



Comité Essonne FSGT  
Union Sportive de Vigneux



# CHAMPIONNAT REGIONAL F.S.G.T. DE CROSS COUNTRY

**Base de Loisirs  
du Port aux Cerises  
VIGNEUX SUR SEINE  
Salle de la Grange  
Espace "Baignade"**



**Dimanche 24 Janvier 2016**

# ***BIENVENUE À L'ÎLE DE LOISIRS DU PORT AUX CERISES***

## ***ESPACE BAIGNADE***

### ***CHEMIN DES MOUSSEAUX - VIGNEUX***

L'Union Sportive de Vigneux et le Comité Essonne de la FSGT sont heureux de vous accueillir pour les championnats régionaux FSGT de CROSS-COUNTRY le dimanche 24 janvier 2016.

La Base Régionale "l'Île de loisirs du PORT aux CERISES" dispose de plusieurs espaces et parkings. Le Championnat Régional F.S.G.T. de Cross Country se situe à proximité des espaces CENTRE et BAIGNADE.

- ➔ Le secrétariat et l'accueil des clubs sont installés à l'espace "CENTRE", salle de la Grange
- ➔ Les départs et arrivées, le podium, l'espace "tentes" se situent à proximité de l'accueil,
- ➔ Le parking des voitures et des cars est situé à l'espace "BAIGNADE", entrée Chemin des Mousseaux à VIGNEUX SUR SEINE (à 2 mn à pied de l'accueil).

L'Île de Loisirs du Port aux Cerises est indiquée à partir de la RN 7 (depuis JUVISY ou RIS ORANGIS) ou de la RN 6 (depuis la sortie de DRAVEIL-VIGNEUX). Plusieurs entrées et parkings entourent la base du port aux Cerises... **MERCI d'utiliser le parking de l'espace BAIGNADE, chemin des MOUSSEAUX - 91270 VIGNEUX SUR SEINE.**

- 📍 En fonction de votre lieu de provenance et de votre GPS, plusieurs possibilités d'itinéraire vous seront proposées. Vous devez rejoindre sur VIGNEUX SUR SEINE / DRAVEIL l'avenue Henri BARBUSSE (N 448).
- 📍 Si vous arrivez par la RN6 et VILLENEUVE SAINT GEORGES ou par l'A5 et BRUNOY prendre la sortie "VIGNEUX - DRAVEIL", quand vous êtes sur l'avenue Henri Barbusse ou RN 448, tournez à droite au 1<sup>er</sup> feu avant le magasin Intermarché pour arriver face à l'entrée de la base "espace Baognade".
- 📍 Si vous arrivez par la RN7, à partir de JUVISY ou DRAVEIL, quand vous êtes sur l'avenue Henri Barbusse ou RN 448 tournez au 2<sup>ème</sup> feu à gauche pour arriver face à l'entrée de la base (le 1<sup>er</sup> = entrée du parking du magasin).

🚗 Pour stationner, vous entrez dans la base où vous trouverez  
🚗 un parking CAR et un parking VOITURE.

🚶 Vous êtes à 2 minutes à pied de l'accueil du cross !



# CATÉGORIES D'ÂGES 2015 - 2016

CATÉGORIES	ANNÉES de NAISSANCE	SIGLES
MOUSTIQUES	né(e)s en 2007 / 2008 / 2009	MOM ou MOF
POUSSIN(E)S	né(e)s en 2005 et 2006	POM ou POF
BENJAMIN(E)S	né(e)s en 2003 et 2004	BEM ou BEF
MINIMES	né(e)s en 2001 et 2002	MIM ou MIF
CADET(TE)S	né(e)s en 1999 et 2000	CAM ou CAF
JUNIORS	né(e)s en 1997 et 1998	JUM ou JUF
SENIORS 1	né(e)s entre 1987 et 1996	S1M ou S1F
SENIORS 2	né(e)s entre 1977 et 1986	S2M ou S2F
VÉTÉRANS 1	né(e)s entre 1967 et 1976	V1M ou V1F
VÉTÉRANS 2	né(e)s entre 1957 et 1966	V2M ou V2F
VÉTÉRANS 3	né(e)s entre 1947 et 1956	V3M ou V3F
VÉTÉRANS 4	né(e)s entre 1942 et 1946	V4M ou V4F
VÉTÉRANS 5	né(e)s en 1941 & avant	V5M ou V5F

## RÉGLEMENTATION SPORTIVE

La réglementation des Championnats Régionaux FSGT de Cross Country est celle de la réglementation fédérale 2015/2016.

1. **Les épreuves des Championnats Régionaux de Cross Country du dimanche 24 janvier 2016** sont ouvertes à tous les licenciés FSGT de la saison sportive 2015-2016 et de l'année civile 2016 des Clubs de Paris, de la Seine & Marne, des Yvelines, de l'Essonne, des Hauts de Seine, de la Seine Saint Denis, du Val de Marne, du Val d'Oise, de l'Yonne. N'oubliez pas de vous munir de la licence de chaque athlète... les licences sont à présenter à toute réquisition du jury.
2. **Pour les clubs dépendant de la Commission de Seine St Denis (93)**, sont automatiquement inscrits tous les athlètes SENIORS - VÉTÉRANS ayant participé aux championnats départementaux de cross de décembre 2015 à BAGNOLET ou ayant été repêchés par la commission départementale de Seine Saint Denis.
3. **Pour les clubs dépendant de la Commission "l'interdépartementale"**, EXCEPTIONNELLEMENT en raison de l'annulation du cross Léo Lagrange (attentats du 13 janvier puis refus d'autorisation préfectorale) et de la non implantation des championnats interdépartementaux, tous les athlètes licenciés des catégories Seniors à Vétérans peuvent participer et **doivent être inscrits par leur club**.
4. **Sont automatiquement inscrits... tous les athlètes MOUSTIQUES - POUSSINS - BENJAMINS - MINIMES - CADETS - JUNIORS** nés entre 1997 et 2009 des clubs de l'Ile de France, licenciés à la date du 14 janvier 2016.

Les frais d'engagement des athlètes sont intégrés dans la redevance régionale, que les clubs doivent avoir réglée auprès de la Ligue Ile de France FSGT.

A son arrivée à la Base de Loisirs espace "accueil", chaque responsable de club doit retirer au Secrétariat situé salle de la Grange (située à côté de l'accueil de la base) son "enveloppe complète" dans laquelle se trouveront les étiquettes de tous les athlètes inscrits (en cas d'erreur de saisie ou d'inscription, merci de le signaler immédiatement).

Il vous sera remis des dossards correspondant **au nombre d'athlètes présents** (ne pas tenir compte du numéro de dossard) → prévoir le temps nécessaire à la réalisation de ces formalités. **AUCUNE INSCRIPTION nouvelle** ne sera acceptée sur place.

Merci de coller les étiquettes sur le côté gauche du dossard, sans tenir compte du numéro indiqué sur le dossard.

Toute utilisation d'une étiquette autre que la sienne entrainera la disqualification de l'athlète concerné(e), quelle que soit la catégorie d'âge.



## CLASSEMENTS INDIVIDUELS ET RÉCOMPENSES

Pour les 2 courses "Moustiques" aucune récompense "podium" (pas de médaille ni de titre individuel et par équipe) n'est attribuée. Par contre, chaque arrivant recevra une médaille souvenir.

Une médaille (or, argent, bronze) sera attribuée aux trois premiers des catégories Poussin - Benjamin - Minime - Cadet - Junior - Senior 1 - Senior 2 - Vétéran 1 - Vétéran 2 - Vétéran 3 - Vétéran 4 - Vétéran 5 féminines et masculins.

Peut participer aux épreuves du championnat régional, toute personne en situation de handicap licenciée à la FSGT. Le choix de la course est déterminé par les responsables de son club. Ces sportifs doivent être inscrits le 14 janvier au plus tard.

## CLASSEMENTS PAR ÉQUIPES ET RÉCOMPENSES

Tout changement de catégorie, par exemple Junior → Senior, Vétéran → Senior, est formellement interdit. Chaque athlète court dans sa catégorie d'âge déterminée par son année de naissance.

Les classements par équipes sont les mêmes pour tous les cross officiels de la F.S.G.T. (départementaux ou interdépartementaux, régionaux, fédéraux) à savoir :

Catégories	Féminines	Masculins
Poussins	3 athlètes	3 athlètes
Benjamins	3 athlètes	3 athlètes
Minimes	3 athlètes	3 athlètes
Cadets	3 athlètes	3 athlètes
Juniors	3 athlètes	3 athlètes
Seniors 1 - 2 confondues (*)	3 athlètes	4 athlètes
Vétéran 1	3 athlètes	4 athlètes
Vétéran 2	3 athlètes	3 athlètes
Vétéran 3 - 4 - 5 confondues (*)	3 athlètes	3 athlètes

(\*) Classement effectué à partir du classement **SCRATCH** de l'épreuve

Une coupe sera remise à l'équipe classée 1<sup>ère</sup> de chaque catégorie d'âge ainsi déterminée.

Les podiums individuels seront rapidement réalisés après interception des trois premiers sur la ligne d'arrivée. Les podiums par équipes seront réalisés le plus rapidement possible après l'arrivée du-de la- dernier- participant-e- de chaque course.

Le podium est situé près de l'espace "arrivée". Les résultats seront affichés au-fur-et-à mesure de leur réalisation.

# ***ENGAGEMENTS***

Les engagements des clubs doivent être réalisés de préférence par mail sur formulaire Excel précisant :

NOM - PRENOM	Né-e- en	Sexe	CAT	CLUB
DUPONT JOHN	1982	M	S2M	UsS VIGNEUX
TAOUIL GREGORY	2003	M	BEM	AS FOULEES VEXIN
FERRARI MALIKA	1953	F	V3F	ASC VITRY

**Les inscriptions doivent parvenir à l'Union Sportive de Vigneux, club organisateur...**

⇒ soit à l'adresse mail : [usvigneux@gmail.com](mailto:usvigneux@gmail.com) le 16 janvier au plus tard

⇒ soit par courrier - Mr Mme BESSON - 5 rue des Camélias - 91270 VIGNEUX SUR SEINE le 14 janvier au plus tard

# ***OFFICIELS***

Tâches	Commissions / Clubs
Directeur de réunion	Rolland BESSON (91 USV)
Speaker – Récompenses – Protocole	Malik RACHIDI (93 USMA)
Accueil - Secrétariat	Chantal SCHNEIDER BESSON + 2 personnes
Buvette	Union Sportive de Vigneux
Juges de parcours	1 personne minimum par club
Starters - Juges à l'arrivée	Michel SOYARD (93 USMA) Marie-Colombe DUVAL (95 COMA) Marcel CERF (CSMG 92)
Chronométrateurs	CSBA (91)

Il y a bien évidemment nécessité que chaque club, à son arrivée sur le site, prenne en charge une partie des charges du jury pour toute la durée de la compétition et plus spécifiquement de manière obligatoire...

- ☺ Interception des 3 premiers pour les amener au "podium"
- ☺ Distribution des médailles aux moustiques
- ☺ Liaison arrivée / secrétariat / affichage des résultats
- ☺ Signaleurs ou juges de parcours

Merci d'adresser par mail la liste de vos bénévoles mis à disposition de l'organisation ([usvigneux@gmail.com](mailto:usvigneux@gmail.com)). Les officiels sont placés sous la responsabilité de l'Union Sportive de Vigneux ; ils doivent se présenter au secrétariat dès leur arrivée sur le site.

# ***TENTES***

Un lieu spécifique est réservé aux tentes des clubs et sera indiqué.

Merci de le respecter et de laisser le site du cross et de la base propre avant votre départ. N'oubliez de sensibiliser vos athlètes et accompagnateurs à ne jeter aucun déchet par terre. Des sacs poubelle seront à disposition.

# PRENEZ NOTE... QUALIFICATIONS POUR LE CHAMPIONNAT DE FRANCE FSGT DE CROSS-COUNTRY

L'ultime épreuve de la saison de cross FSGT se déroulera le DIMANCHE 28 FÉVRIER 2016 à JABLINES (Seine et Marne).

- **Tous les athlètes Cadets à Vétérans** classés lors de ces championnats régionaux seront automatiquement qualifiables pour le championnat de France FSGT (les clubs devront confirmer les inscriptions de leurs athlètes).
- **Tous les athlètes Minimes** licenciés et inscrits par leurs clubs.
- Les athlètes qui ne pourraient pas participer aux championnats régionaux peuvent **être repêchés pour le championnat fédéral avec justificatif à fournir dans les 48 heures** qui suit l'épreuve à la Ligue Ile de France FSGT. Les athlètes ayant participé à une autre compétition le jour des championnats régionaux ne pourront pas être repêchés.

## Catégories concernées par les épreuves et le classement par équipes du Championnat de France FSGT de cross country

Catégories	Féminines	Masculins
Minimes (par équipe de comité)	5	5
Cadets	3	3
Juniors	3	3
Seniors 1 & 2 confondus (scratch)	3	4
Vétérans 1	3	4
Vétérans 2	3	3
Vétérans 3/4/5 confondus (scratch)	3	3

## SÉCURITÉ

L'organisateur met en place un "plan d'alerte de premiers secours" tenu par des bénévoles de l'Union Sportive de Vigneux en possession de l'A.F.P.S. ou du PSC1.

**Les Sapeurs Pompiers et le Commissariat de Draveil** sont prévenus de l'organisation de cette épreuve officielle. N'hésitez pas à venir avec la pharmacie de votre club.

## VESTIAIRES - BUVETTE

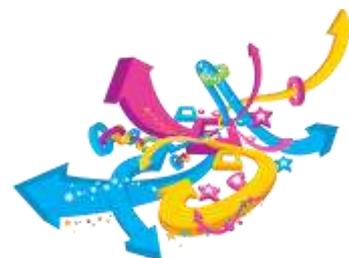
Les Athlètes ne disposeront d'aucun vestiaire ni de douche. Les toilettes de la base étant fermées pour "hors gel", chacun pourra avoir accès à celles de la salle de la Grange (prévoir papier toilette).

L'Union Sportive de Vigneux tiendra une buvette avec boissons chaudes et fraîches, gâteaux, sandwiches...

## ORGANISATION DES COURSES

Pour les départs, arrivées, boucles, les distances sont les suivantes :

- Départ = 100 m
- Arrivée = 50 m
- Liaison = 135 m
- Petite boucle = 670 m
- Moyenne boucle = 1025 m
- Grande boucle = 1950 m



# ***HORAIRES & DISTANCES***

Horaires	Catégories	Distances	Boucles
09h30	Ouverture du secrétariat		
10h00	Mise en place du JURY		
10h20	Seniors féminines 1 - 2 Vétérans 1 - 2	4420 mètres	Départ + 2 moyennes boucles + 1 grande boucle + 2 liaisons + Arrivée
11h00	Vétérans masculins 3 - 4 - 5 Juniors masculins	5345 mètres	Départ + 1 moyenne boucle + 2 grandes boucles + 2 liaisons + Arrivée
11h40	Moustiques féminines	820 mètres	Départ + 1 petite boucle + Arrivée
11h50	Moustiques masculins	820 mètres	Départ + 1 petite boucle + Arrivée
12h00	Poussines Poussins	1625 mètres	Départ + 2 petites boucles + 1 liaison + Arrivée
12h15	Benjamines Cross court	2335 mètres	Départ + 2 moyennes boucles + 1 liaison + Arrivée
12h30	Benjamins Minimes féminines	2430 mètres	Départ + 3 petites boucles + 2 liaisons + Arrivée
12h45	Minimes masculins Cadettes	3140 mètres	Départ + 1 petite boucle + 2 moyennes boucles + 2 liaisons + Arrivée
13h10	Cadets Juniors féminines Vétérans 3-4-5	3710 mètres	Départ + 2 petites boucles + 1 grande boucle + 2 liaisons + Arrivée
13H40	Vétérans masculins 1-2	7430 mètres	Départ + 1 moyenne boucle + 3 grandes boucles + 3 liaisons + Arrivée
14h25	Seniors masculins 1 - 2	8100 mètres	Départ + 1 petite boucle + 1 moyenne boucle + 3 grandes boucles + 3 liaisons + Arrivée

*Les parcours et boucles peuvent être modifiés en raison des conditions météo possibles le jour de la compétition, de problèmes de sécurité ou de modifications demandées par la base de loisirs.*



# PARCOURS & BOUCLES

- 1-2 / 5-9 ——— Départ (100m) - Arrivée (50m)
- 2-3-4-5-6-7-8 ——— Petite boucle (570m)
- 5-2 ——— Liaison (135m)
- 2-3-4-5-11-7-8 ——— Moyenne boucle (1925m)
- 2-3-10-4-5-11-7-8 ——— Grande boucle (1850m)

