

1/2 FINALE DES CHAMPIONNATS DE FRANCE DE CROSS-COUNTRY
CHAMPIONNATS D'OCCITANIE
CAP'DECOUCVERTE le 19 février 2023
(272621)

Tous les arrivants des ¼ de finales sont qualifiés pour la ½ finale, mais ils doivent obligatoirement être engagés par les clubs sur le site d'engagement de la LAO (date limite : mercredi 15 février à 23h59)

Les inscriptions tardives ou sur place aux ½ FINALES ne sont pas autorisées.

Les Athlètes absents ou DNF lors des ¼ de finales doivent présenter une QE pour participer à la ½ finale. avant le mercredi 15 février 2023 Midi.

Demande de QE pour les ½ finales de Cross :

- Athlètes MI, CA, JU ou ES : 20€ par athlète. Cette somme sera restituée pour les athlètes qui termineront dans les 30 premiers de l'épreuve pour laquelle la QE a été acceptée.
- Athlètes SE ou MA : 50€ par athlète. Cette somme ne sera pas exigée pour les athlètes qui termineront dans les 30 premiers de l'épreuve pour laquelle la QE a été acceptée.

Chaque athlète devra récupérer son dossard et sa puce individuellement.

Les DNF doivent apparaître dans les résultats des ½ finales de cross.

Charge aux athlètes qui ont abandonné leur course, de prévenir le secrétariat de leur abandon et de restituer leur puce à l'arrivée.

Cross : puces non restituées

Lors des ¼ de finales et des ½ finales, le chronométrage sera réalisé à l'aide de puces. 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.

Benjamins(es) : équipes de Comité avec 20 athlètes maxi et engagement par les Comités Départementaux. Il sera fait un podium individuel et un classement par équipes de Comités (sur 6 athlètes)

Coupe de France des Ligues Minimales de Cross :

La Ligue LAO décide d'engager 1 équipe fille et 1 équipe Garçon à Carhaix (29) le 12 mars 2023 si possible.

La sélection se fera sur les Championnats d'Occitanie de Cross le 19/02/2023 à Cap' Découverte

La sélection se fera suivant l'ordre d'arrivée de ce championnat.

Les athlètes seront informés en fin de course de leur sélection, et ils auront une semaine pour accepter leur sélection c'est à dire jusqu'au 26 février 2023.

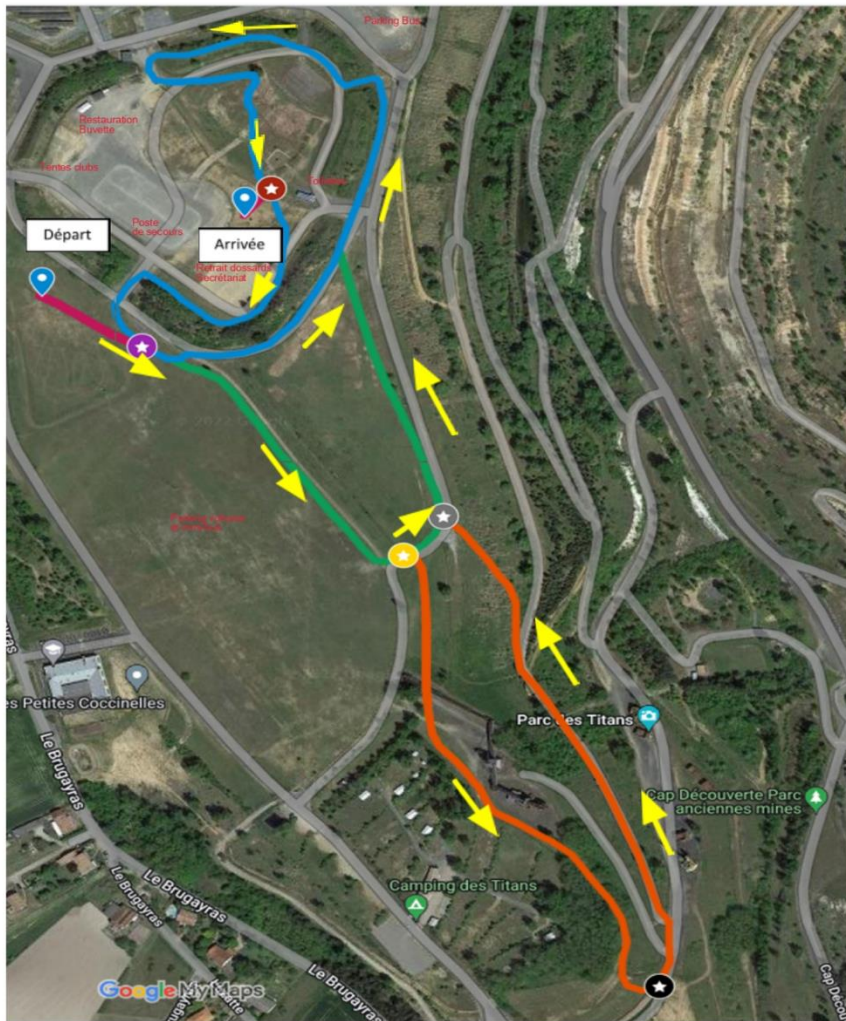
Nombre de qualifiés aux Championnats de France de Cross-Country :

ÉQUIPES									
MASCULINS						FEMININS			
MA1&+	Élite	Cc	JU-U20	CA-U18		Élite	Cc	JU-U20	CA-U18
3	4	3	2	2	OCCITANIE	3	2	3	2

INDIVIDUELS												
MASCULINS							FEMININS					
M1 &+	TC*	Es-U23	Cc	JU-U20	CA-U18		M1 &+	TC*	Cc	ES-U23	JU-U20	CA-U18
15	16	7	12	22	16	OCCITANIE	12	11	10	6	20	20

TC* : seront qualifiés à titre individuel dans les courses Elite Hommes et Femmes, le nombre d'athlètes indiqué dans TC*, quelle que soit la catégorie (espoirs ou seniors ou M0), augmenté respectivement du nombre d'espoirs chez les Hommes et du nombre d'espoirs et de masters chez les femmes.

COURSES	HORAIRES	PARCOURS	DISTANCES
8 h 45 : Ouverture du secrétariat - Retrait des dossards - Mise en place du jury			
Masters Masculins	10 h 45	Grand départ + 4 GB + Arrivée	10 175 m
Cross Court Féminines	11 h 35	Petit départ + 1MB + 1GB + Arrivée	4 455 m
Cross Court Masculins	12 h 00	Petit départ + 1MB + 1GB + Arrivée	4 455 m
Minimes Garçons	12 h 20	Grand départ + 2 MB + Arrivée	3 975 m
Minimes Filles	12 h 40	Petit départ + 2MB + Arrivée	3 595 m
Inter comités Benjamins	13 h 00	Grand départ + 1MB + Arrivée	2 595 m
Inter comités Benjamines	13 h 15	Grand départ + 1MB + Arrivée	2 595 m
Cadettes	13 h 30	Grand départ + 2MB + Arrivée	3 975 m
Cadets	13 h 50	Petit départ + 1PB + 1MB + 1GB + Arrivée	5 455 m
Juniors Féminines	14 h 15	Petit départ + 1PB + 1MB + 1GB + Arrivée	5 455 m
Juniors Masculins	14 h 50	Grand départ + 1MB + 2GB + Arrivée	7 075 m
Cross long Féminines	15 h 30	Grand départ + 3GB + Arrivée	7 935 m
Cross long Masculins	16 h 15	Grand départ + 4GB + Arrivée	10 175 m



- Petit départ (D/violet/rouge) = **800m**
- Grand départ (D/violet/jaune/gris/rouge) = **1180m**
- Petite boucle (rouge/violet/rouge) = **1000m**
- Moyenne boucle (rouge/violet/jaune/gris/rouge) = **1380m**
- Grande boucle (rouge/violet/jaune/noir/gris/rouge) = **2240m**
- Arrivée (rouge/A) = **35m**