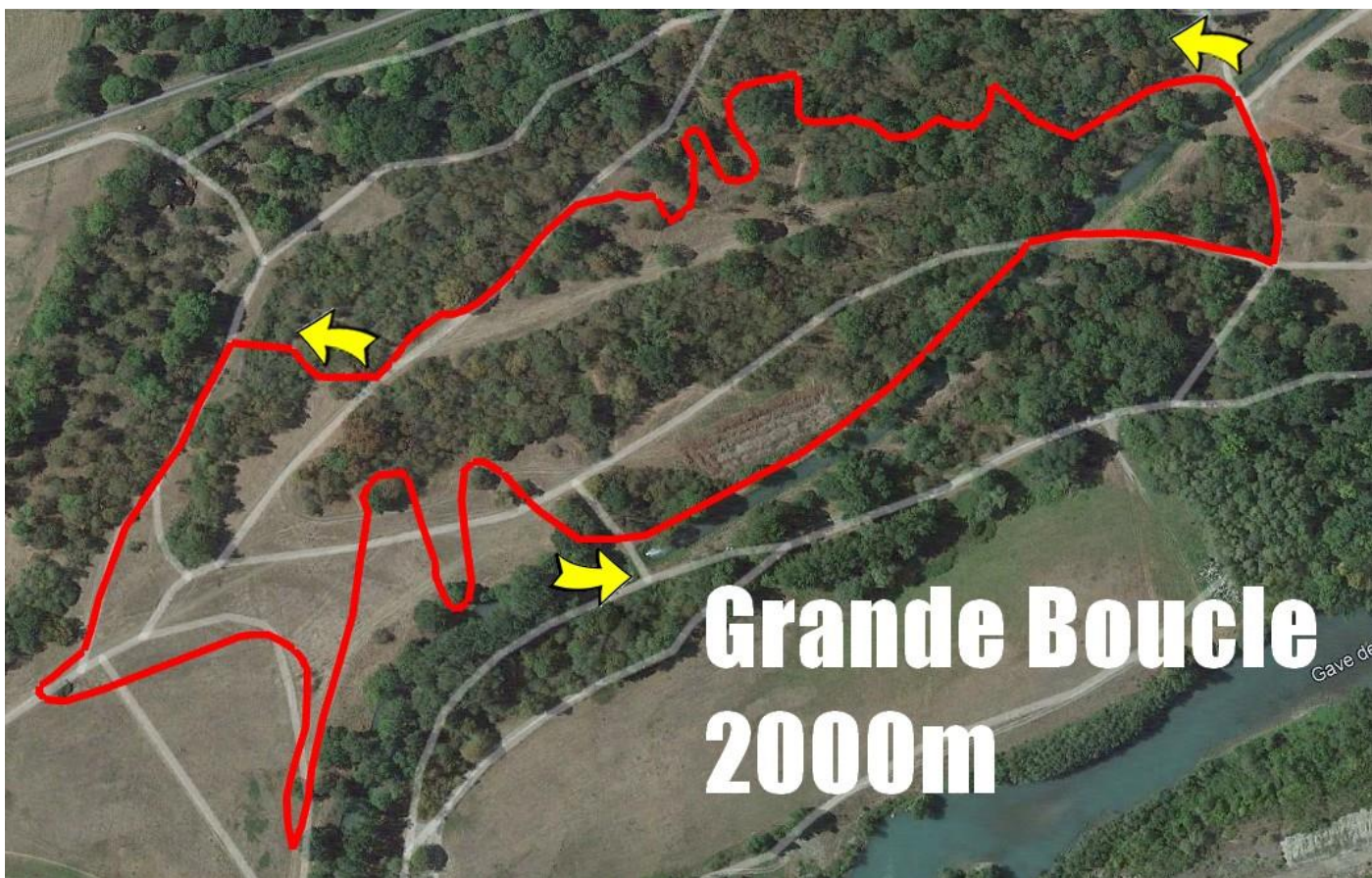
Petite Boucle **VERTE** 700m



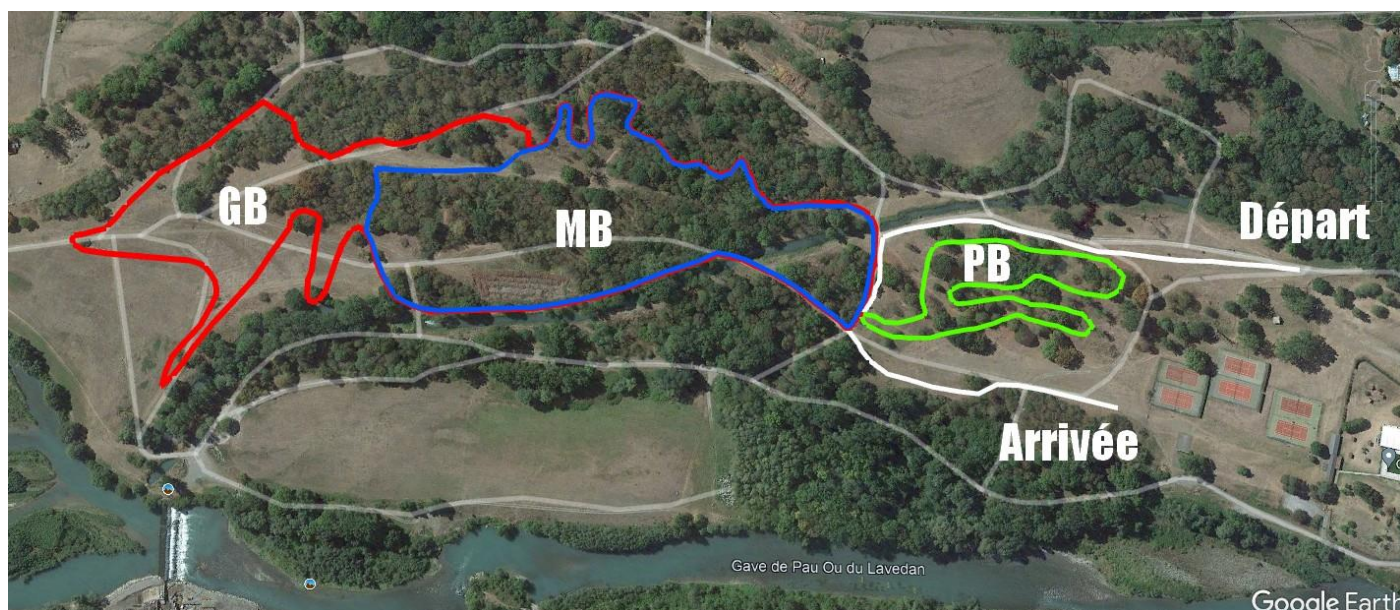
Moyenne Boucle BLEUE 1100m



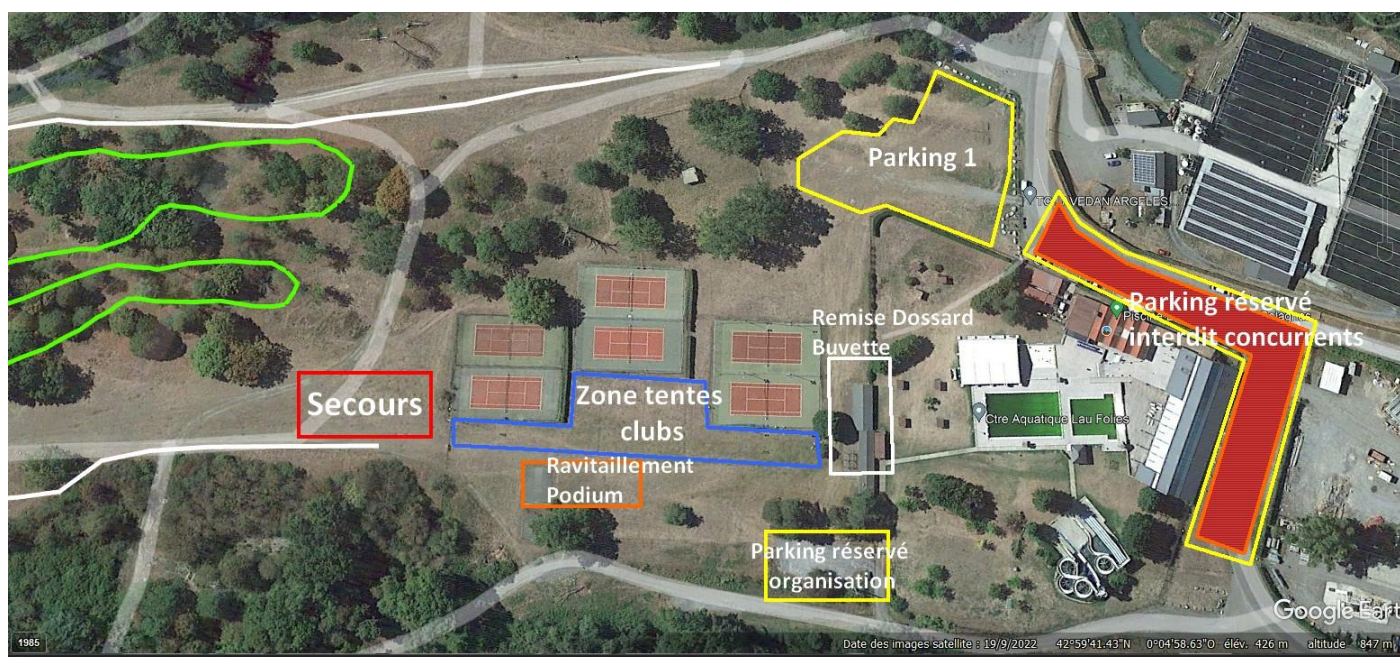
Grand Boucle ROUGE 2000m



Plan général des boucles :



Logistique :



Buvette à disposition

Toilettes au niveau de la piscine du côté « été »

Piscine couverte : vestiaire et toilettes strictement interdits

Location de tentes clubs 3m X 3m 15euros la journée (nous contacter par mail athle.lourdes@aol.fr)

Accès au site :

Merci de respecter les zones de parking coureurs. Un accueil spécifique est prévu pour les bus (dépose coureurs au plus près puis parking réservé)

L'accès aux zones de départ/arrivée se fait par des portails.

Merci de respecter l'environnement sur l'ensemble de la zone.



A la sortie de Lourdes prendre la 4 voies direction Argeles-Gazost



Sortie de la 4 voies (1^{er} rond point) prendre 2^{ème} sortie direction Beaucens/Luz/Gavarnie



2^{ème} rond point Prendre direction Tennis Piscine 2^{ème} sortie

**Merci de respecter les consignes des bénévoles parking
et de manière générale de tous les bénévoles !**

Renseignements : 06 08 07 86 42

Athle.lourdes@aol.fr

