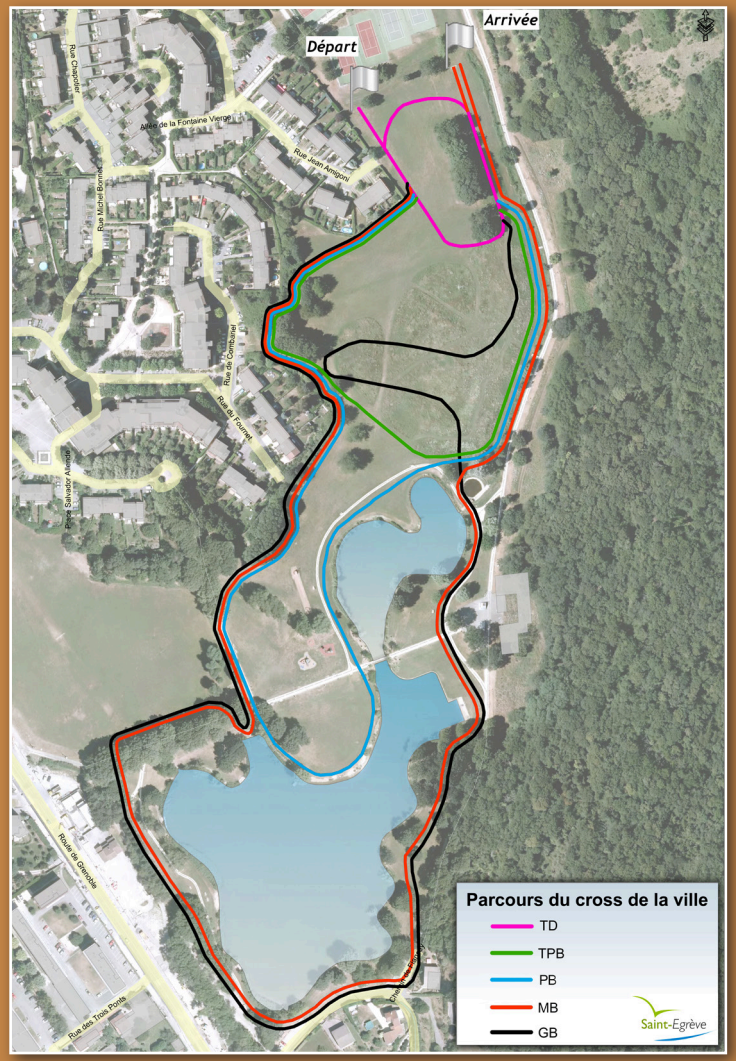
LES PARCOURS



Renseignements : 06 03 61 02 69
Union sportive de Saint-Égrève (USSE)
usse-athle.fr

Ville de Saint-Égrève
04 76 56 53 69
saint-egreve.fr

COMITE ISERE ATHLETISME — athlétisme AUVERGNE RHÔNE-ALPES — running conseil Échirolles — CRAZY — eleven sportswear — Fédération Française du Sport Adapté Isère

Service communication - Ville de Saint-Egrève / Imprimerie Courrand & Associés - impression issue de sources recyclées et contrôlées PEFC/10-31-1953

Saint-Egrève

Dimanche 23 novembre 2025

31e Cross de la Ville

Parc de Fiancey

Union Sportive Saint-Egrève Athlétisme

ATHLÉ FÉDÉRATION FRANÇAISE D'ATHLÉTISME

Cross label régional FFA — Course Run&bike — KID'CROSS — Course loisirs

Toutes les courses sont ouvertes aux athlètes du sport adapté.

Programme *des épreuves*

Catégorie	Label régional	Horaires	Distances	Boucles
Course loisirs (2010 et avant)		10h15	5795 m	1TD + 1TPB + 1MB + 2 GB + A
Juniors filles (2007-2008)	⚑	11h	3950 m	1TD + 1TPB + 2 MB + A
Cadets garçons (2009-2010)	⚑	11h	3950 m	1TD + 1TPB + 2 MB + A
Minimes filles (2011-2012)	⚑	11h35	3310 m	1TD + 2MB + A
Minimes garçons (2011-2012)	⚑	12h	3945 m	1TD + 1TPB + 2MB + A
Cadettes filles (2009-2010)	⚑	12h	3945 m	1TD + 1TPB + 2MB + A
Benjamines (2013-2014)	⚑	12h40	2460 m	1TD + 2PB + A
Benjamins (2013-2014)	⚑	13h	2460 m	1TD + 2PB + A
Poussines (2015-2016)		13h20	1355 m	1TD + 1PB + A
Poussins (2015-2016)		13h40	1355 m	1TD + 1PB + A
Kid'cross (2017-2018-2019)		13h55	890 m	1TD + 1TPB + A
Juniors garçons (2007-2008)	⚑	14h05	6265 m	1TD + 1PB + 1MB + 2GB + A
AS femmes (2006 et avant)	⚑	14h05	6265 m	1TD + 1PB + 1MB + 2GB + A
AS hommes (2006 et avant)	⚑	14h40	8750 m	1TD + 1TPB + 1PB + 4 GB + A
Run&bike (2016 et avant)		15h20	4110 m	1TD + 1TPB + 1MB + 1GB + 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 - *Épreuves cross régional*

Les inscriptions doivent être effectuées par l'intermédiaire des clubs sur le site : *comite-isere.athle.org.* et **seront closes jeudi 20 novembre 2025, 12h.** Attention, aucun athlète licencié FFA ne sera inscrit le dimanche.
Les personnes non-licenciées peuvent s'inscrire aux épreuves du cross régional via la plateforme du club : ***usse-athle.fr* avant le vendredi 21 novembre 2025 à 22h**
Un Parcours Prévention Santé (PPS) de moins de 3 mois est à présenter le jour de la course.

INSCRIPTIONS - *Course loisirs*

Le Cross pour Tous est ouvert à tous, homme femme né à partir de 2010. Que vous soyez licencié FFA ou pas, les inscriptions pour cette épreuve se font directement et exclusivement sur le site de l'USSE Athlétisme : ***usse-athle.fr* avant le vendredi 21 novembre 2025 à 22h 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.
Un Parcours Prévention Santé (PPS) de moins de 3 mois est à présenter le jour de la course.

INSCRIPTIONS - *Course Kid'Cross*

Avant le vendredi 21 novembre 2025 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.

INSCRIPTIONS - *Course Run&bike*

Avant le vendredi 21novembre 2025 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.

PODIUMS ET RÉSULTATS

Chaque course donnera lieu à un podium récompensant les trois premiers de chaque catégorie.

- **Pour la courses des AS :** les 1er des catégories espoir/senior/master 0/master1 et + seront récompensés (sans cumul des récompenses). Les résultats seront publiés *sur usse-athlé.fr*
- **Pour la course Run&Bike,** 4 podiums sont organisés récompensant les trois meilleures équipes : Intergénérationnelles (équipe composée d'un parent et d'un enfant) / Féminines / Masculines / Jeunes (équipe composée de deux enfants nés entre 2013 et 2016).

Course loisirs

Course chronométrée ouverte à tous à partir de 15 ans.

KID'CROSS

Course en ligne ouverte à tous les enfants âgés de 6 à 8 ans

Tous les participants seront récompensés.

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*

Le saviez-vous ?

Cette année l'animal mis à l'honneur par le cross de la Ville est le chamois. En Chartreuse comme ailleurs, cette espèce n'est pas uniquement un animal des cimes puisqu'il fréquente aussi les parties basses des massifs, pouvant être aperçus aux alentours de 600m d'altitude.