

**10<sup>ème</sup> Grand Prix de Lisses : 10Km, 20Km Marche Athlétique Route**  
**Support des Championnats d'Ile-de-France (10Km : JU)**  
**Support des Championnats d'Ile-de-France (20Km : ES/SE/MA)**

**Disputé sur une boucle de 1Km 666** mesurée officiellement  
 10 km (6 tours) – Cadets (CA) à Seniors (SE) H&F  
 20 km (12 tours) – Espoirs (ES) à Masters (MA) H&F

**Dimanche 13 Octobre 2024**

Départ à :

**9H30 (10km, 20Km) rue Leonard de Vinci, 91090 Lisses.**



**Règlement des épreuves:**

**1/ Conditions de participation :**

- Les épreuves sont réservées aux athlètes titulaires d'une licence FFA Compétition pour la saison en cours. (voir le tableau des catégories d'âge en page 3)

**2/ Délai maximum :**

- Les délais pour couvrir la distance de 20km est fixée à 2h30.
- Les concurrents seront stoppés sur la ligne s'ils n'ont pas entamé leur dernier tour après 2h20 de compétition : Ces concurrents figureront dans le classement avec la mention NM.

**3/ Contrôle des épreuves :**

- Des juges de marche seront placés sur le parcours et appliqueront la règle 54 des compétitions. La Zone de Pénalité (ZP) sera utilisée uniquement pour les catégories CA et JU.

**4/ Ravitaillement (Individuel fortement conseillé) : Uniquement pour le 20Km**

- L'organisation mettra à disposition des marcheurs un ravitaillement pour l'épreuve du 20Km (eau uniquement : Pas de ravitaillement solide en libre-service : piochage)
- Plusieurs tables espacées au moins de 2 mètres seront prévues pour les ravitaillements personnels qui sont fortement recommandés.

**5/ Vestiaires, douches (au stade Stéphane DIAGANA de Lisses) :**

- Des douches et vestiaires sont prévus au Complexe sportif Stéphane DIAGANA proche du parcours à 300m environ seront à la disposition des athlètes avant et après les épreuves.
- Les véhicules des participants devront être garés sur le parking du stade (aucun véhicule toléré à proximité du circuit) : voir §9

## 6/ Les inscriptions et les informations:

- Sur le site internet de la LIGUE D'ILE DE FRANCE D'ATHLETISME <https://www.lifa-athle.fr/>  
Au plus tard le **Mardi 08 octobre 2024 à 23H59 dernier délai.**
- Aucune inscription sur place
- Renseignements possibles auprès de Philippe MAURIN (e-mail : [fifi.maurin@wanadoo.fr](mailto:fifi.maurin@wanadoo.fr)) ou  
Téléphone : 06 19 73 54 06)

## 7/ Le Retrait des dossards au Stade de Lisses :

- Le samedi 12 Octobre de 17H à 20H et le dimanche 13 Octobre à partir de 8H.
- Coût d'inscription : 10€ à verser lors du retrait du dossard.

## 8/ Les Récompenses (remises au Stade de Lisses) :

### CHAMPIONNATS D'ILE DE FRANCE DE MARCHE ATHLETIQUE 10Km , 20Km



<b>10Km</b>	Une médaille aux 3 premiers (ères) de chaque catégorie Juniors F et M
<b>20Km</b>	Une médaille aux 3 premiers (ères) de chaque catégorie Espoir (ES) à Master (MA) F et M

## 9/ L' Accès au Stade de Lisses :

### Par la Route (Autoroute A6) :

- Prendre la direction LISSES Centre puis la direction du Complexe sportif Stéphane DIAGANA ;
- Depuis le centre de LISSES, prendre la direction le Complexe sportif Stéphane DIAGANA
- Arrêt obligatoire au Stade de Lisses :  
**Parking du stade Stéphane DIAGANA de Lisses obligatoire.**
- Le circuit se situe rue Léonard de Vinci à gauche au feu tricolore 300m avant le Rond-Point Leonard de Vinci :
- Tous les participants devront rejoindre le départ du circuit à pied (chemin fléché entre le stade et le départ de la boucle : environ 300m-400m)

**Par les transports en commun :**

- RER D arrêt EVRY-COURCOURONNES puis bus 405 en direction de Lisses (arrêt à proximité du Stade Stéphane DIAGANA)

**10 / Hébergement possible à proximité :**

- Hôtels IBIS STYLES et LEONARD DE VINCI à Lisses
- Hôtel (B&B) à Villabé qui nécessite un véhicule.



**11 / Circuit (Boucle de 1Km666) :**

- Le circuit est une boucle de 1Km666, entre les points A et B (photo ci-dessous). Il est plat et fermé à la circulation.
- L'aller (du point A vers le point B) se fait côté droit de la rue et le retour (de B vers A) se fait sur la partie droite de la rue (des cônes positionnés au milieu de la rue délimitent les 2 côtés de celle-ci).



## 12 / Les Catégories d'âge 2025 :

### Les Catégories d'âge 2025

(valable jusqu'au 31 août 2025, ces catégories changeront le 1er septembre 2025)

CATEGORIE	CODE	ANNEE DE NAISSANCE
Masters	MA	1990 et avant
Seniors	SE	1991 à 2002
U23 / Espoirs	ES	2003 à 2005
U20 / Juniors	JU	2006 et 2007
U18 / Cadets	CA	2008 et 2009