

DIMANCHE 1 NOVEMBRE 2026



RELAIS CROSS DU PETIT BOIS A COSNE D'ALLIER

Programme :

Course n°1	12H00	Ecole d'Athlétisme filles et garçons	1 GB 1080 mètres
Course n°2	12H20	Poussins Poussines	1 GB + 1 PB 1400 mètres
Course n°3	12H40	Relais cross 4620 mètres BEF ou BEM ou BE mixte*	Relayeuse 1= 1 TGB= 1180 m Relayeur 2= 1 TGB= 1180 m Relayeuse 3= 1 TGB= 1180 m Relayeur 4= 1 GB= 1080 m
Course n°4	13H20	Relais cross 4620 mètres MIF ou MIM ou MI mixte*	Relayeuse 1= 1 TGB= 1180 m Relayeur 2= 1 TGB= 1180 m Relayeuse 3= 1 TGB= 1180 m Relayeur 4= 1 GB= 1080 m
Course n°5	14H10	Relais cross 9500 mètres Toutes catégories à partir de la catégorie cadets (4 féminines ou 4 masculins ou mixte) *	Relayeuse 1= 2 TGB= 2400 m Relayeur 2= 2 TGB= 2400 m Relayeuse 3= 2 TGB= 2400 m Relayeur 4= 1 TGB + 1GB= 2300 m

* Cf. Règlement Relais cross

Organisation : Club Sportif Cosnois section athlétisme.

Règlement : Les courses se déroulent selon les règles édictées par la Fédération Française d'Athlétisme.

Engagements : gratuits pour les licenciés. 5 euros pour les non licenciés adultes.

Par courriel solenne.giraud@gmail.com ou cscathletisme@gmail.com pour le mercredi 28/10 dernier délai.

Dossards préparés à l'avance pour les athlètes FFA engagés par leur club.

Pour les coureurs non licenciés FFA, vérification au secrétariat le jour de l'épreuve, de leur identité, Attestation Parcours Prévention Santé, date de naissance et adresse.

Conditions de participation :

- **Pour les personnes majeures**, leur participation à une compétition est soumise à la présentation obligatoire à l'organisateur

soit :

- D'une licence Athlé Compétition, Athlé Entreprise, Athlé Running délivrée par la FFA, en cours de validité à la date de la manifestation. Les autres licences délivrées par la FFA (Santé et Encadrement ne sont pas acceptées).
- **Pour les non licenciés** : d'une attestation (papier, électronique ou de type QR Code) indiquant que la personne a réalisé le Parcours de Prévention Santé (ou « PPS ») mis en place par la FFA via sa plateforme dédiée dont les conditions d'utilisation seront établies également par cette dernière. Pour être valable, le PPS doit avoir été effectué au maximum trois mois avant la date de la manifestation à laquelle la personne souhaite s'inscrire.

- **Pour les personnes mineures**, leur participation à une compétition est soumise à la présentation obligatoire à l'organisateur

soit :

- D'une licence FFA
- **Pour les non licenciés** : d'un questionnaire relatif à son état de santé renseigné conjointement par l'athlète et les personnes exerçant l'autorité parentale, dont le contenu est précisé par arrêté conjoint du ministre chargé de la santé et du ministre chargé des

Sports. Les personnes exerçant l'autorité parentale sur le mineur attestent auprès de la FFA que chacune des rubriques du questionnaire donne lieu à une réponse négative. A défaut, elles sont tenues de produire un certificat médical attestant de l'absence de contre-indication à la pratique de l'athlétisme ou de la discipline concernée en compétition datant de moins de six mois.

Règlement Relais cross :

Course n°3 : ouverte aux U14 Benjamins (2014-2015)

Une équipe peut être composée de 4 benjamines ou de 4 benjamins ou de deux féminines et deux masculins.

Dans le cas d'une équipe mixte, l'ordre des coureurs est imposé : féminin-masculin-féminin-masculin.

Course n°4 : ouverte aux U16 Minimes (2013-2012)

Une équipe peut être composée de 4 minimes filles ou de 4 minimes garçons ou de deux féminines et deux masculins.

Dans le cas d'une équipe mixte, l'ordre des coureurs est imposé : féminin-masculin-féminin-masculin.



Course n°3 et Course 4 : Dans le cas où un club n'arrive pas à engager 4 athlètes de la même catégorie, possibilité de participer :

Exemple : 4 athlètes, la catégorie déterminée par l'athlète le plus âgé.

2BEF + 1BEM + 1MIM = équipe mixte.



Dans les courses de relais, si un club n'a pas 4 féminines ou 4 masculins ou 2 féminines + 2 masculins, possibilité de participer :

Exemple : course 5 avec 3 cadettes et un cadet = équipe classée en mixte

Course 4 avec 3 MIM + 1 MIF = équipe classée en minimes masculins.

Course n°5 : Equipes Toutes Catégories (TC) à partir de cadets

L'équipe pourra se composer d'athlètes de la catégorie cadet à la catégorie master.

Une équipe peut être composée de 4 féminines (TC) ou de 4 masculins (TC) ou de deux féminines et deux masculins.

Dans le cas d'une équipe mixte, l'ordre des coureurs est imposé : féminin-masculin-féminin-masculin.



Départ Course 3 et course 4 :

Le relayeur 1 sera sur la ligne de départ avec un bracelet.

Les relayeurs 2, 3 et 4 seront placés dans des sas au niveau de la zone de transmission.

Chaque coureur aura un dossard de couleur différente.

Les coureurs se transmettront le bracelet dans la zone de transmission.

Départ Course 5 :

Le relayeur 1 sera sur la ligne de départ avec un bracelet et un collier de fleur autour du cou (même principe qu'au championnat de France d'Ekiden).

Les coureur 2, 3 et 4 seront placés dans des sas au niveau de la zone de transmission, ils auront un collier de fleurs autour du cou également.

Zone de transmission :

Une zone sera identifiée sur le parcours. Les athlètes y échangeront un bracelet fourni par l'organisation et qu'ils devront conserver jusqu'au franchissement de la ligne d'arrivée par le dernier relayeur.

Les 4 coureurs de chaque équipe auront le même numéro de dossard et porteront les mêmes couleurs de maillot ou de chasuble.

Collier de fleurs :

Le coureur déposera son collier de fleur dans une zone (repère sur le nombre de tours : 1^{er} ou 2^{ème} tour)

Classement :

Course n°3 et Course 4 : un classement féminin, un classement masculin et un classement mixte par catégorie (2 garçons + 2 filles).

Course n°5 : un classement toutes catégories femmes, un classement toutes catégories hommes et un classement toutes catégories mixtes.