



# Relais Cross S-26 – Championnat France, Régional / Open / Santé / Entreprises

## REGLEMENT DES EPREUVES OPEN

Organisé par la Ligue d'Athlétisme Région Sud, avec le soutien du Comité d'Athlétisme du Var et accueilli par le club de La Seyne, le CSMS, l'Open RELAIS Cross s'inscrit dans une journée dédiée au RELAIS cross-country, ouverte à tous les publics dans un cadre sportif structurant et convivial. L'ensemble de cette journée s'inscrit dans le cadre des 1/2 finales des Championnats de France de RELAIS Cross-Country.

### Diagnoform® – Bilan Forme Offert

Dans le cadre de la Journée de la Forme organisée en parallèle des épreuves OPEN, chaque participant pourra bénéficier gratuitement d'un **Diagnoform®**, un bilan forme proposé par la Ligue d'Athlétisme Région Sud, encadré par des professionnels de l'Athlétisme Santé. Ce dispositif permet à chacun d'évaluer sa condition physique à travers des tests simples, ludiques et adaptés à tous.

### 1<sup>ère</sup> épreuve : RELAIS CROSS 4 KM

Elle se déroulera sur la distance de 2 x 2km sur le parcours du championnat.

Les équipes seront composées de 2 athlètes avec les possibles compositions suivantes :

- 2 masculins, toutes catégories confondues (à partir de minimes).
- 2 féminines, toutes catégories confondues (à partir de minimes).
- Mixte, toutes catégories confondues (à partir de minimes).

\* Pour l'équipe mixte, l'ordre de passage des athlètes est libre (masculin ou féminin en 1<sup>er</sup>).

#### Horaires de départ

Montant de l'inscription : **5€ pour les licenciés et 15 € pour les non licenciés.**

Classements et récompenses : Un classement scratch ainsi qu'un classement pour chaque type de relais sera établi.

- La 1<sup>ère</sup> équipe au scratch ainsi que la 1<sup>ère</sup> équipe de chaque type de relais sera récompensée (sans cumul de place).

### 2<sup>ème</sup> épreuve : RELAIS CROSS 8 KM

Elle se déroulera sur la distance de 4 x 2 km sur le parcours du championnat.

Les équipes pourront être composées de 2 ou 4 athlètes.

#### **Dans la configuration « 2 athlètes » :**

Chaque relayeur devra parcourir 2 x 2km.

Composition possible des équipes :

- 2 masculins, toutes catégories confondues (à partir de minimes).
- 2 féminines, toutes catégories confondues (à partir de minimes).
- Mixte, toutes catégories confondues (à partir de minimes).

Chaque équipe aura le choix de faire parcourir à la suite les 2 boucles ou d'alterner les passages. L'ordre de départ et de passage est libre.

Commission  
Régionale  
Running

Commission  
Régional  
Athlé-Santé



# RELAIS CROSS

Partenaire principal

Crédit Mutuel

Fournisseurs Officiels

Tout'com  
Agence de communication & production

running conseil  
Ollioules

sport-up.fr

Contacts:

Yves Arcamone  
yarcamone.provence-athle  
@hotmail.com

# Relais Cross S-26 – Championnat France, Régional / Open / Santé / Entreprises

## Dans la configuration « 4 athlètes » :

Chaque relayeur devra parcourir 1 x 2km.

Composition possible des équipes :

- 4 masculins, toutes catégories confondues (à partir de minimes).
- 4 féminines, toutes catégories confondues (à partir de minimes).
- Mixte (2 féminines/2 masculins), toutes catégories confondues (à partir de minimes).

\* Pour l'équipe mixte, l'ordre de passage des athlètes est libre (alternance des sexes, masculins en 1<sup>er</sup>, féminines en 1<sup>ère</sup>).

## [Horaires de départ](#)

Montant de l'inscription : **5€ pour les licenciés et 15 € pour les non licencié.**

Classements et récompenses : Un classement scratch ainsi qu'un classement pour chaque type de relais sera établi.

La 1<sup>ère</sup> équipe au scratch ainsi que la 1<sup>ère</sup> équipe de chaque type de relais sera récompensée.

## Inscriptions

Les équipes devront s'inscrire sur le site de [Sport Up](#) :

## [Horaires de départ](#)

Pour qu'une inscription soit validée, il est impératif que le coureur :

Soit licencié FFA (licence compétition, running, entreprise uniquement) en cours de validité, ou

D'être à jour de son PPS (Parcours Prévention Santé) datant de moins de moins de 3 mois à la date de l'épreuve. [Pour le réaliser cliquer ici](#)

Pour les coureurs mineurs, une autorisation parentale est obligatoire. Les athlètes mineurs non licencié FFA devront fournir un questionnaire de santé.

## Retrait des dossards.

- Une pièce d'identité sera demandée pour l'ensemble des participants.
- Les athlètes s'engagent à courir en totalité les distances proposées ainsi que de respecter les décisions des officiels présents sur la compétition.
- Droit à l'image et RGPD
- L'organisation se réserve le droit de disposer des images et films qui seraient réalisés à l'occasion des ces épreuves.
- L'ensemble des données est protégé par la Protection Général de la Protection des Données (RGPD).

Tous les participants s'engagent à respecter ce présent règlement.



Commission  
Régionale  
Running

Commission  
Régional  
Athlé-Santé



# RELAIS CROSS

Partenaire principal

Crédit Mutuel

Fournisseurs Officiels



Contacts:

Yves Arcamone  
yarcamone.provence-athle  
@hotmail.com