

Janzé Athlétisme Pays de la Roche aux Fées

Association régie par la loi du 1er juillet 1901
déclarée à la préfecture d'Ille et Vilaine
Association n° 0353008737
Agrément sport n° 04 35 S 173
5 avenue du général de Gaulle
35150 JANZE

Janzé, le 26 décembre 2015

À l'attention des athlètes nés en 2006 et avant (Poussins à Vétérans).

Objet : Convocation au championnat départemental de cross-country à Fougères.

Cher(e)s athlètes,

Le championnat **départemental de cross-country** aura lieu **dimanche 10 janvier** prochain, aux alentours du stade Paron de **Fougères**.

Tous les licenciés compétition du club, depuis la catégorie poussin(e)s jusqu'aux vétérans sont concernés par cette compétition. Pour cette unique occasion annuelle, les jeunes et moins jeunes athlètes du club vont se retrouver engagés dans un même championnat.

Pour les catégories Poussins et Benjamins, la saison de cross s'arrête au niveau départemental. À partir de la catégorie Minimes, l'objectif sera la qualification au championnat de Bretagne en individuel ou par équipe.

L'équipe d'animation souhaite une forte participation des athlètes du club à ce championnat. Certains d'entre vous ont des objectifs de podium, d'autres vont courir pour le club, mais tous auront à cœur de donner le meilleur d'eux-mêmes, et c'est là l'essentiel !

Vous trouverez le programme de cette journée ci-dessous. En ce qui concerne le déplacement des plus jeunes, il est demandé aux parents de s'organiser entre eux, les épreuves se déroulant à des horaires différents selon les catégories. **Il faut essayer d'être sur place au moins 1 heure avant le début de la course.**

Avant d'entrer sur le parcours, il faudra demander son dossard aux organisateurs. Sur place, il faudra **se rassembler** près ou sous la **tente de l'EAC - Janzé Athlétisme**.

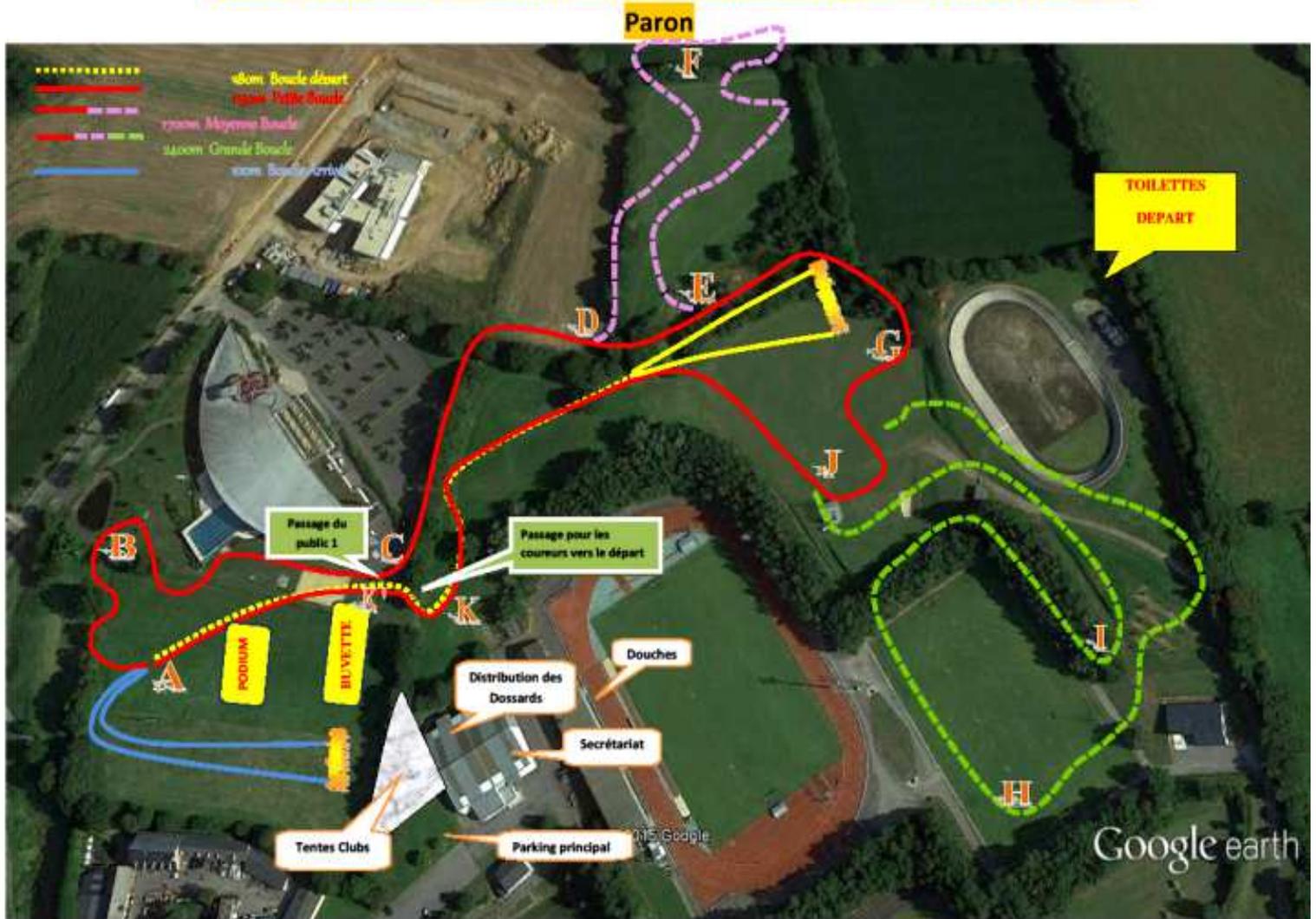
Les inscriptions sont réalisées par nos soins. Pour ce faire, vous devez obligatoirement **répondre à cette convocation, par mail**, en mentionnant « Je participerai au cross » ou « Je ne participerai pas ». Merci.

Date limite de réponse : avant le MERCREDI 6 JANVIER

Ne pas oublier :

- Des épingles à nourrice pour fixer le dossard.
- Le maillot Janzé Athlétisme (orange) pour les catégories poussins et benjamins. Pour les plus grands (minimes et plus), prévoir le maillot de l'Entente si vous en avez un (maillot jaune). Nous pourrions vous en prêter un si vous n'en avez pas.
- Des chaussures à pointes, adaptées au cross, pour ceux qui en ont. Pour la catégorie Poussin, les chaussures à pointes ne sont pas indispensables. Pour les autres, le club a un stock de différentes pointures, mais pas suffisamment pour tous.
- Des vêtements chauds.
- Des chaussures de rechange ou bottes (le cross se déroule en nature).

Parcours du Départemental de cross FFA Dimanche 10 janvier 2016 à Fougères



départ	Départ A	380
petite boucle	A B C E G J K A	1150
moyenne boucle	A B C D F E G J K A	1700
grande boucle	A B C D F E G H I J K A	2400
arrivée	A Arrivée	100

POM et POF départ particulier : point K(départ = 100 mètres)

Championnat départemental de cross 2016 : Fougères								
		départ	petite boucle	moyenne boucle	grande boucle	arrivée	distance	
Course	heure	380	1150	1700	2400	100		
1	MASM	11h00	1		1	3	1	9380
2	BEF	11h50	1	1			1	1630
3	BEM	12h05	1		1		1	2180
4	MIF	12h25	1	2			1	2780
5	MIM	12h45	1	1	1		1	3330
6	POF	13h05		1			1	1350
7	POM	13h15		1			1	1350
8	CAF	13h25	1	1	1		1	3330
9	CAM	13h50	1	1		1	1	4030
10	Cross court open	14h15	1		2		1	3880
11	JUF	14h15	1		2		1	3880
12	ESF SEF MASF	14h45	1	1	1	1	1	5730
13	JUM	15h25	1	1	1	1	1	5730
14	ESM SEM	15h50	1		1	3	1	9380

POM et POF départ particulier : point K(départ = 100 mètres)

Légende catégories :

BEF : benjamine (2003-2004)
 BEM : benjamin (2003-2004)
 MIF : minime fille (2001-2002)
 MIM : minime garçon (2001-2002)
 POF : poussine (2005-2006)
 POM : poussin (2005-2006)
 CAF : cadette (1999-2000)
 CAM : cadet (1999-2000)