



19
FÉVRIER
2023



C
C
R
O
U
N
T
R
Y
S

ÎLE DE LOISIRS
DU VAL-DE-SEINE

LES MUREAUX



Yvelines
Le Département



Les Mureaux
Notre ville a du talent



- Editos
- Horaires des épreuves
- Parcours
- Modalités de qualification
- Les accès et plans des espaces
- Des championnats d'Île-de-France de cross, mais pas que....
- Renseignements

SOMMAIRE



Editos

Mot du Président de la LIFA



CHAMPIONNATS D'ÎLE-DE-FRANCE DE CROSS-COUNTRY

Après le fantastique succès des Championnats de France de cross 2022, nous retrouvons cette année la terre historique de la région des MUREAUX pour notre championnat d'Île-de-France 2023. Cette dernière étape avant les Championnats de France de CARHAIX, terre de cross en Bretagne, va être extraordinaire pour aller chercher les places qualificatives tant au niveau individuel que par équipe.

Une organisation possible grâce à la connexion fraternelle, professionnelle et efficace entre le club organisateur GPSO Athlétisme avec le Comité d'Athlétisme des Yvelines, l'Île de Loisirs de Val de Seine, la ville des Mureaux autour de François GARAY son maire emblématique, la Région Île-de-France, le Conseil Départemental des Yvelines, la Communauté Urbaine Grand-Paris-Seine et Oise et évidemment les juges de la LIFA et les bénévoles locaux.

Tout sera réuni pour continuer de faire vivre la légende du cross-country aux Mureaux.

Jean-Jacques GODARD

Président de la Ligue de l'Île-de-France d'Athlétisme.



Mot de la Présidente des Mureaux Val de Seine Athlétisme

Après la prestigieuse édition des Championnats de France de cross de mars 2022, La Ville des Mureaux et le club local Les Mureaux Val de Seine Athlétisme auront le plaisir d'accueillir à nouveau en février 2023 les ½ finales des Championnats de France de cross. La LIFA nous a confié une nouvelle fois l'organisation de l'ultime étape de qualification pour les Championnats de France 2023 de Carhaix.

Sur les parcours repris des tracés du Championnat de France 2022, nous espérons que la « grande fête » du cross francilien verra un grand nombre d'athlètes aller chercher le billet tant convoité pour les France.

Tous les bénévoles de MVS, GPS&O ATHLETISME et de la ville des MUREAUX feront en sorte que tout se déroule pour faire de cette journée une parfaite réussite. Je les remercie pour leur grand dévouement et compétence

Je remercie également la Municipalité des Mureaux qui encore se mobilise pour que cette grande manifestation de cross ait lieu.

Gisèle FILLION

Présidente des Mureaux Val de Seine – S/L GPSEO Athlétisme

Mot du Maire des Mureaux



Madame, Monsieur,

Depuis plus d'un demi-siècle, Les Mureaux est une terre de cross qui a vu les exploits des plus grands athlètes français et mondiaux. En 2022, Les Mureaux avait le plaisir de recevoir sur l'Île-de-loisirs du Val-de-Seine les Championnats de France de Cross-country.

En 2023, ce sont les Championnats d'Île-de-France qui vont se dérouler sur notre territoire le 19 février. A cette occasion, des courses ouvertes sont organisées pour faire partager au plus grand nombre cette discipline.

Je tiens particulièrement à remercier les nombreux bénévoles qui font vivre cette passion et rendent possible l'organisation de ces grands évènements.

Belle course à tous !

François Garay

Maire des Mureaux,

Vice-président de la Communauté urbaine Grand Paris & Oise



Mot du Président du Syndicat mixte de l'Île de Loisirs du Val de Seine

" Une nouvelle fois, nous sommes très heureux d'accueillir, en liaison avec la Ville des Mureaux, une épreuve des championnats LIFA de Cross-country ce week-end des 17,18 et 19 février 2023 sur le site de l'Île de Loisirs du Val de Seine. Nous souhaitons aux compétiteurs, ainsi qu'aux organisateurs et spectateurs une excellente journée sous une météo que nous espérons bienveillante à l'égard de tous.

Bon courage à tous !!"

Le Président de l'Île de Loisirs du Val de Seine

Jean-François RAYNAL

Horaires

HORAIRES		MATCH INTERDEPARTEMENTAL	
9h45	Benjamins	2 500m	D + 1GB + A
10h00	Benjamines	2 500m	D + 1GB + A
HORAIRES		LIFA CROSS	
10h15	Minimes filles	4 000m	D + 2MB + A
10h40	Minimes hommes	4 450m	D + 1MB + 1GB + A
11h10	Cadettes	4 450m	D + 1MB + 1GB + A
11h40	Cadets	5 770m	D + 1PB + 1MB + 1GB + A
12h10	Masters hommes 1 et +	9 700m	D + 4 GB + A
13h00	Espoirs, Seniors, Master M0	9 700m	D + 4 GB + A
13h50	Espoirs, Seniors, Masters Femmes	8 100m	D + PB + 1MB + 2GB + A
14h45	Juniors hommes	7 260m	D + 1PB + 3MB + A
15h20	Juniors femmes	5 770m	D + 1PB + 1MB + 1GB + A
15h55	Cross-court hommes	4 450m	D + 1MB + 1GB + A
16h15	Cross-court femmes	4 450m	D + 1MB + 1GB + A





**Championnats d'Ile-de-France
de Cross-country**
Dimanche 19 février 2023

Légende

- ARRIVEE/DEPART
- PETITE BOUCLE
- MOYENNE BOUCLE
- GRANDE BOUCLE
- LIAISON

Echelle : 1 : 3 000ème - Source : Ortho 2018 IGN
Réalisation : Ville des Mureaux/DSIN/SIG/CG



REGLEMENTS ET MODALITES DE QUALIFICATIONS

Article 2 - Demandes de repêchage Il sera nécessaire d'utiliser un formulaire de demande de repêchage 2023 (remplir un formulaire par épreuve) se trouvant sur le site de la LIFA. Ces demandes sont à déposer le jour des Championnats Régionaux auprès du responsable CRR ou à envoyer à la LIFA au plus tard le mercredi 8 février à 12h00 à cross@athleif.org. (heures de réception du mail faisant foi). Les demandes de repêchage sont gratuites, sauf celles reçues après la date limite étant considérées comme des engagements tardifs (20€).

Toute demande de repêchage devra être justifiée. Cela signifie qu'il est nécessaire d'indiquer le niveau sportif de l'athlète et la raison de son absence aux Championnats Régionaux. Les demandes sans aucun motif et sans justificatif (certificat médical, certificat de travail, etc.) ne seront pas examinées par la commission de qualification.

Aucun athlète licencié hors de la LIFA ne sera autorisé à participer à ce championnat.

2.1 - Demandes de repêchage à titre individuel

Seules les personnes ayant participé aux Championnats Départementaux pourront demander un repêchage individuel aux Championnats d'Île-de-France de cross-country. Les athlètes ne remplissant pas cette condition devront formuler une demande de qualification exceptionnelle (à partir de la catégorie Junior) justifiée par le niveau sportif de l'athlète. La ligue prélèvera cinquante euros (50 €) sur le compte du club si l'athlète ne se classe pas dans les 20 premiers arrivants des Championnats d'Île-de-France de cross-country. Les personnes ayant participé à une course Running le même jour que leurs Championnats Régional ne pourront pas demander un repêchage pour les Championnats d'Île-de-France de cross-country.

2.2- Demande de repêchage au titre d'un complément d'équipe. Les clubs ayant quatre (4) ou cinq (5) athlètes qualifiés individuellement à l'issue des Championnats Régionaux peuvent demander le repêchage d'un (1) à deux (2) athlètes. Cette mesure ne s'applique pas aux clubs ayant six (6) athlètes ou plus de qualifiés, car ils ont déjà le nombre d'athlètes suffisant pour former une équipe. Les demandes de complément d'équipe devront être justifiées par le niveau sportif de l'athlètes (l'athlète doit avoir le niveau sportif du dernier qualifié de sa course).

Article 3 - Demandes de changement cross court – cross long

Toute demande de changement pour un athlète qualifié sur cross court qui souhaite participer à titre individuel au cross long lors des Championnats d'Île-de-France (et vice versa pour un passage du cross long au cross court) sera considérée comme étant une demande de repêchage individuelle. Elle devra être justifiée par le niveau sportif de l'athlète. Le nombre de changement cross court-cross long est limité à un changement par athlète et par saison.

Article 4 - Modalités de qualifications

La liste des qualifiés sera arrêtée, à l'issue des Championnats Régionaux, par la CRR lors de la réunion de qualification du jeudi 9 février. Les clubs auront jusqu'au lundi 13 février 8h00 pour désengager leurs athlètes.

REGLEMENTS ET MODALITES DE QUALIFICATIONS

Article 5 - Retrait des dossards Le jour des Championnats, chaque responsable de club doit retirer l'enveloppe contenant l'ensemble des dossards pour son club. Les dossards à puces sont affectés à une course et à un athlète. Ils ne peuvent être utilisés dans une autre course ou par une autre personne sous peine de disqualification.

Article 6 – Répartition des box La répartition des box sur la ligne de départ pour les équipes se fera de la manière suivante : Les numéros impairs seront attribués aux 12 équipes de la zone Ouest, les numéros pairs seront donc attribués aux 12 équipes de la zone Est. Exemple : - La première équipe de la course Elite Femmes de la zone Ouest aura le box n°1 - La première équipe de la course Elite Femmes de la zone Est aura le box n° 2

Article 7 – Classement Les résultats ne seront réputés définitifs qu'après vérification par la CRR LIFA. Dans un souci, d'efficacité, les réclamations devront être formulées dans les 30 minutes suivant l'affichage du classement.

7.1 – Classement par équipes : Il n'y aura pas d'équipe constituée au départ. Un club aura une équipe classée chaque fois que son nombre d'arrivants atteindra 4 pour toutes les catégories, sous réserve que le nombre d'athlètes mutés et/ou étrangers défini à l'article 3.2.1.5 des Règlements Généraux de la F.F.A. ne dépasse pas 1.

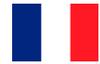
Une équipe seconde pourra être éventuellement classée, mais le décompte ne commencera qu'après le passage de 2 autres athlètes.

7.2 – Classements individuels : Sont considérés comme participant à titre individuel : ☑ Les athlètes dont le club n'est pas classé par équipe, ☑ Les athlètes dont le club a une ou deux équipes classées mais qui ne figurent pas dans le classement de cette (ou ces) équipe(s).

Article 8 – Athlète non-partant Afin d'éviter une perte de dossard, de puce et d'améliorer la responsabilisation des clubs et de leurs athlètes, les clubs ayant des athlètes non-partant à un championnat recevront une pénalité de cinq euros (5 €) par athlètes (récupérer sur leur compte club). Les athlètes envoyant un justificatif médical dans un délai de 8 jours après le championnat ne seront pas pénalisés. Un athlète est considéré non-partant s'il n'a pas été désengagé par son club et qu'il ne prend pas le départ de sa course.

Article 9 – Podium 9.1 – Podium individuel Une médaille sera remise aux : - Trois (3) premiers (classement scratch) de toutes les courses ; - Trois (3) premiers Espoirs des cross long élite hommes et femmes ainsi que des cross court hommes et femmes ; - Trois (3) premiers MO des cross long élite hommes et femmes ; - Trois (3) premières Masters du cross long élite femmes ; - Une médaille sera remise du premier M1 au premier M10 des courses Masters et cross long élite femmes.

9.2 – Podium par équipe Une médaille sera remise aux six (6) coureurs de la première équipe de chaque course.



QUALIFICATIONS AUX CHAMPIONNATS DE FRANCE DE CROSS-COUNTRY 2023

Nombre d'équipes de la LIFA qualifiées aux Championnats de France

HOMMES		FEMMES	
CA – U18	6	Ca – U18	3
JU – U20	4	JU – U20	6
CC	4	CC	5
ELITE	4	ELITE	5
M1 &+	5		

Nombre d'individuels de la LIFA qualifiés aux Championnats de France

HOMMES		FEMMES	
CA – U 18	35	CA – U 18	22
JU – U20	26	JU – U20	25
CC	30	CC	35
ES – U23	7	ES – U23	10
TC*	30	TC*	30
M1 & +	29	M1 & +	11

TC* : seront qualifiés à titre individuel dans les courses Elite hommes et Femmes, le nombre d'athlètes indiqué dans TC*, quelle que soit la catégorie (espoirs ou seniors ou masters), augmenté respectivement du nombre d'espoirs chez les Hommes et du nombre d'espoirs et de masters chez les Femmes.

DESENGAGEMENT CHAMPIONNATS DE FRANCE

Les personnes qualifiées (en individuel ou par équipe) aux championnats de France et ne pouvant pas y aller doivent se désengager le jour de la demi-finale pour que les personnes derrière-lui puisse être qualifiées à leurs places.



Par le train SCNF :

De Paris Saint-Lazare : descendre à la gare de Verneuil-Vernouillet.

A la gare de Verneuil-Vernouillet prendre la sortie secondaire.

Tourner à gauche et longer les lacs de l'Île de Loisirs en empruntant la piste cyclable pour rejoindre la plage. (Environ 30 minutes de marche).

Par le RER :

RER A puis correspondance à Poissy pour la gare SNCF

Par la route :

Autoroute A13, sortie N°8 » Meulan – Les Mureaux » puis suivre indication « Base de Loisirs du Val de Seine 78 »

Autoroute A14 (payante) depuis la Défense direction Rouen puis A13.

CHAMPIONNATS LIFA DE CROSS

DIMANCHE 19 FÉVRIER 2023

PLAN GÉNÉRAL



Des championnats d'Île-de-France de cross, mais pas que...

L'organisation des championnats d'Île-de-France de cross est un évènement très important dans la vie d'un club et l'occasion aussi de mettre en avant nos valeurs : **ouvrir notre sport à tous** et en faire **un moment de solidarité et de partage**.

C'est pourquoi, nous avons souhaité organiser en **marge de ces championnats le samedi 18/02** toujours à la base de Loisirs de Verneuil, un évènement intitulé « **un Moment pour Tous** ».

Au programme, une épreuve de marche nordique à 10h, 7 épreuves différentes ouvertes aux licenciés et non licenciés dont 5 courses jeunes (de 11h30 à 13h00) et un course Open adultes de 7km.... participeront aussi à la course benjamin/benjamine à 12h30 (et la course open adultes à 14h00) un ou plusieurs enfants atteints d'un handicap à bord de « joëlettes » encadrés par **l'Association Dunes d'Espoir à laquelle nous reverserons à titre de don tous les droits d'inscriptions de l'ensemble des courses**.

L'objectif, vous l'aurez compris, n'est pas de gagner mais juste d'être présent et de participer chacun à son rythme ...dans l'accompagnement et le respect des uns et des autres.

Ci-dessous, un petite texte de l'association "Dunes d'Espoir":

Voir les sourires et la joie des enfants, heureux d'avoir leur place au sein de tous les coureurs malgré leur handicap, et se dépasser sur de magnifiques épreuves de course à pied : voilà l'unique but de l'association DUNES D'ESPOIR, notre façon de militer pour le "bien vivre ensemble".

Charger ces enfants d'émotions inoubliables de partage, afin d'apaiser un instant la difficulté de leur quotidien et ainsi changer le regard et l'approche de nombre de coureurs anonymes sur le handicap.

En espérant vous voir nombreux petits de grands (marcheurs, coureurs ou non) à cette belle manifestation qui mobilise également toute notre énergie !!!!

[Cliquez ici pour accéder au site internet de l'association](#)

Cliquez ci-dessous pour vous inscrire à l'évènement "UN MOMENT POUR TOUS" du samedi 18 février 2023 :

Ci-dessous le lien d'inscription pour l'ensemble des courses :

[Animation cross et marche nordique des Mureaux \(weezevent.com\)](https://weezevent.com)



Quand sport et solidarité se conjuguent, alors tout devient possible !

Vous remerciant par avance pour la diffusion de l'information auprès de vos licenciés et au delà.

CHAMPIONNATS D'ÎLE-DE-FRANCE

UN MOMENT POUR TOUS



**COURSE OPEN
JEUNES***

**COURSE OPEN
ADULTES***

**MARCHE
NORDIQUE***

*PLUS D'INFOS
AU VERSO



**Île
de Loisirs**
Val de Seine

**ÎLE DE LOISIRS
DU VAL-DE-SEINE**

LES MUREAUX

18 FÉVRIER 2023

LES FRAIS D'INSCRIPTION SERONT ENTIÈREMENT REVERSÉS À L'ASSOCIATION "DUNES D'ESPOIR"



Les Mureaux
Notre ville et du talent



Île de France



COURSES OUVERTES AUX LICENCIÉS ET AUX NON LICENCIÉS

COURSE N°1

(7km ou 10km) 10h00

marche nordique

à partir de 2006 et avant

COURSE N°2

(1000m) 11h30

course EAF

filles nées en 2014, 2015 ou 2016

COURSE N°3

(1000m) 11h45

course EAM

garçons nés en 2014, 2015 ou 2016

COURSE N°4

(1400m) 12h00

course POF

filles nées en 2012 ou 2013

COURSE N°5

(1400m) 12h15

course POM

garçons nés en 2012 ou 2013

COURSE N°6

(2413m) 12h30

course BEF & BEM

filles et garçons nés en 2010 ou 2011

COURSE N°7

(7087m) 14h00

cross populaire

à partir de 2006 et avant



PRIX DES ENGAGEMENTS

courses jeunes (n°2, 3, 4, 5 et 6) : **2€**

marche nordique (course n°1) : **5€**

cross populaire (course n°7) : **5€**

SOUS ENTIÈREMENT REVERSÉS À DUNES D'ESPOIR

Inscription en ligne sur le site

www.gpseoathletisme.com

ou en flashant ce QR code :



Les engagements devront parvenir **avant le mercredi 15 février 2023 à 23h59**



Voir les sourires et la joie des enfants, heureux d'avoir leur place au sein de tous les coureurs malgré leur handicap, et se dépasser sur de magnifiques épreuves de course à pied : voilà l'unique but de l'association **DUNES D'ESPOIR**, notre façon de militer pour le "**bien vivre ensemble**".

Charger ces enfants d'émotions inoubliables de partage, afin d'apaiser un instant la difficulté de leur quotidien et ainsi changer le regard et l'approche de nombre de coureurs anonymes sur le handicap.



RENSEIGNEMENT LIFA

LIFA Jean-Sébastien Bétrancourt

Chargé de mission

16 rue Vincent Compoint

75018 Paris

Tél : 01.42.55.95.52

Mail : jean-sebastien.betrancourt@athleif.org

Site : <http://lifa-athle.fr/>