

# Cross de Lisses et du Grand Paris Sud

30 novembre 2025

10<sup>ème</sup> édition

Label FFA Argent



## Championnat d'Ile de France de Relais cross 2026

### Informations pratiques

Parc Léonard de Vinci, rue Léonard de Vinci 91090 Lisses  
Sur les parcours des Championnats d'IDF 2024

**Nom de l'organisateur :** LISSES AC

**Adresse :** 25 Rue Du Gantelet - Lisses, 91090 Lisses

**Email :** [ronde.lissoise1@orange.fr](mailto:ronde.lissoise1@orange.fr)

**Site internet :** <http://lissesac.com>

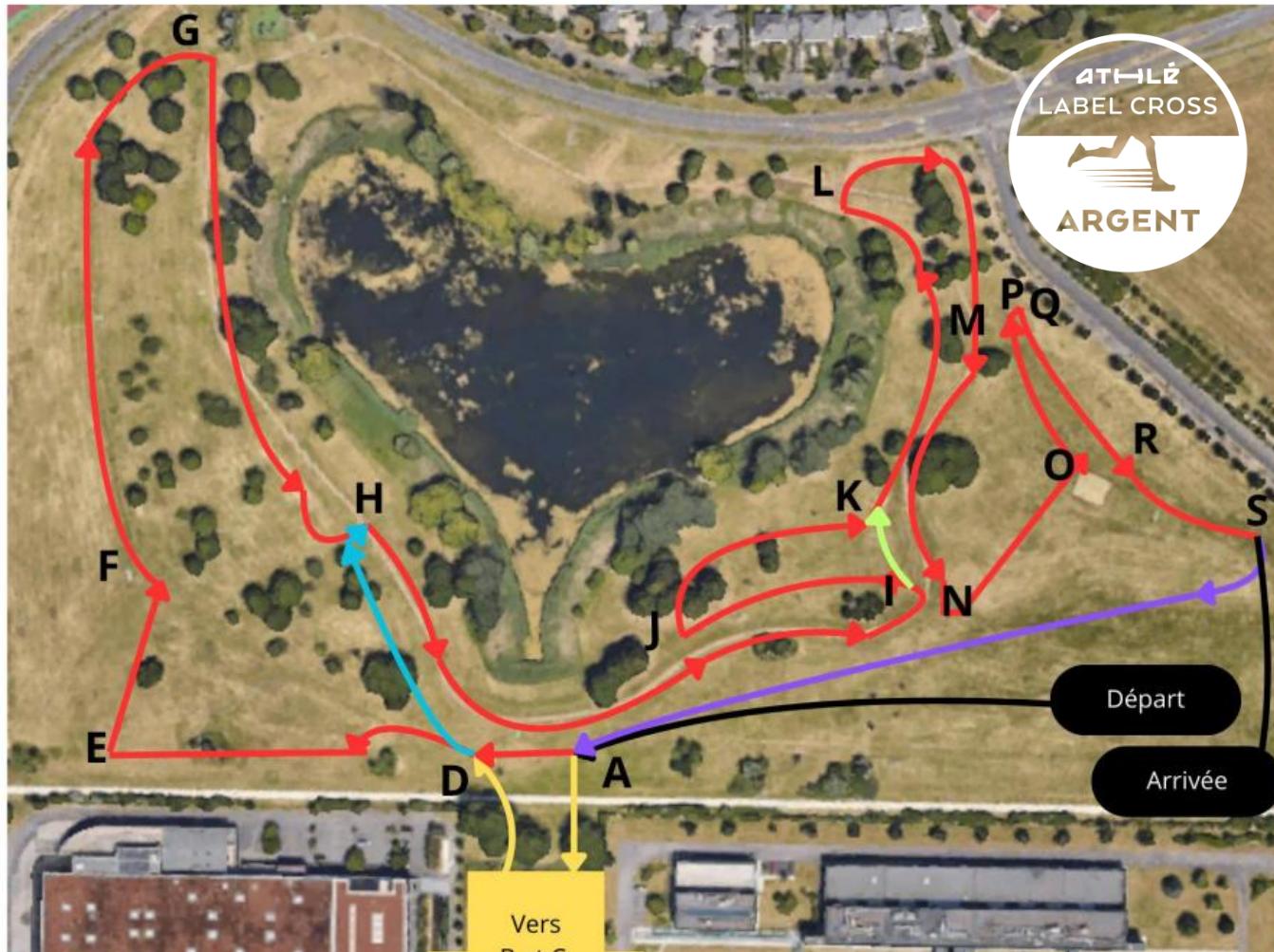


# Horaires/distances

Heure	Course	Catégories	Années	Distance	Boucles	Tarif FFA Préinscription
10h30	1	CAH/JUF	2009-2010H/2007-2008F	4160	2MB	6€ 6€
10h55	2	MIH/CAF	2011-2012H/2009-2010F	3460	1PB+1MB	6€ 6€
11h15	3	BEH/MIF	2013-2014H/2011-2012F	2100	1MB	6€ 6€
11h35	4	BE F	2013/2014	2100	1MB	6€
11h55	5	ES/S/MA F Cross court	2006 et avant	4160	2MB	6€
12h25	animation 6	EA G	2017 à 2019		Parcours adapté	3€
12h40	animation 7	EA F	2017 à 2019		Parcours adapté	3€
12h55	8	PO G	2015/2016	1400	1PB	3€
13h10	9	PO F	2015/2016	1400	1PB	3€
13h25	10	JUH	2007-2008	5720	2GB	6€
13h25	11	ES/S/MA H	2006 et avant	8560	3GB	6€
14h30	12	Relais LIFA U20 CA/JU F et M	2007 à 2010	4x1860 m	Dep+ADEFGHJKLMNOR S+Arr	
15h05	13	Relais LIFA JU à Ma F et M	2007 et avant	4x1860 m	Dep+ADEFGHJKLMNOR S+Arr	

Dep/A 260m S/Arri 80m PB1 : ADH**I**KLMNORS 930m      PB : ADHJKLMNO**PQRS** 1060m  
MB : ADE**FGHIJKLMNOPRS** 1760m    GB : ABC**DEFGHIJKLMNOPQRS** 2540m    LIAISON : SA 300m

## Parcours



Parcours relais LIFA  
Départ + ADEFGHIKLMNORS + (Arrivée ou zone de relais) : 1860m



# Inscriptions

Inscription en ligne pour individuel ou club sur [lesportif.com](http://lesportif.com) avant mercredi 26 novembre 23h59



Inscription possible aussi pour club FFA uniquement sur [ronde.lissoise1@orange.fr](mailto:ronde.lissoise1@orange.fr) avant jeudi 27 novembre minuit,

Chèque bancaire au nom du Lisses Athletic Club

A faire parvenir:

*Michel LE BORGNE 25 rue du Gantelet 91090 LISSES*

Pour tous sur place 10€ sauf courses 6/7/8/9 à 5€

**Non FFA plus 2€ sur tous les tarifs**

**Pour le relais, inscription uniquement sur le site de la LIFA**

**Possibilité inscription relais club FFA hors LIFA: 25€ à l'ordre du Lisses Athletic Club**