CROSS d' AMBOISE

AMBOISE — SITE DE L'ILE D'OR

DIMANCHE 19 NOVEMBRE 2023

12

Epreuves

de 11h 00

à 15 h 00

Marche Nordique

à 8 h 45

Une organisation
AVENIR AMBOISE
ATHLETISME

DE LA TOURAINE ET DU POITOU

TOURAINE LE DÉPARTEMENT

VILLE D'AMBOISE

MMA

ATHLÉ FÉDÉRATION FRANÇAISE D'ATHLÉTISME

NEWSPORTS TOURS

athlé 37 COMITÉ

LIA Ligue du Centre-Val de Loire d'Athlétisme

AMBOISE Chenin & Côt

athlé 37 COMITÉ CDR

CROSS d'AMBOISE

Site de l'ILE d'OR

Dimanche 19 novembre 2023

COURSES	CATÉGORIES ANNÉES DE NAISSANCE	HORAIRES	DISTANCES	BOUCLES
1	MARCHE NORDIQUE	8 h 45	6720 m	Dép + 4 Noires + Arrivée
2	CROSS COURT licenciés : NL - Association CHAMPIONNAT DÉPARTEMENTAL DE CROSS POUR LICENCIÉS : ES. – SE. – MAS. HOMMES	11h00	3520 m	Départ + 2 noires + Arrivée
2	CADETS : U18 = 2007 / 2008 JUNIORS Hommes : U20 = 2005 / 2006			
3	CROSS COURT licenciées : NL - Association CHAMPIONNAT DÉPARTEMENTAL DE CROSS POUR LICENCIÉES : ES. – SE. – MAS. FEMMES *Les Cadettes et Juniors Filles ne sont autorisées que sur les courses 10 ou 12*	11h25	3520 m	Départ + 2 noires + Arrivée
3	JUNIORS Femmes – U 20 = 2005 / 2006 **Hors Championnat**			
4	**S'il fait beau on fera un parcours endurance/ Régularité sur une boucle de 200 m à effectuer en duo club. Une course POF,(12')POM (12') , EAF(8') EA M (8')** POUSSINES : U12 = 2013 / 2014	11h55	1040 m	Départ + 1 blanche+ Arrivée
5	POUSSINS : U12 = 2013 / 2014	12h10	1040 m	Dép +1 blanche + Arrivée
6	E.A. Filles : U10 = 2015 / 2016 / 2017	12h25	Anim' Cross	Parcours contrôlé
7	E.A. Masculins : U10 = 2015 / 2016 / 2017	12h40	Anim' Cross	Parcours contrôlé
8	BENJAMINES : U14 = 2011 / 2012	13h00	1920m	Dép + 1 noire + Arrivée
9	BENJAMINS : U14 = 2011 / 2012 MINIMES Filles : U16 = 2009/ 2010	13h20	2640m	Dép+1 noire + 1 blanche + Arr
10	MINIMES Masculins : U16 = 2009/ 2010 CADETTES : U18 = 2007 / 2008 *Les Cadettes NE PEUVENT PAS DOUBLES et ne sont autorisées que sur les courses 10 ou 12*	13h40	3520m	Départ + 2 noires + Arrivée
11	Relais Benjamins et Minimes : 4 X 1000 m Par catégories Be ou Mi . on ne mélange pas les Be et MI Relais Mixte :2 Féminines et 2 Masculins : BE OU MI Relais : 4 Féminines BE ou MI- Relais : 4 Masculins BE ou MI	14 H 00	4 000 m	1 Bleue + 1 000 m Par coureur
12	RELAIS MIXTE – de 20 ans : **2 Femmes et 2 Hommes** par équipes composées de : Cadets – Juniors – RELAIS MIXTE TTC: **2 Femmes et 2 Hommes** A partir de Juniors - Espoirs – Seniors – Masters H/F	14 H 25	8000m	1 Rouge (2000m) par coureur

Départ	**120m**
Arrivée	**200m**
Boucle Blanche	**720m**
Boucle Bleue	**1 000 m**
Boucle Noire	**1600m**
Boucle Relais	**2 000 m**

Amboise 14/11/2023

CATEGORIES d'AGES 2023 - 2024

DU 01 Septembre 2023 au 31 Aout 2024

Catégories		Ages	Année de Naissance
Ecole d'Athlétisme - EA	U10	9 ans et moins	2015 - 2016 - 2017 -
Poussins - PO	U12	10 - 11 ans	2013 - 2014
Benjamins - BE	U14	12 - 13 ans	2011 - 2012
Minimes – MI	U16	14 - 15 ans	2009 - 2010
Cadets – CA	U18	16 - 17 ans	2007 - 2008
Juniors – JU	U20	18 - 19 ans	2005 - 2006
Espoirs – ES	U23	20 - 21 - 22 ans	2002 - 2003- 2004
Seniors – SE	Seniors	23 ans à 39 ans	1990 à 2001
Masters 0 35 ans à 39 ans	Masters 0	35 ans à 39 ans	1989 et avant

Amboise 14/11/2023

CROSS d'AMBOISE pour les EA – PO

S'IL PLEUT :

Cross classique avec allure contrôlée sur le premier tiers du parcours

PO environ 1 ,5 km --- EA environ 1 km

SI TEMPS SEC : **COURSE d'ENDURANCE et de REGULARITE**

Temps : EA 8' **PO : 12'**

PARCOURS :

Boucle de 200 m, balisée tous les 10 m par un panneau numéroté de 1 à 19

Chaque club construira des paires d'enfants ; pendant que l'un court, l'autre, muni d'un carton et d'un crayon note à chaque minute (signal sonore) le N° de la balise atteinte par son coureur

1ére course EA :	11 H 45
1ére course PO :	12 H 00
2éme course EA :	12 H 20
2éme course PO :	12 H 35

Après récupération des fiches, les adultes auront à :

-calculer le nombre de balises parcourues chaque minute

- prélever les 2 écarts extrêmes

- prélever les 2 suivants à multiplier par 2

-prélever les 2 suivants à multiplier par 3

- additionner ces 3 résultats dont le résultat déterminera un classement individuel.

Amboise 14/11/2023

CROSS d'AMBOISE

AMBOISE — SITE DE L'ILE D'OR

DIMANCHE 19 NOVEMBRE 2023

L'Avenir d'Amboise Athlétisme vous souhaite nombreux pour le 1er cross du 37 le dimanche 19 Novembre 20223

L'épreuve est ouverte à tous les clubs FFA, affinitaires ainsi que pour les non-licenciés.

Les départs et arrivées se tiendront sur le site de l'Ile d'Or près du camping.
classement se fera sur 3 arrivants(es) pour toutes les catégories. En cas d'égalité entre deux ou plusieurs équipes, la coupe sera attribuée à celle dont le dernier athlète sera le mieux classé.

La compétition sera régie selon les règles de la FFA

TARIF: *Le montant des engagements est de :*

2 € par athlètes licenciés engagés à partir de Benjamins
1 € par athlètes arrivants pour les EA et PO
3 € pour les individuels FFA hors département
3 € pour les non-licenciés à partir de U14 et U16 de 2012 à 2009
5 € pour les non-licenciés à partir de U18 2008

Règlement des engagements possible par CB

Les clubs engageant collectivement leurs athlètes garantiront que ceux-ci sont licenciés.

Les licenciés s'engageant individuellement fourniront une photocopie de leur licence.

Les non-licenciés devront fournir une photocopie d'un certificat médical de non contre-indication à la pratique du sport ou de l'athlétisme en compétition datant de moins d'un an.

REGLEMENT du cross: disponible sur le site du club:

https://www.aveniramboiseathletisme.com/

L'Avenir Amboise Athlétisme

Pour tout contact
Bernard VILLEDIEU 06 60 68 33 72

Amboise 14/11/2023

FEUILLE d'ENGAGEMENTS
AMBOISE 19 11 2023
****

PAS D'INSCRIPTION SUR PLACE

CLOTURE le vendredi 17 NOVEMBRE 2023 à 09 heures 00

TARIFS :

2 € par athlètes licenciés engagés à partir de Benjamins
1 € par athlètes arrivants pour les EA et PO
3 € pour les individuels FFA hors département
3 € pour les non-licenciés à partir de U14 et U16 de 2012 à 2009
5 € pour les non-licenciés à partir de U18 2008

Règlement des engagements possible par CB

ENGAGEMENTS PAR LES CLUBS SUR LE SITE DU COMITE 37

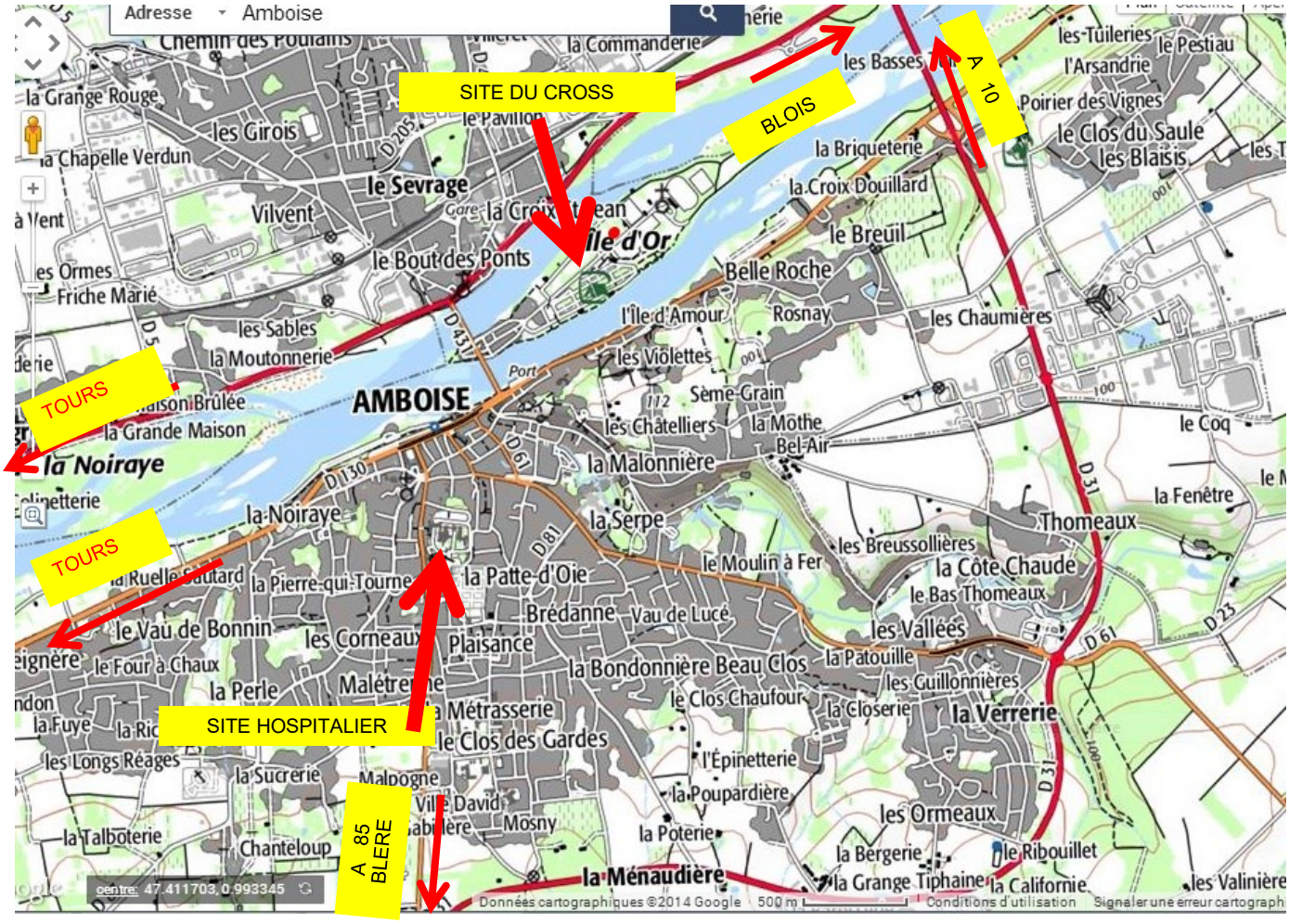
Engagements: http://comiteathletisme37.athle.com/asp.net/espaces.engage/engage.aspx

Pour les Non Licenciés par mail à : aamboise.athle@wanadoo.fr

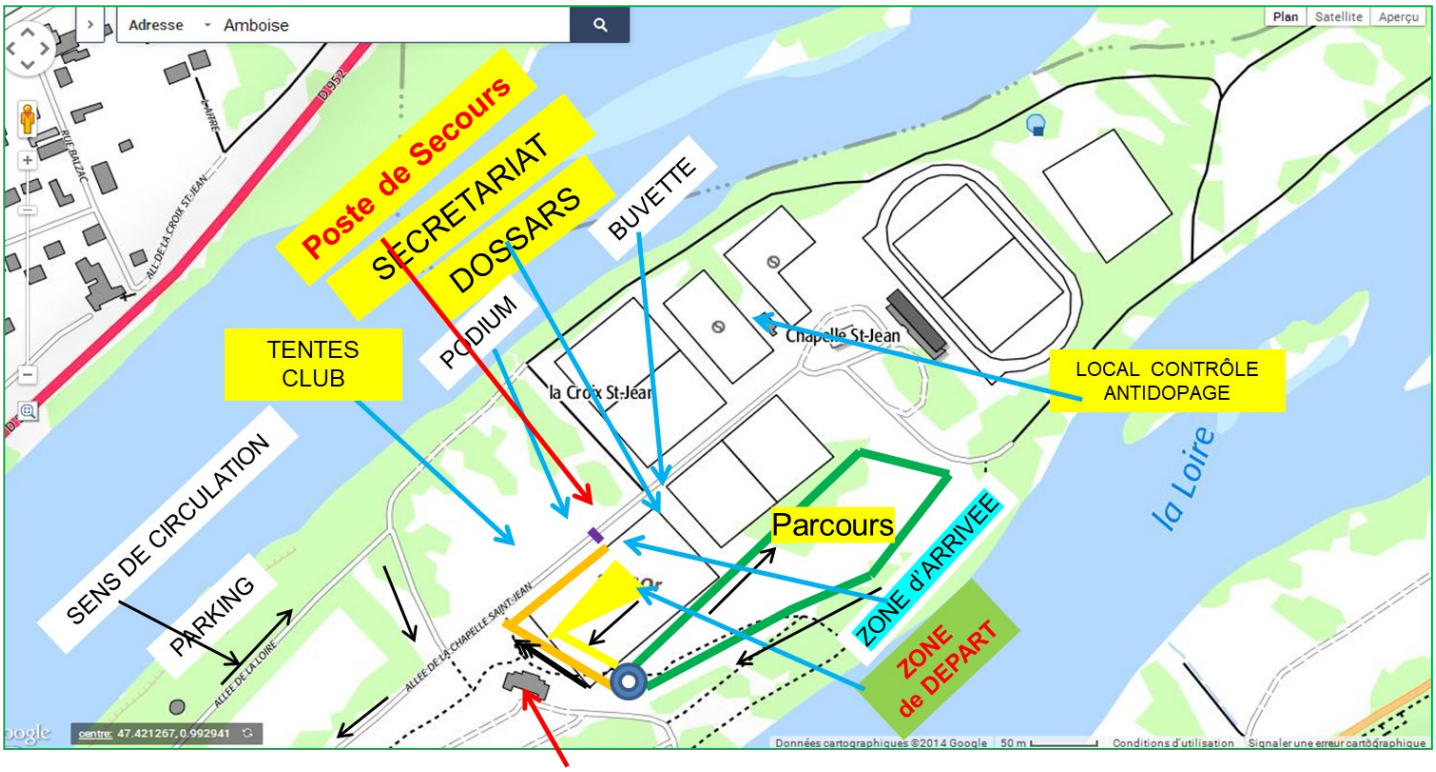
N° Course - Nom – Prénom - Année de Naissance +
munis d'un certificat médical de moins d'un an de non-contre-indication à la course à pieds en compétition

N° COURSE	N° de LICENCE	NOM	PRENOM	ANNEE NAISSANCE	DOSSARD

Amboise 14/11/2023



ORGANISATION du SITE



Amboise 14/11/2023

Cross AMBOISE le 19 novembre 2023

BOUCLE BLANCHE – 720m

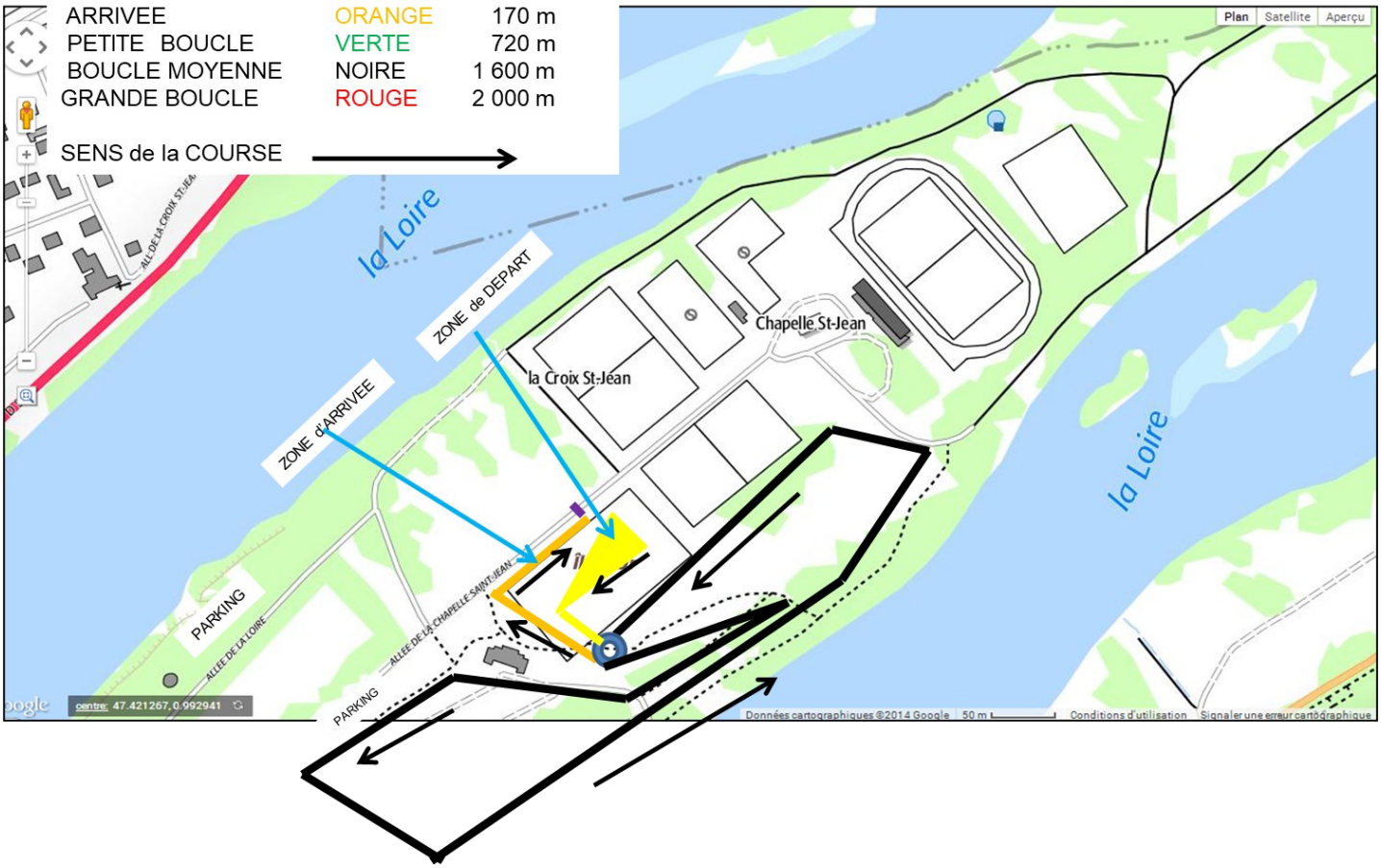
Cross AMBOISE le 19 novembre 2023 BOUCLE NOIRE – 1600 m

DISTANCES des BOUCLES

Parcours: NOIRE

DEPART	JAUNE	200 m
ARRIVEE	ORANGE	170 m
PETITE BOUCLE	VERTE	720 m
BOUCLE MOYENNE	NOIRE	1 600 m
GRANDE BOUCLE	ROUGE	2 000 m

SENS de la COURSE →

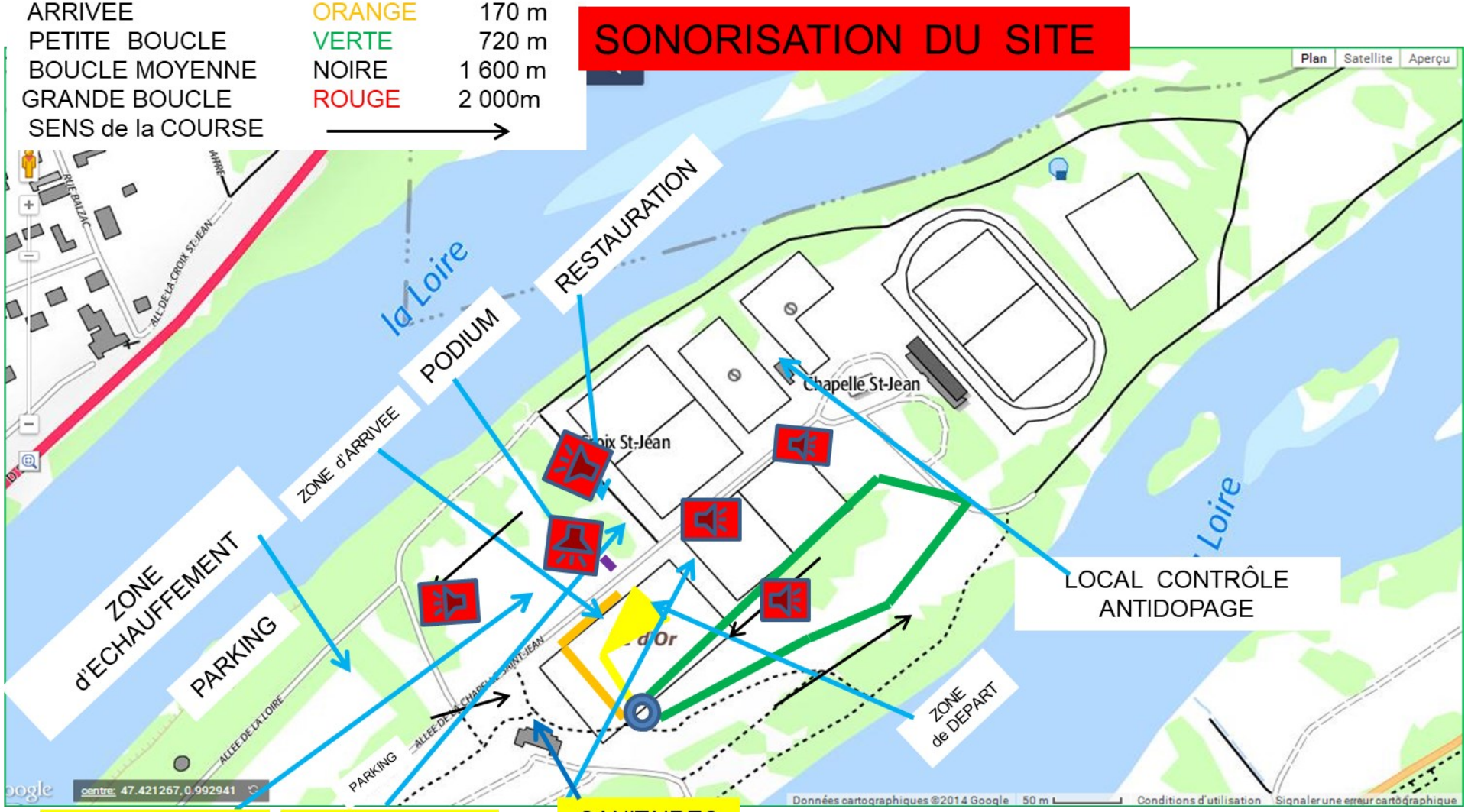


Amboise 14/11/2023

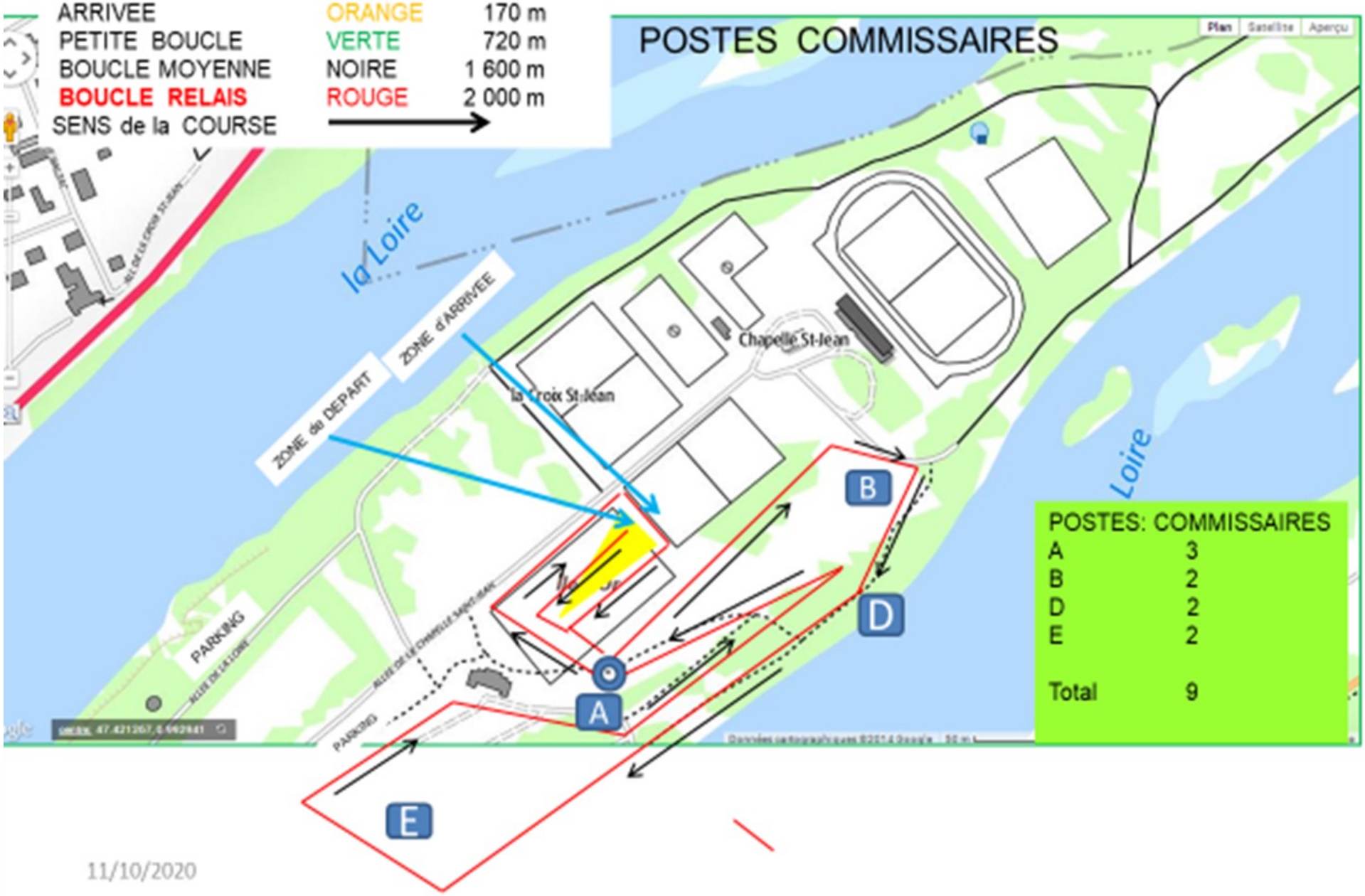
ORGANISATION du SITE

DISTANCES des BOUCLES

DEPART	JAUNE	200 m
ARRIVEE	ORANGE	170 m
PETITE BOUCLE	VERTE	720 m
BOUCLE MOYENNE	NOIRE	1 600 m
GRANDE BOUCLE	ROUGE	2 000m
SENS de la COURSE	→	



Parcours: ROUGE

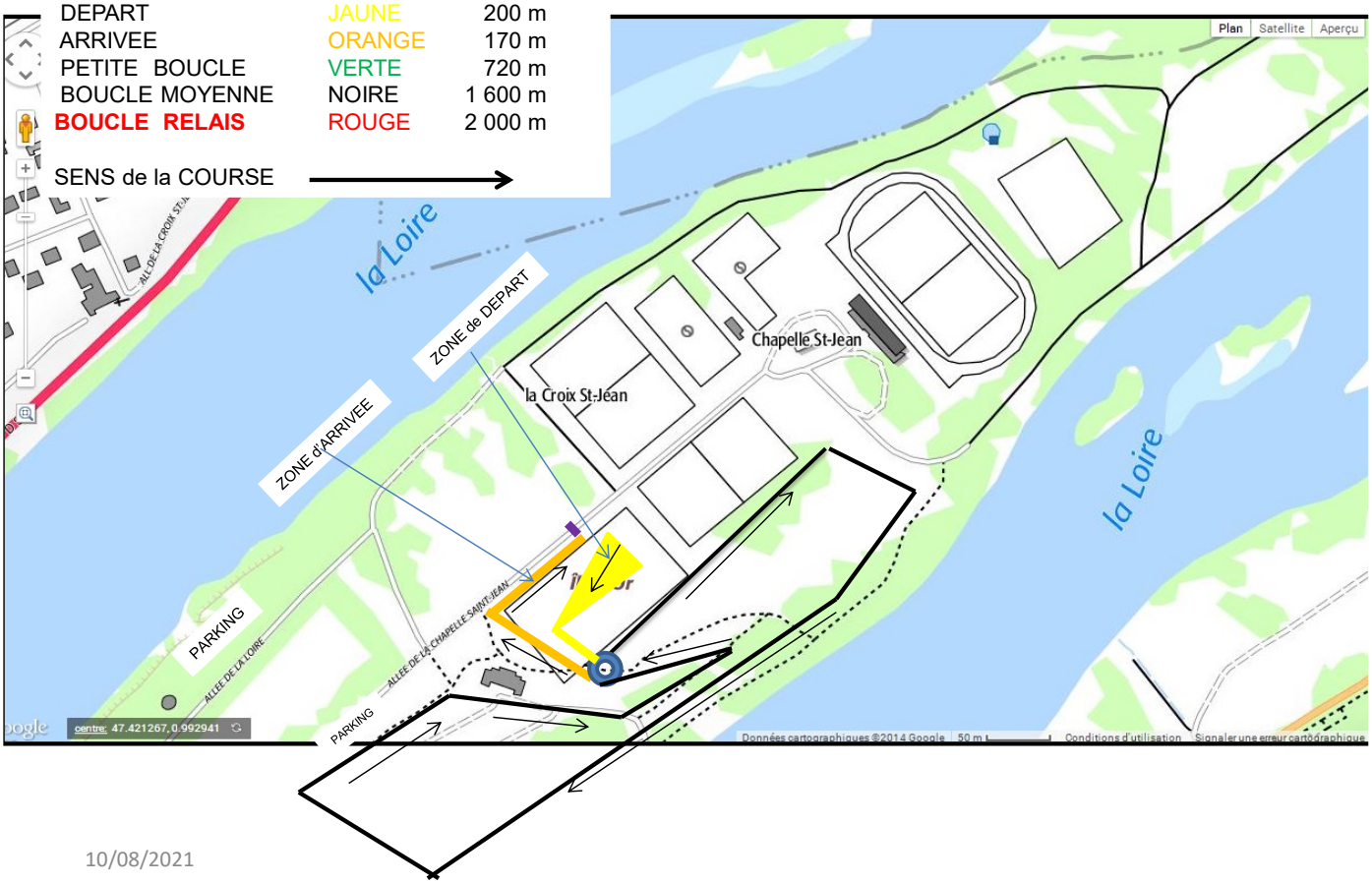


Parcours: NOIRE

DISTANCES des BOUCLES

DEPART	JAUNE	200 m
ARRIVEE	ORANGE	170 m
PETITE BOUCLE	VERTE	720 m
BOUCLE MOYENNE	NOIRE	1 600 m
BOUCLE RELAIS	ROUGE	2 000 m

SENS de la COURSE →



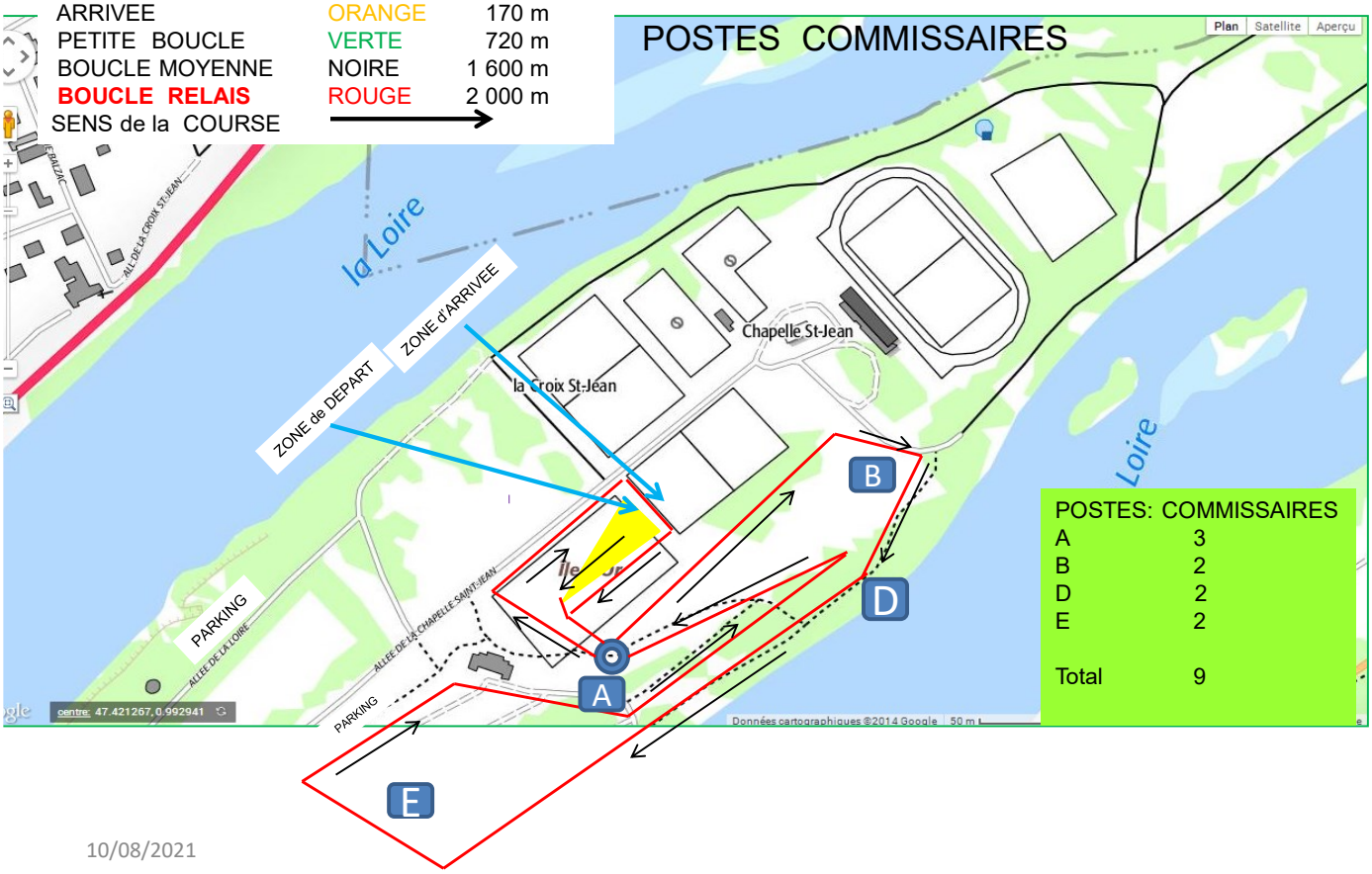
10/08/2021

Parcours: ROUGE

DISTANCES des BOUCLES

DEPART	JAUNE	200 m
ARRIVEE	ORANGE	170 m
PETITE BOUCLE	VERTE	720 m
BOUCLE MOYENNE	NOIRE	1 600 m
BOUCLE RELAIS	ROUGE	2 000 m

SENS de la COURSE →



10/08/2021

Amboise 14/11/2023

RELAIS - CROSS

Règlement technique Les équipes seront composées de quatre athlètes avec l'obligation de compter deux féminines et deux masculins. L'ordre des coureurs est imposé : **masculin-féminin-masculin—féminin les années paires** et féminin-masculin-féminin-masculin les années impaires **(donc en 2023)** Un athlète ne peut effectuer qu'un seul relais et pour une seule équipe. Pour le classement TC, l'équipe pourra se composer d'athlètes de la catégorie junior à la catégorie master. Pour le classement -20 ans, l'équipe pourra se composer d'athlètes des catégories cadets et juniors mais chaque équipe a l'obligation de compter au moins un cadet ou une cadette. En fonction des profils des parcours, chaque relayeur effectuera une boucle d'environ 2km. Une zone de passage de relais de 20m sera identifiée sur le parcours. Les athlètes y échangeront un brassard ou tout autre moyen d'identification fourni par l'organisation qu'ils devront garder jusqu'au franchissement de la ligne d'arrivée par le dernier relayeur.

RELAIS CROSS
19 Novembre 2023 - AMBOISE

Rappel règlement concernant les compositions d'équipes :

- Moins de 20 ans : 2 Féminines Ca ou Ju + 2 Masculins Ca ou Ju (avec au moins 1 cadet(te) dans l'équipe). Odre imposé : Féminin - Masculin - Féminin - Masculin-

- Toutes Catégories : 2 Féminines + 2 Masculins de la catégorie Ju à MA. Odre imposé : Féminin - Masculin - Féminin - Masculin-

Club :

Catégorie : **n° equipe :**

(si plusieurs dans la même catégorie)

N° Licence	Nom	Prénom	Catégorie	Sexe	Ordre
					1
					2
					3
					4

Amboise 14/11/2023

RELAIS CROSS
19 Novembre 2023 - AMBOISE

Rappel règlement concernant les compositions d'équipes :

- Moins de 20 ans :	2 Féminines Ca ou Ju + 2 Masculins Ca ou Ju (avec au moins 1 cadet(te) dans l'équipe). **Odre imposé** : Féminin - Masculin - Féminin - Masculin
- Toutes Catégo-ries :	2 Féminines + 2 Masculins de la catégorie Ju à MA. **Odre imposé** : Féminin—Masculin - Féminin - Masculin
Club :	

Catégorie : **n° equipe :**

(si plusieurs dans la même catégorie)

N° Licence	Nom	Prénom	Catégorie	Sexe	Ordre
					1
					2
					3
					4

Catégorie : **n° equipe :**

N° Licence	Nom	Prénom	Catégorie	Sexe	Ordre
					1
					2
					3
					4

Amboise 14/11/2023

TARIFS

Les tickets sont à acheter à la caisse

Payement possible par CB

SANDWICHES : 2€ 50

Merguez - Saucisse - Jambon - Poulet - Fromage

FRITES (la barquette) : 2 € 50

BOISSONS :

Bière (pression) :	**2 € 50** + consigne **1 €**
Canette Jus de Fruit :	**2 €**
Eau 50 cl :	**1 €**
Café / thé :	**1 €**
Chocolat chaud :	**0 € 50**
Vin chaud:	**2€ 00** + consigne : **1€**
Gâteau, la part **:**	**1 € 50**
Gaufres au sucre:	**1, 50 €**
Gaufres au chocolat:	**2, 00 €**

FRIANDISES :

Chuppa Chups, les 3 :	**1 €**

Amboise 14/11/2023