

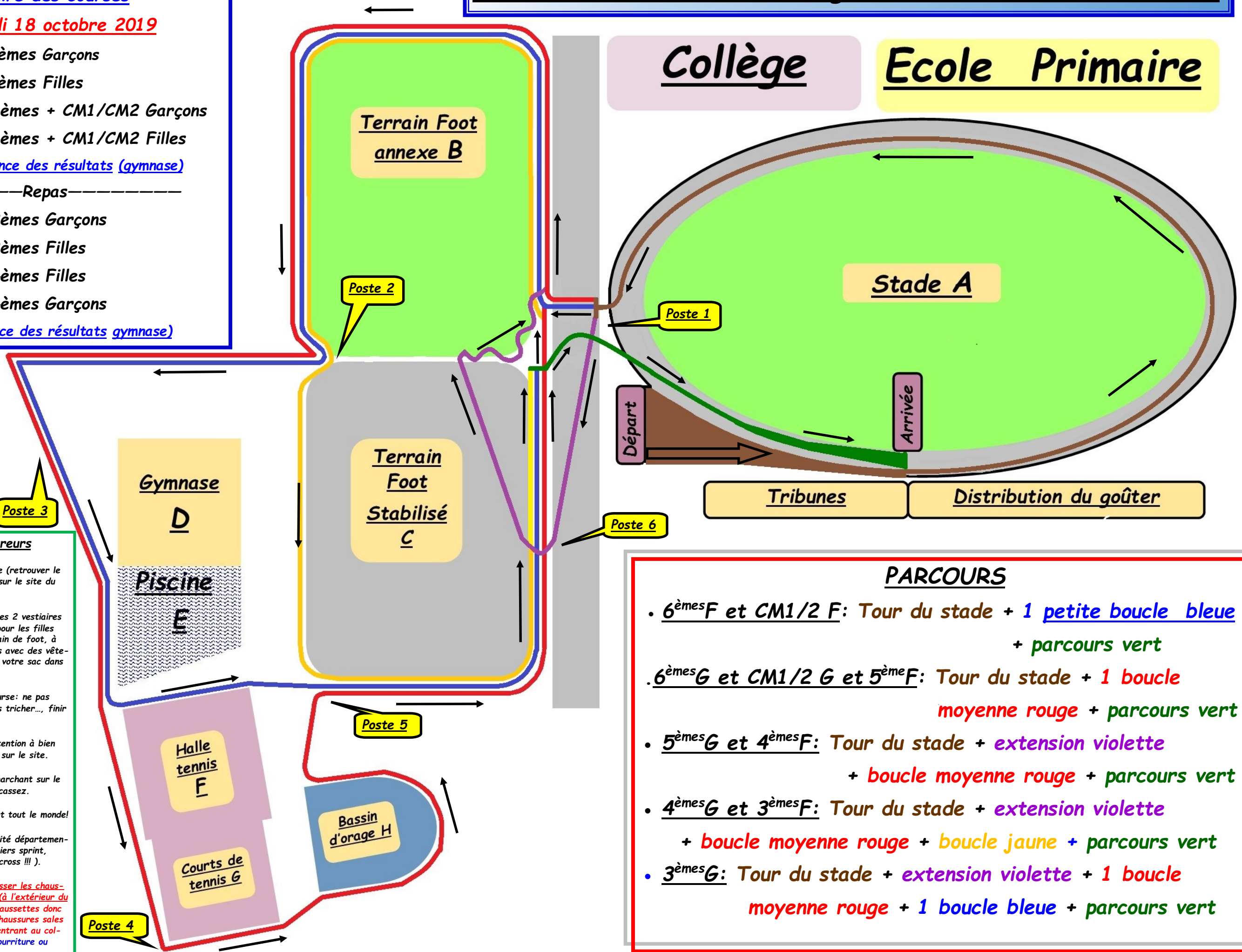
Parcours cross écoles-collège vendredi 18 octobre 2019

Horaire des courses

Vendredi 18 octobre 2019

- 9 h 20 >>> 5èmes Garçons
- 9 h 45 >>> 5èmes Filles
- 10 h 10 >>> 6èmes + CM1/CM2 Garçons
- 10 h 35 >>> 6èmes + CM1/CM2 Filles
- 11 h 10 >>> Annnonce des résultats (gymnase)
- Repas-----
- 13 h 30 >>> 3èmes Garçons
- 13 h 55 >>> 3èmes Filles
- 14 h 20 >>> 4èmes Filles
- 14 h 50 >>> 4èmes Garçons
- 15h20 >>> Annnonce des résultats gymnase)

- ### Consignes pour les coureurs
- Marquez votre n° dessus la main gauche (retrouver le dans les panneaux d'affichage UNSS et sur le site du collège).
 - Se changer >>> pour les garçons dans les 2 vestiaires sous les tribunes du stade, côté route, pour les filles dans les 2 vestiaires côté piste et terrain de foot, à côté des sanitaires. Sortir des vestiaires avec des vêtements chauds, surtout le matin, déposer votre sac dans les tribunes.
 - 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.
 - Pas de déchets dans les tribunes et attention à bien tout mettre dans les poubelles installées sur le site.
 - Ne pas gêner les autres coureurs, en marchant sur le parcours: réparer la rubalise, si vous la cassez.
 - Encourager vos camarades en respectant tout le monde!
 - Animation Athlétisme sur le stade (Comité départemental) >>> venez vous tester sur les 3 ateliers sprint, saut, lancer (y aller en dehors de votre cross !!!).
 - Podium et résultats après la course: laisser les chaussures en dehors du Pôle Sportif Mélusin (à l'extérieur du couloir d'accès aux vestiaires) >>> En chaussettes donc dans le gymnase; vous récupérerez vos chaussures sales après la proclamation des résultats en rentrant au collège). Pas de déchets, de bonbons, de nourriture ou boisson dans le gymnase !!!



Collège **Ecole Primaire**

- ### PARCOURS
- 6èmes F et CM1/2 F: Tour du stade + 1 petite boucle bleue + parcours vert
 - 6èmes G et CM1/2 G et 5ème F: Tour du stade + 1 boucle moyenne rouge + parcours vert
 - 5èmes G et 4èmes F: Tour du stade + extension violette + boucle moyenne rouge + parcours vert
 - 4èmes G et 3èmes F: Tour du stade + extension violette + boucle moyenne rouge + boucle jaune + parcours vert
 - 3èmes G: Tour du stade + extension violette + 1 boucle moyenne rouge + 1 boucle bleue + parcours vert