



- Parcours cross de la ville**
- TD
 - TPB
 - PB
 - MB
 - GB

Renseignements : 06 03 61 02 69

Union sportive de Saint-Égrève (USSE) | Ville de Saint-Égrève, service des sports
 04 76 75 15 39 - usse-athle.fr | 04 76 56 53 69 - saint-egreve.fr

Ne pas jeter sur la voie publique
 Service communication - Ville de Saint-Egrève / Imprimerie Courant & Associés - impression issue de sources recyclées et certifiées PEFC® 10-31-1953



Dimanche 20 novembre 2022

28^e Cross de la Ville

Parc de Fiancey



Cross label régional de la Fédération française d'athlétisme



Programme des épreuves

Catégorie	Label régional	Horaires	Distances	Boucles
Course loisirs (2007 et avant)		10h30	5595m	1TPB + 1MB + 2GB + A
Juniors filles (2004-2005)	FR	11h10	3950m	1TD + 1TPB + 2MB + A
Cadets garçons (2006-2007)	FR			
Course sport adapté		11h10	3950m	1TD + 1TPB + 2MB + A
Minimes filles (2008-2009)	FR	11h40	3310m	1TD + 2MB + A
Minimes garçons (2008-2009)	FR	12h00	3745m	1TPB + 2MB + A
Cadettes filles (2006-2007)	FR			
Benjamines (2010-2011)		12h20	2460m	1TD + 2PB + A
Benjamins (2010-2011)		12h40	2460m	1TD + 2PB + A
Poussines (2012-2013)		13h00	1355m	1TD + 1PB + A
Course sport adapté		13h00	1995m	1TD + 1TPB + 1PB + A
Poussins (2012-2013)		13h20	1355m	1TD + 1PB + A
Juniors garçons (2004-2005)	FR	13h40	5595m	1TPB + 1MB + 2GB + A
AS femmes (2003 et avant)	FR	14h00	6860m	1TPB + 1PB + 3GB + A
AS hommes (2003 et avant)	FR	14h45	8550m	1TPB + 1PB + 4GB + A

TD (tour de départ) = 205 m, TPB (très petite boucle) = 640 m, PB (petite boucle) = 1105 m, MB (moyenne boucle) = 1530 m, GB (grande boucle) = 1690 m, A (arrivée) = 45 m

INSCRIPTIONS

- **Athlètes licenciés FFA** : avant le jeudi 17 novembre 2022, 12h, par l'intermédiaire des clubs sur le site comite-isere.athle.org. Attention, aucun athlète licencié FFA ne sera inscrit le dimanche.
- **Athlètes non licenciés FFA** : avant le vendredi 18 novembre 2022, 22h, sur le site usse-athle.fr ou sur place le dimanche au plus tard 1h avant le départ de la course moyennant 2 € par coureur au profit de l'association Soleil Rouge.

À noter : pour les coureurs non licenciés, un certificat médical de non contre-indication à la pratique de la course à pied en compétition datant de moins d'un an ou d'une licence en cours de validité d'une fédération agréée est à présenter le jour de la course. + d'infos sur usse-athle.fr

PODIUMS ET RÉSULTATS

Chaque course donnera lieu à un podium récompensant les trois premiers de chaque catégorie. Pour les courses des AS : les 1^{ers} espoir, senior et master seront récompensés. Les résultats seront publiés sur usse-athle.fr

Course loisirs
Course chronométrée ouverte à tous
à partir de 15 ans.

Run & bike

En parallèle des courses traditionnelles, une course "Run & bike" ouverte aux adultes et enfants à partir de 9 ans est organisée.

Le principe est simple : chaque équipe est composée de deux personnes, une en course à pied, l'autre à vélo (VTT ou VTC recommandé), sachant qu'à tout moment elles peuvent inverser les rôles ! Seule obligation : franchir la ligne d'arrivée ensemble !

À noter : ■ Casque obligatoire sur le vélo ■ Pas de vélo électrique.

Programme de l'épreuve

Catégorie	Horaire	Distance	Boucles
2013 et avant	15h30	4110 m	1TD+1TPB+1MB+1GB+A

INSCRIPTIONS avant le vendredi 18 novembre 2022 à 22h sur usse-athle.fr ou sur place le dimanche au plus tard 1h avant le départ de la course moyennant 2 € par équipe au profit de Soleil Rouge.

4 PODIUMS sont organisés récompensant les trois meilleures équipes : féminines / masculines / jeunes (équipe composée de deux enfants nés entre 2010 et 2013) / intergénérationnelles (équipe composée d'un coureur né en 2009 et avant et d'un jeune né entre 2010 et 2013).

KID'CROSS

Une course ouverte à tous les enfants âgés de 6 à 8 ans par équipe mixte (composée sur place)

> Objectif :
8 minutes pour parcourir le plus grand nombre possible de boucles de 200 m.
Tous les participants seront récompensés.

INSCRIPTIONS avant le vendredi 18 novembre 2022 à 22h sur usse-athle.fr ou sur place le dimanche au plus tard 1h avant le départ de la course moyennant 1 € par coureur au profit de Soleil Rouge.

Programme de l'épreuve

Catégorie	Horaire	Boucle
2014 - 2015 - 2016	13h50	200 m

À vos Baskets !

Le saviez-vous ?

Cette année, le visuel du Cross de la ville met en valeur le lynx de Chartreuse, une espèce protégée en voie d'extinction.

