

« Mets tes baskets et bats la maladie »

CROSS DU COLLEGE 5^e - 4^e - 3^e

Vendredi 19 octobre 2018



Après le temps de sensibilisation... place au temps de l'action !!!

- ✚ La participation au cross est **obligatoire** pour tous les **élèves** (sauf certificat médical), les dispensés aideront à l'organisation.
- ✚ **3 classements différents** :
 - ✓ *Podiums individuels*
 - ✓ *Challenge interclasse* (chaque élève participant rapporte des points à sa classe). Classe vainqueur = meilleur total de points / nombre de participants (1 participant = 1 élève non dispensé médicalement)
 - ✓ *Challenge du nombre* = taux de participation collège (record à battre de 94,9% en 2016 !!!).

- ✚ **Attribution des points** : en fonction de l'écart par rapport au 1^{er} de la course
- ✚ Un dossard (qui vous sera distribué) sera à remettre à l'arrivée et donnera droit à une boisson (perte du dossard = -1 point par rapport à la zone d'arrivée)

Temps / 1er coureur	0' à 1'	1' à 3'	3' à 6'	6' à 9'	9' à 15'	+ 15' Arrêt course
Points	5	4	3	2	1	0

- ✚ Absence injustifiée, dispense de complaisance (mot des parents) = - 2 points
- ✚ Tricherie sur le parcours = -5 points
- ✚ **Parrainage** : chaque élève recherche (s'il le souhaite) auprès de son **entourage des personnes pouvant récompenser leur effort au profit d'ELA en effectuant un don ou une promesse de don (carnet à souche)**

DÉROULEMENT - HORAIRES

- 🕒 13h30 : arrivée au gymnase de tous les élèves – habillage (sauf les 6^{èmes})
- 🕒 13h40 : départ au stade avec l'enseignant responsable, quand la classe est complète (ne pas attendre toutes les classes)
- 🕒 14h05 : départ course des 5^{ème} (garçons et filles)
- 🕒 14h45 : départ course des 4^{ème}/3^{ème} filles
- 🕒 15h20 : départ course des 4^{ème}/3^{ème} garçons
- 🕒 15h55 : rangement de matériel et nettoyage du stade
- 🕒 16h10 : retour au gymnase
- 🕒 16h20 : proclamation des résultats au gymnase

LES DISTANCES, LE PARCOURS :

course 5^{ème} et 4^{ème}/3^{ème} Filles

course 4^{ème}/3^{ème} Garçons

DISTANCES à parcourir	
5^{ème} 2250m soit 2 fois Boucle 1 + 1 fois Boucle 2	4^{ème} / 3^{ème} Filles : 2250m soit 2xB1 + 1xB2 Garçons : 2650m soit 1 petit tour + 2 x B1 + 1 x B2

