

CROSS-COUNTRY

CHAMPIONNAT D'ACADEMIE MERCREDI 4 DECEMBRE 2019



Cross Éco-responsable
Le service régional UNSS PARIS candidate pour le prix
« ETHIC'ACTION DEVELOPPEMENT DURABLE »

ORGANISATION GENERALE

Lieu de la compétition	PLAINE DE MORTEMART (Stade Pershing) Route de Mortemart - PARIS 12ème
Moyen d'accès	<u>Métro</u> : Château de Vincennes + Navettes UNSS face à la sortie n°6 rotation de 12h30 à 17h00
Vestiaires de passage	Il ne faut pas y laisser ses vêtements ou autres effets personnels.



Un établissement inscrit **doit obligatoirement** proposer une personne majeure dans le collectif d'organisation de 9h30 à 17h00
Si personne le jour de cette compétition, **il n'y aura pas de qualification au Championnat de France pour cet établissement.**

RÈGLEMENT

Épreuve ouverte aux licenciés UNSS UNIQUEMENT.

LICENCIÉS AUTORISÉS

Benjamins	nés en 2007 2008 et 2009	Juniors	nés en 2001 et 2002
Minimes	nés en 2005 et 2006	Seniors	nés en 2000 et avant
Cadets	nés en 2003 et 2004		

COMPOSITION DES ÉQUIPES

- 6 concurrents en collège Benjamin mixte (3 garçons et 3 filles)
- 6 concurrents en collège Minimes mixte (3 garçons et 3 filles – 1 CG1 ou 1CF1 autorisé)
- 6 concurrents en Lycée mixte (M2G/CG/JG/S1G/M2F/CF/JF/S1F au moins 2 élèves de chaque sexe)
- 6 concurrentes en Lycée professionnel (open avec catégorie autorisée : MG2/CG/JG/SG1/MF2/CF/JF/SF1).
Mixité possible.
Surclassement interdit.

CLASSEMENT

Les 5 meilleurs classements individuels comptent pour le classement de l'équipe, en tenant compte des compositions d'équipes énoncées ci-dessus.

TITRES DÉCERNÉS

Champion d'Académie UNSS Collège Benjamin mixte
Champion d'Académie UNSS Collège Minime mixte
Champion d'Académie UNSS Lycée mixte
Champion d'Académie UNSS Lycée Professionnel

INSCRIPTIONS

Les inscriptions se feront exclusivement par une inscription en ligne sur le site www.unss.org.

Lorsque vous êtes connecté, sous la rubrique calendrier (à droite de la page) recherchez la compétition «**CROSS ACADEMIQUE**» cliquez dessus.

Il est important que vous choisissiez en amont, la compétition pour laquelle vous concourez, il y en a 4 : Benjamin mixte, Collège Minime mixte, Lycée mixte, Lycée Professionnel.

Ensuite vous cliquez sur celle choisie et inscrivez vos élèves dans les différentes courses.

Les courses restent par catégories d'âges. Il n'y a pas besoin de constituer vos équipes au préalable car le logiciel informatique retiendra les performances les plus intéressantes pour composer l'équipe de votre établissement. Ce dispositif vous permet bien entendu de ne pas être limité dans le nombre d'élèves à inscrire par compétition. A noter que les élèves de LP sont autorisés à concourir en catégorie Lycée mixte. L'inverse n'est pas possible.

RAPPEL : vous ne pourrez pas valider vos inscriptions si aucune personne inscrite dans le collectif d'organisation.

ATTENTION!

Clôture des engagements le mardi 26 novembre 2019 à 23h45

RECOMPENSES

- Un titre de champion d'Académie par équipe sera décerné dans chaque catégorie.
- Les trois premiers individuels de chaque catégorie seront récompensés.

QUALIFICATIONS

- Les équipes championnes d'académie :
 - Collège BENJAMIN mixte
 - Collège MINIME mixte
 - LYCEE mixte
 - LYCEE PROFESSIONNELseront qualifiées pour les Championnats de France.

Le Championnat de France de CROSS-COUNTRY aura lieu le samedi 25 Janvier 2020 à (Acad. de REIMS).

Les établissements dont les équipes seront qualifiées pour les championnats de France doivent obligatoirement confirmer leur participation pour le lundi 9 décembre 2019 avant 12h00 au SR UNSS PARIS.

DOSSARDS

REMISE DES DOSSARDS -> 2 possibilités

NOUVEAU

1/ Les dossards peuvent être retirés au Service Régional sur présentation de la liste des licenciés participants avec photos imprimées à partir du site, cachet de l'établissement, signature du chef d'établissement ou d'un document officiel validant l'identité des concurrents.

Retrait des dossards à partir du **Judi 28 novembre jusqu'au Mardi 3 décembre à 12h30**

Horaires 8h30-12h30 / 13h30-17h00. Possibilité d'une permanence sur l'heure du repas.

Important : prévenir par téléphone avant de votre passage au service.

2/ Les dossards peuvent être remis aux responsables des associations sportives **au secrétariat dans un vestiaire le mercredi 4 décembre 2019 de 12h15 à 13h30** sur présentation de la liste des licenciés participants avec photos imprimées à partir du site, cachet de l'établissement, signature du chef d'établissement ou d'un document officiel validant l'identité des concurrents.

INFORMATIONS ET DIRECTIVES TRES IMPORTANTES A LIRE ATTENTIVEMENT

Présentation de la liste des licenciés participants avec photos imprimées à partir du site.

Les résultats seront traités sur place par informatique. Pour ce faire, UN DOSSARD PRET A ETRE UTILISÉ est attribué en propre à chacun(e) des engagé(e)s.

Ce dossard porte :

- **Un code barre avec un numéro particulier** pour chaque concurrent(e), ce numéro permet lors du traitement informatique, d'identifier le titulaire et son établissement d'origine.
- **Le nom du titulaire, sa catégorie et son établissement** pour que les professeurs puissent effectuer la répartition à leurs licenciés sans risque d'erreur.
- **VOUS NE DEVEZ SURTOUT PAS MODIFIER** l'attribution préalable des dossards ainsi faite.
- **Vous devez obligatoirement :** en cas de remplacement d'un athlète par un autre ou d'engagement supplémentaire de dernière minute, demander au secrétariat la délivrance d'un nouveau dossard, impérativement avant 13H30.

FIXATION DES DOSSARDS

Les dossards sont un élément essentiel qui conditionne la qualité du travail informatique : ils devront être fixés soigneusement sur la **POITRINE** au moyen de 4 épingles de sûreté. En évitant que les épingles détériorent le code barre dont ils sont porteurs. Ne pas plier les dossards. **Maillots de club non autorisés.**



Pour valoriser la filière hôtelière et l'insertion socio-professionnelle.

Vente de crêpes par l'EREA Alexandre Dumas
50 cents la crêpe.



DEFIT COURSE SOLIDAIRE ET SANTE

Course ludique et non compétitive sur une boucle d'environ 300m.



1) Objectifs

- Lutte contre la sédentarité
- Lutte contre l'obésité et les maladies chroniques.

2) Concept "élève"

- Prendre en charge ma santé. Prendre en main la santé de l'autre.
- Idée globale : « Je ne peux pas y arriver seul, j'ai besoin d'un(e) ami (e), je participe au DéFit'»
- "Manger mieux, boire et bouger plus".

3) Catégories

- Toutes catégories garçons et filles.
- Course ouverte aux enseignants, aux parents d'élèves, aux personnels de direction, aux cadres UNSS qui peuvent accompagner les élèves ciblés.
- **Il n'y a pas besoin d'être licencié à l'UNSS pour participer au DéFit'.**

4) Format

- Équipe de 2
- 1 élève décide de prendre en charge un élève sédentaire, en situation de surpoids, obèse, ou souffrant de maladies chroniques. Il participe à l'évènement avec son binôme.
- Chaque binôme annonce le nombre de tour qu'il souhaite réaliser. Les 2 élèves courent ensemble et franchissent la ligne ensemble. L'objectif est atteint s'il réussit son 'Défit'.
- Nombre d'équipes illimitées par Associations Sportives.

5) Publics ciblés

- Elèves sédentaires
- Elèves en surpoids, diabétique, hypercholestérolémie, atteint de maladie chronique ou de maladie cardiovasculaire
- Elèves en situation de handicap
- Adultes de la communauté éducative et UNSS

Pour s'inscrire :

- a) Renseignez lors de l'inscription en ligne le nombre de participants que vous engagez.
- b) Se présenter au secrétariat de la manifestation avec la liste des participants en indiquant nom, prénom, âge, établissement, professeur, parents ou autre).

HORAIRES

Susceptibles d'être modifiés

L'appel sera effectué un quart d'heure avant le départ de la course

13 H 45	COURSE N°1	J.GENS	JUNIORS/SENIORS	Nés en 2000 et avant	course unique classements séparés
14 H 15	COURSE N°2	J.FILLES J.FILLES	CADETTES JUNIORS/SENIORS	2003-2004 né en 2000 et avant	
14 H 35	COURSE N°3	J.GENS	CADETS	2003/2004	
14 H 45		DéFit'			
15 H 15	COURSE N°4	J.GENS	BENJAMINS	2007/2008/2009	
15 H 30	COURSE N°5	J.FILLES	MINIMES	2005/2006	
15 H 00	COURSE N°6	J.FILLES	BENJAMINES	2007/2008/2009	
15 H 45	COURSE N°7	J.GENS	MINIMES	2005/2006	

PARCOURS ET DISTANCES (se reporter au plan ci-dessous)

La traversée de la route est le seul passage goudronné
L'usage des pointes est donc possible

JUNIORS/SENIORS	G	Départ + Baseball + 1 MB + 2 GB + Arrivée	5735 m
CAD./JUN./SEN.	F	Départ + Baseball + 2 PB + Arrivée	3670 m
CADETS	G	Départ + Baseball + 2 MB + Arrivée	4290 m
BENJAMINES	F	Départ + Baseball + 1 PB + Arrivée	2515 m
BENJAMINS	G	Départ + Baseball + 1 MB + Arrivée	2645 m
MINIMES	F	Départ + Baseball + 1 MB + Arrivée	2645 m
MINIMES	G	Départ + Baseball + 1 GB + Arrivée	2905 m
DéFit'		BOUCLE DE 300M	

Baseball = A.B.C.D.

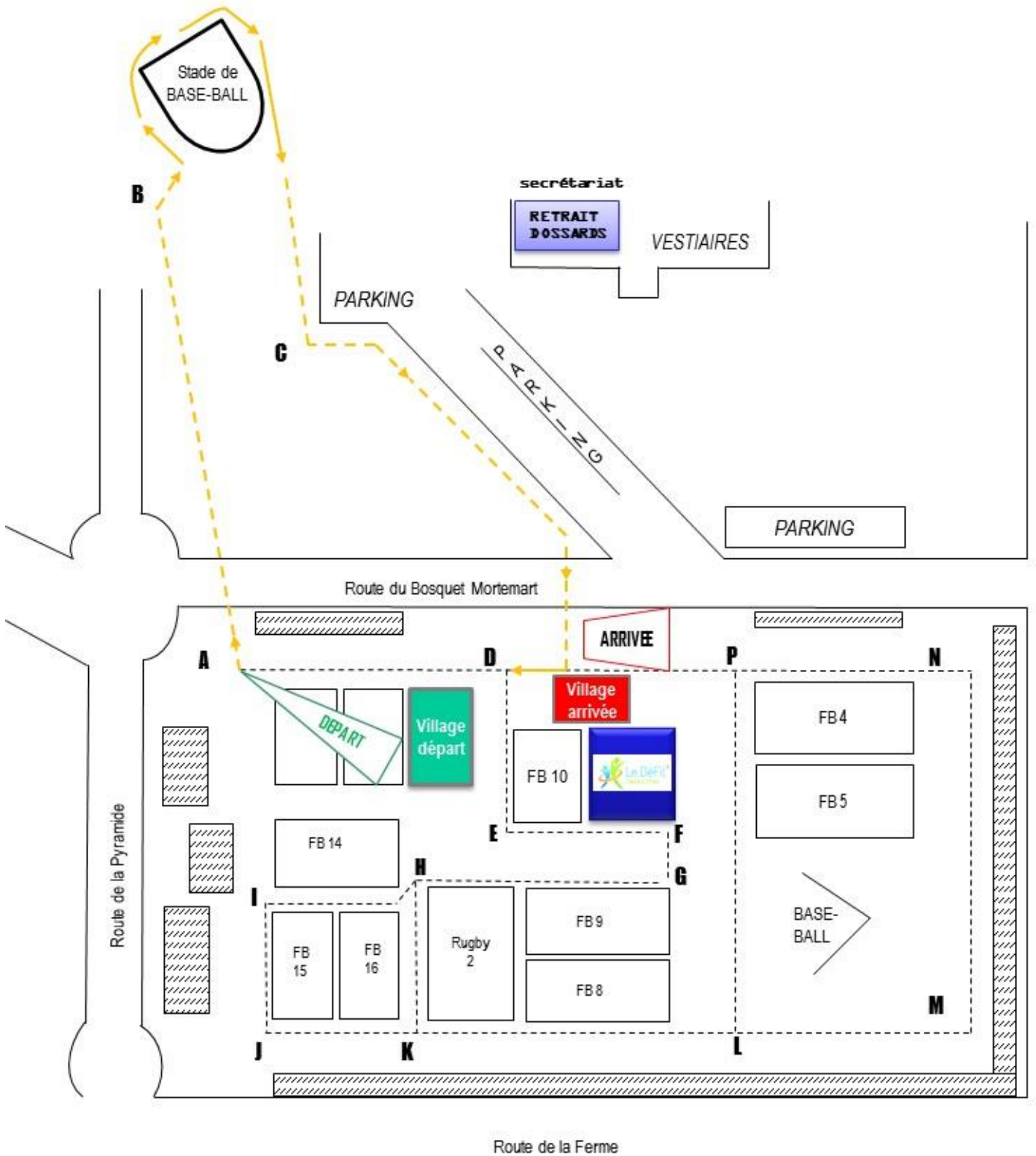
Petite boucle = E.F.G.H.K.L.P.

Moyenne boucle = E.F.G.H.I.J.K.L.P.

Grande boucle = E.F.G.H.I.J.K.L.M.N.P

PLAN DE PARCOURS CROSS ACADEMIQUE UNSS

Légende
 = Bosquet



Avenue du Tremblay

LES 10 GESTES DU SPORTIF ÉCO-RESPONSABLE



Marie Bochet
Ski

1 Je n'achète que le nécessaire

Je privilégie un équipement de qualité et je l'entretiens pour prolonger sa durée de vie.

2 Je mutualise mes équipements

J'emprunte ou je prête mon matériel. La location est aussi une bonne idée.



Gaël Monfils
Tennis



Sébastien Chabal
Rugby

3 Je préfère les modes de déplacements doux

Je me déplace à pied ou à vélo, je pratique le covoiturage ou j'utilise les transports en commun.



4 J'économise l'eau et l'énergie

Je fais attention à ma consommation d'eau lors des douches ou pour nettoyer le matériel, j'éteins les lumières.



Tony Estanguet
Canoe



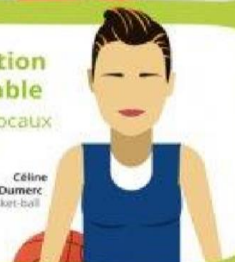
Audrey Merle
Triathlon

5 Je donne une seconde vie à mon matériel

Je l'offre, je le revends ou je le recycle.

6 J'ai une alimentation saine et responsable

J'achète des produits locaux et de saison et j'évite le gaspillage.



Céline Dumerc
Basket-ball



Méline Robert Michon
Athlétisme

7 Je réduis mes déchets et je les trie

J'évite d'acheter des produits jetables ou emballés individuellement et je trie mes déchets pour leur recyclage.

8 Je respecte mon environnement

En randonnée, j'utilise les sentiers et les chemins et je rapporte mes déchets.



Martin Fourcade
Biathlon



Mathieu Crepel
Snowboard

9 Je respecte les règles et les usages

J'utilise correctement les locaux et le matériel, je les rends propres.

10 J'agis pour le "mieux vivre ensemble"

Je sensibilise mes équipiers aux pratiques éco-responsables.



Lucie Décosse
Judo

