



# CHAMPIONNAT DE LA MANCHE DE CROSS

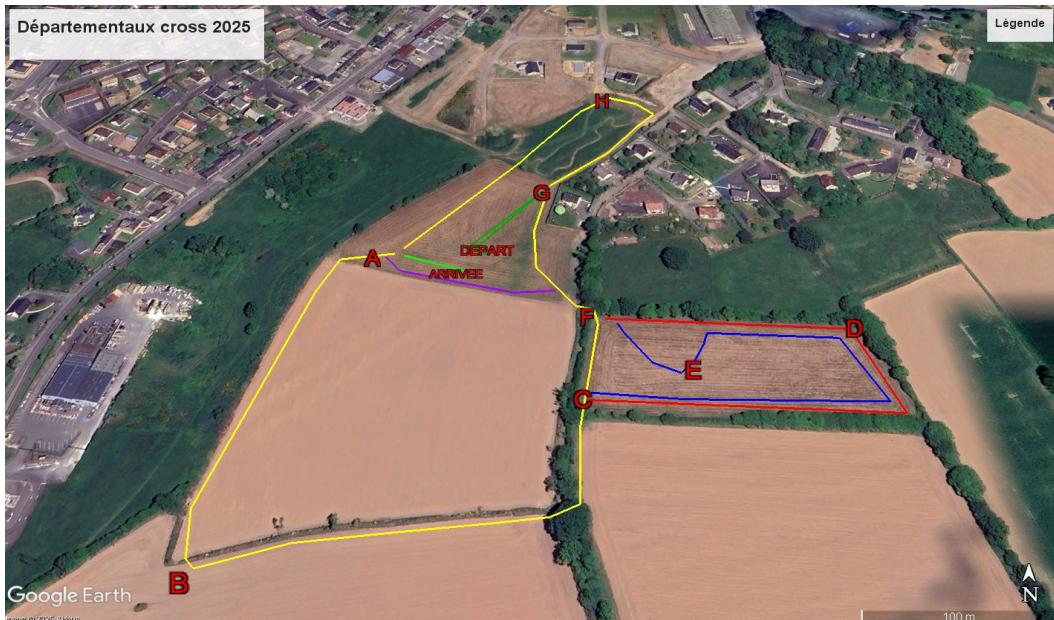
Dimanche 11 Janvier 2026  
SOURDEVAL



## HORAIRES DE LA COMPÉTITION

HORAIRE	CATEGORIES	Départ + Arrivée	Petite Boucle	Moyenne Boucle	Grande Boucle	Distances
		500m	1 150m	1 500m	2 050m	
11h15	Masters H (à partir de M1)	1	2	1	2	8 400m
12h15	Benjamines - Benjamins	1	2			2 800m
12h35	Minimes filles	1	1	1		3 150m
13h00	Poussins-Poussines	1 + 650m				1 150m
13h15	Cross court F et H	1	3			3 950m
13h40	Minimes Garçons + Cadettes	1	3			3 950m
14h15	Cadets - Juniors F	1	1	2		4 650m
	Juniors H	1	1	3		6 150m
14h45	Elite (ES-SE-M0) et Masters F	1		3	1	7 050m
15h45	Elite H (ES-SE-M0)	1	2	1	2	8 400m

## LES PARCOURS



Zone départ : 450m  
Petite Boucle : 1 150m  
Moyenne Boucle : 1 500m  
Grande Boucle : 2 050m  
Boucle Poussins : 650m

Départ-G-H-A  
A-B-C-F-G-H-A  
A-B-C-D-F-G-H-A  
A-B-C-D-E-C-F-G-H-A  
A-F-G-H-A

## INSCRIPTIONS

- Inscriptions des athlètes sur le site du comité **avant le jeudi 8 janvier 2026 à 20h**.

## PODIUMS

### ► Les titres décernés :

<u><b>U12 féminines</b></u>	<u><b>U14 féminines</b></u>	<u><b>U16 féminines</b></u>	<u><b>U18 féminines</b></u>	<u><b>U20 féminines</b></u>
Podium individuel	Podium individuel	Podium individuel	Podium individuel	Podium individuel
Podium équipe	Podium équipe	Podium équipe	Podium équipe	Podium équipe
<u><b>U12 masculins</b></u>	<u><b>U14 masculins</b></u>	<u><b>U16 masculins</b></u>	<u><b>U18 masculins</b></u>	<u><b>U20 masculins</b></u>
Podium individuel	Podium individuel	Podium individuel	Podium individuel	Podium individuel
Podium équipe	Podium équipe	Podium équipe	Podium équipe	Podium équipe
<u><b>Cross Court féminin</b></u>		<u><b>Cross Court masculin</b></u>		
Podium individuel Cross Court U23F		Podium individuel Cross Court U23M		
Podium individuel Cross Court TCF		Podium individuel Cross Court TCM		
Podium équipe Cross Court TCF		Podium équipe Cross Court TCM		
<u><b>Cross Elite Féminin</b></u>	<u><b>Cross Elite Masculin</b></u>	<u><b>Cross Master Masculin</b></u>		
Podium individuel U23F	Podium individuel U23M	Podium individuel MAM		
Podium individuel TCF	Podium individuel TCM	Podium équipe MAM		
Podium individuel MAF	Podium équipe TCM			
Podium équipe TCF				

### ► Précision pour les podiums par équipe :

- Le classement par équipes se fait sur les 4 premiers coureurs de chaque club.
- Pour chaque course, une seule équipe par clubs sera classée

## QUALIFICATIONS POUR LES RÉGIONAUX

### ► Tous les athlètes classés lors du championnat de la Manche de Cross du 11 janvier sont qualifiés pour les régionaux.

### ► La participation aux départementaux est obligatoire pour se qualifier aux régionaux.

### ► Toutefois des qualifications exceptionnelles pourront être accordées dans certains cas. Les demandes de qualifications exceptionnelles devront être déposées le jour des départementaux auprès du secrétariat de la compétition et accompagnées d'un chèque de caution de 30€ (1 chèque de 30€ par demande).

⌚ Pour les athlètes des catégories CJESM cette caution est remboursable si l'athlète se qualifie ensuite pour les ½ finales des Championnats de France.

⌚ Pour les athlètes des catégories B et M, cette caution est remboursable si l'athlète participe et est classé le jour des ¼ de finales.

### ► Masters : un athlète master homme, qui participe aux départementaux dans la course « Elite » (espoirs, seniors, masters) et qui désire participer aux ¼ finales dans la course réservée aux masters doit faire une demande de qualification exceptionnelle accompagnée de la caution de 30€.