



# Cross écoles-collège Vendredi 18 octobre 2019 Horaires-Parcours-Consignes

publié le 13/10/2019

Enfants, parents, personnels des écoles invitées et du collège, ...préparez-vous ! L'échéance arrive...

Voici pour tous les parcours et votre numéro pour courir (ce dernier sera visible qu'à partir du dimanche 13 octobre) , en pièce jointe.

Pour les parents et accompagnateurs, deux choix s'offrent à vous :

- ou vous courez...
- ou vous venez encourager vos enfants bruyamment !

Pour que la fête soit complète, merci de bien respecter les consignes suivantes :

## Consignes pour les coureurs :

- Marquez votre n° dessus la main gauche.
- Se changer dans les 2 vestiaires côté piste, à droite des tribunes du stade pour les filles ou dans 2 vestiaires, côté route sous les tribunes du stade pour les garçons.
- Sortir des vestiaires avec des vêtements chauds, surtout le matin. Ne rien laisser dans les vestiaires, après vous être changé, avant et après votre course !
- Courir en cherchant à bien gérer sa course : ne pas partir trop vite, ne pas s'arrêter, ne pas tricher..., finir pour marquer des points pour sa classe.
- Votre classement compte pour l'attribution de la coupe à la meilleure classe, quelque soit votre place !!!
- **Découverte / animation proposée par le Comité Départemental d'Athlétisme avec des entraîneurs chevronnés (1 course 30m avec cellules électriques tous les 10 m, pour mesurer la vitesse et l'accélération, 1 atelier pour lancer le Vortex, 1 atelier saut à définir) >>> allez vous tester sur les 3 ateliers d'athlétisme mis en place, en dehors de votre cross, avant ou après votre cross, sans arriver en retard au départ de votre cross.**
- Le cross, en commun avec nos 6èmes : les CM1 / CM2 filles avec nos 6èmes filles et les CM1 / CM2 garçons avec nos 6èmes garçons : Nos 6èmes prendront en charge l'échauffement des CM1 / CM2 présents, dès leur arrivée sur le stade, déjà en tenue si possible.
- Ne pas gêner en marchant sur le parcours.
- Encourager vos camarades en respectant tout le monde !
- Pas de déchets dans les tribunes et attention à bien tout mettre dans les poubelles installées sur le site.
- Des podiums individuels et par classe (les écoles ayant gagnés une coupe en octobre 2018 sont invitées à nous les faire parvenir avant le 18 octobre ou le jour du cross, si vous participez de nouveau : en effet les coupes sont remises en jeu chaque année).

## Consignes pour les parents, professeurs et adultes présents :

- Après la course, nous aider à rendre le site propre (faire déposer ou ramasser les emballages de gâteaux et les gobelets de jus de fruit dans les sacs poubelles, pas de déchets dans les tribunes) >>>

en quittant le site, faire ramasser les derniers papiers, avant d'accompagner les élèves au gymnase du Pôle Sportif Mélusin pour la proclamation des résultats.

- Nous aider pour faire enlever les chaussures aux élèves avant d'entrer dans le nouveau gymnase du Pôle Sportif Mélusin, avant la remise des récompenses (les faire déposer à l'extérieur du gymnase). Nous vous conseillons d'avoir des chaussettes ce jour-là : le gymnase est interdit à toutes chaussures extérieures, pour vous aussi !!! Vous enlèverez vos chaussures que vous déposerez à l'extérieur du gymnase si le temps est clément, dans le couloir des vestiaires s'il pleut...

### Horaire des courses :

Vendredi 19 octobre 2018

9 h 20 >>> 5ème Garçons

9 h 45 >>> 5ème Filles

10 h 10 >>> 6ème + CM1 / CM2 garçons

10 h 35 >>> 6ème + CM1 / CM2 filles

11 h 10 >>> Annonce des résultats (gymnase)

Repas

13 h 30 >>> 3ème Garçons

13 h 55 >>> 3ème Filles

14 h 20 >>> 4ème Filles

14 h 50 >>> 4ème Garçons

15h20 >>> Annonce des résultats gymnase)

### Documents joints

 [numéro\\_course\\_cross\\_2019](#) (PDF de 335.1 ko)

 [Parcours\\_Horaires\\_Consignes\\_cross\\_Vendredi 18.10.2019](#) (PDF de 435.2 ko)



**Académie  
de Poitiers**

Avertissement : ce document est la reprise au format pdf d'un article proposé sur l'espace pédagogique de l'académie de Poitiers.

Il ne peut en aucun cas être proposé au téléchargement ou à la consultation depuis un autre site.