

REGLEMENT

ARTICLE 1: Le CROSS COUNTRY du TOUR DU LAC DE SAINT FERREOL est **OUVERT A TOUTES ET TOUS**, titulaire d'une **LICENCE** ou d'un **PASS RUNNING** (FFA ou Fédération affinitaire dans les conditions prévues par la loi) en vigueur à la date du cross, non licenciés fournissant un **CERTIFICAT MEDICAL** de non contre-indication au sport en compétition datant de moins d'un an.

ARTICLE 2: Les **INSCRIPTIONS** sont **GRATUITES** si elles **PARVIENNENT AU PLUS TARD LE JEUDI MINUIT PRECEDENT LA COURSE** par l'un des moyens suivants :

- Pour le athlètes licenciés dans un club d'Occitanie s'inscrivant dans une course de CROSS dans les **catégories Benjamin(e)s à Masters**, utiliser de préférence le **site d'inscription de la Ligue d'Athlétisme d'Occitanie** : <http://engagements.athle-occitanie.fr/> (code du correspondant de club nécessaire pour engager; ouvert à tous pour vérification des engagements d'athlètes licenciés).

- Pour les **catégories Eveils Athlétiques et Poussin(e)s**, on doit utiliser les formulaires d'engagement en ligne proposés par le Comité d'Athlétisme de la Haute Garonne : <http://athle31.athle.com/>

Attention: Inscrire des EQUIPES MIXTES de 3 à 5 ATHLETES (au moins 1 fille et au moins 1 garçon par équipe) en prenant soin de ne pas inscrire deux fois la même personne. En cas de problème d'inscription de ces catégories, on peut joindre Sophie LAKRICHI au Comité d'Athlétisme de la Haute Garonne (Tél: 05 62 24 19 11 / accueil@athle31.fr).

- pour les autres, notamment les **athlètes s'inscrivant sur la marche NORDIQUE**, sur tableau (WOERD ou autre) ou fichier EXEL par courriel à :

athlelauragaisol@gmail.com

- ou A DEFAUT à l'adresse suivante :

TOUR DU LAC DE SAINT FERREOL, chez **Daniel ROUSSEAU**
6 boulevard Jean Jaurès 31250 REVEL (Tél. : 06 87 91 11 54)

Elles sont **PAYANTES** au prix de **4 Euros par engagé**, (**2 Euros par engagé titulaire d'une licence FFA**) **APRES CETTE DATE**, le jour de la compétition, quelle que soit sa catégorie. Elles sont **CLOSES UNE HEURE AVANT L'HEURE PREVUE DE CHAQUE COURSE**.

ARTICLE 3: Les **DOSSARDS** sont retirés le jour du CROSS, **jusqu'à TRENTE MINUTES AVANT L'HEURE PREVUE POUR CHAQUE COURSE...**

ARTICLE 4: Pour être **CLASSE**, tout athlète doit **COURIR DANS UNE COURSE OUVERTE A SA CATEGORIE** et porter son DOSSARD SUR LA POITRINE, sans le replier ni cacher la publicité (les épingles ne sont pas fournies par l'organisation).

ARTICLE 5: Les **CLASSEMENTS INDIVIDUELS** se font sur les catégories: **BENJAMINES, MINIMES FILLES, CADETTES, TOUTES CATEGORIES FEMININES** (pas de classement spécifique SENIORS), **JUNIORS, ESPOIRS, TOUTES MASTERS FEMININES; BENJAMINS, MINIMES GARCONS, CADETS, TOUTES CATEGORIES MASCULINES** (pas de classement spécifique SENIORS), **JUNIORS, ESPOIRS, TOUTES CATEGORIES MASTERS MASCULINS**. Les 5 1^{er(e)s} des classements BENJAMIN(E) et MINIMES ainsi que les 3 1^{er(e)s} des autres classements sont récompensé(e)s. Le 1^{er} ou la 1^{ère} de chaque sous-catégorie MASTER est également récompensé(e)..



L'expertise
incontestée
dans la
nutrition,
notamment
des sportif



Location et décoration événementielle
12 avenue de la Gare Revel
05 62 71 11 85
locvaisselle@orange.fr
www.loc.vaisselle.haute.garonne.fr



INTERSPORT est un de l'équipement sportif : chausser, habiller et équiper le sportif avec confort et technicité, c'est son métier



05 61 17 97 16
42 av. de Castelnaudary
31250 Revel



REVEL

NOUVEAU | Avec la commande en ligne >

- 1 Commandez et profitez de la promo du moment*
- 2 Identifiez-vous et récupérez votre commande dans votre restaurant de Revel.



McDONALD'S REVEL
Ouvert 7j/7 de 10h30 à 22h
Vendredi et samedi jusqu'à 23h



52 Tours de Lac !

Le Dimanche 25 Février 2024, ATHLE LAURAGAIS OLYMPIQUE vous invite au CINQUANTE DEUXIEME CROSS DU TOUR DU LAC DE SAINT FERREOL.

Au fil des éditions précédentes, les parcours ont beaucoup évolué, les conditions météorologiques ont été des plus variées, les effectifs se sont renouvelés...

Le PLAISIR DE COURIR dans les sous-bois de SAINT FERREOL, un SITE CLASSE PAR L'UNESCO DANS LE PATRIMOINE DE L'HUMANITE, motive tout coureur qui aime la nature; atout supplémentaire, le positionnement en fin de saison du TOUR DU LAC et son appartenance à des CHALLENGES très courus lui donnent un attrait particulier pour tous les amateurs de cross.



Challenge André Crespy

En 2006 le Sport Olympique Revel Athlétisme (ancien nom d'Athlé Lauragais Olympique) a décidé de créer un challenge au nom du créateur du TOUR DU LAC.

André Crespy a été le Président de ce club pendant de longues années ; il a été le premier Président du Comité Départemental de Haute Garonne ; il a été membre du Comité Directeur de la Ligue Midi Pyrénées...

Si pendant ces longues années passées au service de l'athlétisme, André Crespy a laissé une trace de son travail, c'est bien lorsqu'il a créé cette manifestation.

Le CHALLENGE ANDRE CRESPY RECOMPENSERA LE CLUB OU L'ASSOCIATION DONT LE PLUS GRAND NOMBRE D'EQUIPES COMPLETES AURONT PARTICIPE AU 52^{ème} CROSS DU TOUR DU LAC DE SAINT FERREOL



ARTICLE 5 (suite): EVEILS ATHLETIQUES (féminines et masculins), **POUSSINES et POUSSINS** ont un programme d'animations qui leur est propre (Kid Cross). Tou(te)s les athlètes de ces catégories sont récompensé(e)s.

Dans l'épreuve de Marche Nordique, il y a des classements individuels **TOUTES CATEGORIES MASCULINES et TOUTES CATEGORIES FEMININES**

ARTICLE 6 : Chaque CLUB ou association peut engager un nombre illimité d'athlètes pouvant former un nombre non limité d'équipes.

Le **CLASSEMENT PAR EQUIPES** se fait en additionnant les places des **4 premiers athlètes du club au classement individuel, puis les 4 suivants et ainsi de suite, dans la catégorie considérée.**

Seuls sont considérés comme membres d'une même équipe les athlètes dont le NOM DU CLUB est ECRIT DE MANIERE ABSOLUMENT IDENTIQUE lors de l'inscription ou engagés par leur N° de licence..

En cas d'égalité l'EQUIPE GAGNANTE est celle dont le dernier coureur classé a obtenu la meilleure place.

Le Club organisateur

Créé en 1962, le Sport Olympique Revel Athlétisme s'est donné pour mission de développer l'athlétisme sous toutes ses formes dans le Lauragais.

Depuis qu'il s'appelle Athlé Lauragais Olympique, il continue ...

Les organisations d'Athlé Lauragais Olympique

Athlé Lauragais Olympique n'est pas vraiment un néophyte dans l'organisation de manifestations de course à pieds...

Avant de se lancer dans l'organisation des 8^{èmes} 6 heures du Lauragais, Athlé Lauragais Olympique aura déjà organisé 52 éditions du Cross du Tour du Lac de Saint Ferréol (créé lorsque le club s'appelait Sport Olympique Revel Athlétisme).

Il a également pris part à l'organisation de la Translauragaise (course en Relais et Marathon organisée entre 1990 et 2000 (10 éditions).

Par ailleurs, les diverses techniques de l'athlétisme de sauts de barres ont leur place dans la vie de ce club : il organise chaque année le MEETING VERTISAUT, compétition en salle de sauts en hauteur et à la perche, de courses de haies et de lancer de poids pour les jeunes...

Enfin, les plus jeunes athlètes ne sont pas oubliés, puisque le **CHALLENGE DES JEUNES POUSSÉS** (compétition en salle avec Kids Athlétic et Triathlon) leur est entièrement dédié.

Parcours du Cross du Tour du Lac de Saint Ferréol



Plan général



Plan Boucles, zones Départ et Arrivée



LEGENDE et DISTANCES

Départ	Dép	: DB	350m	Tour du Lac	TL	: B-C-E-F-G-H-B	4507m
Boucle	Bcl	: B-C-E-B	1217m	Arrivée	Arr	: B-A	615m

**LES ENGAGEMENTS SONT GRATUITS S'ILS SONT FAITS
DANS LES DELAIS PREVUS AU REGLEMENT**

ATTENTION ! Les engagements pour la MARCHÉ NORDIQUE et les ANIMATIONS Poussines et Poussins ne peuvent se faire sur le site d'engagement de la Ligue d'Athlétisme d'Occitanie

Horaires

Heures	N°	Courses Catégories admises	Classements récompensés		Années de naissance	Dist.	Parcours
			Individuels	Equipes			
(en clair sur fond vert sombre : Cross Country Tour National)							
11 H 15		Début du RETRAIT des DOSSARDS					
11 H 45	1	Marche Nordique TCM et TCF	TCF et TCM	TC	2007 et avant	9972 m	Dép+2TL+Ar
12 H 40	2	Benjamines (BEF)	BEF	BEF	2011/ 2012	2182 m	Dép+1Bcl+Ar
12 H 55	3	Benjamins (BEM)	BEM	BEM	2011/ 2012	2182 m	Dép+1Bcl+Ar
13 H 10	4	Minimes Fém. (MIF)	MIF	MIF	2009/ 2010	3399 m	Dép+2Bcl+Ar
13 H 25	5	Cadettes (CAF)	CAF	CAF	2007/ 2008	3399 m	Dép+2Bcl+Ar
		Minimes Masc. (MIM)	MIM	MIM	2008 / 2009		
13 H 40	6	Juniors Fém. (JUF)	JUF	JUF	2005 / 2006	4616 m	Dép+3Bcl+Ar
		Cross court Masc.	TCM	TCM (court)	2004 et avant		
13 H 55	7	Cadets (CAM)	CAM	CAM	2007/ 2008	4616 m	Dép+3Bcl+Ar
		Cross court Fém.	TCF	TCF (court)	2004 et avant		
14 H 20	8	Juniors Masc. (JUM)	JUM	JUM	2005 / 2006	6686 m	Dép+1Bcl+1TL+Ar
		Cross des As Fém. TCF	TCF	TCF (As)	2004 et avant		
		Espoirs Fém. et Masc.	ESF et ESM	TCF	2002 à 2004		
		Masters (MAF et MAM)	MAF et MAM	MAF, TCF, TCM	1989 et avant		
		Chaque sous-catégorie Master Fém. et Masc.			1989 et avant, par tranche de 5 ans		
14 H 20	9	Animation Eveil Athlétique Fém. et Masc.		TC	2015 à 2017	6mn	Circuit spécial
15 H 00	10	Cross des As Masc. TCM	TCM	TCM (As)	2004 et avant	9972 m	Dép+2TL+Ar
		Cross très long Fém.	TCF		2003 et avant		
		Espoirs Fém. et Masc.	ESM et ESF	TCM	2002 à 2004		
		Masters (MAM et MAF)	MAM et MAF	MAM, TCM	1988 et avant		
		Chaque sous-catégorie Masters Masc. et Fém.			1989 et avant, par tranche de 5 ans		
15 H 30	11	Animation Poussines et Poussins		TC	2013 / 2014	8mn	Circuit spécial
17 H 00		Fin de la Manifestation					



www.groupe-crespy.fr

2 avenue de la Gare 31250 REVEL

Tél. : 05 34 66 67 90
Email : crespy@crespy.fr
Web : www.groupe-crespy.fr