

## Inscrivez-vous pour participer à l'organisation

NOM et Prénom :	<input type="text"/>	(2)
Je participerai à l'organisation du 52 <sup>ème</sup> cross du Tour du Lac de Saint Ferréol.		(1)
Je serai présent(e)		(1)
<ul style="list-style-type: none"> <li>le samedi 24/02/2024 de <input type="text"/> à <input type="text"/></li> </ul>		(2)
<ul style="list-style-type: none"> <li>le dimanche 25/02/2024 de <input type="text"/> à <input type="text"/></li> </ul>		(2)
Je serai accompagné de <input type="text"/>	Personnes	(1)
Date et signature		(2)

(1) Rayer les mentions inutiles (2) Compléter les cases soulignées

### Parcours du Cross du Tour du Lac de Saint Ferréol



Plan général



Plan Boucles, zones Départ et Arrivée

#### Légende 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**

**Dimanche 25 février 2024**



**52<sup>ème</sup> cross du Tour du Lac de Saint Ferréol**

**Spécial organisation**

Une **Réunion d'INFORMATION** aura lieu le **mercredi 14 Février** dans la Salle Omnisports N°1 à 17 heures 45 (à cet effet les entraînements commençant à 16 heures 30 se termineront à 17 heures 45 et les suivants commenceront à 18 heures 15).

**RESERVEZ LA DATE DU CROSS DU TOUR DU LAC DE SAINT FERREOL**

Heure	N°	Course et catégories	Dist	Heure	N°	Course et catégories	Dist
11h15		Début du RETRAIT des DOSSARDS		14h20	8	Juniors Masc. (JUM)	6686 m
11h45	1	Marche Nordique	9972 m			Cross des As Fém. TCF	
12h40	2	Benjamines (BEF)	2182 m			Espoirs Fém. et Masc	
12h55	3	Benjamins (BEM)	2182 m			Masters (MAF et MAM)	
13h10	4	Minimes Fém. (MIF)	3399 m	14h20	9	Animation Eveil Athlétique Fém. et Masc	6mn
13h25	5	Cadettes (CAF)	3399 m			Cross des As Masc. TCM	9972 m
		Minimes Masc. (MIM)		15h00	10	Cross très long Fém. Espoirs Fém. et Masc	
13h40	6	Juniors Fém. (JUF)	4616 m			Masters (MAM et MAF)	
		Cross court Masc.					
13h55	7	Cadets (CAM)	4616 m	15h30	11	Animation Poussines et Poussins	8mn
		Cross court Fém.					

#### INSCRIPTIONS

jusqu'au 06 05 2024

De préférence sur le site <https://engagements.athle-occitanie.fr/>  
(athlètes licenciés FFA en Occitanie) à défaut coordonnées ci-dessous

#### RENSEIGNEMENTS

Coordonnées ci-dessous



Manifestation organisée par Athlé Lauragais Olympique

Correspondant : Daniel Rousseau

Club affilié à la FFA  
N° 031007

Tél : 06 87 91 11 54

Courriel : [athlelauragaisol@gmail.com](mailto:athlelauragaisol@gmail.com)

Internet : <https://www.athle-lauragais-olympique.com/>

Avec l'aide précieuse de



Le **Cross du Tour du Lac de Saint Ferréol** est une manifestation de choix dans la vitrine d'Athlé Lauragais Olympique dont une énorme majorité de membres est très jeune : il doit donc compter sur tous les membres adultes et sur les familles des jeunes athlètes pour faire face à une organisation qui se doit d'être irréprochable.

#### Préparation de la manifestation:

Il faut ANNONCER LA MANIFESTATION, par internet, mais aussi par des affiches chez les commerçants et par la distribution d'une plaquette (qu'il faut préalablement mettre au point) indiquant horaires et parcours.

Il faut ASSURER LE FINANCEMENT DE LA MANIFESTATION PAR LA RECHERCHE DE PARTENAIRES ECONOMIQUES.

Ces ROLES commencent le plus longtemps possible en amont et se terminent lorsque le budget de la manifestation est assuré et que tous les coureurs potentiels sont au courant de son existence.

Il faut ENREGISTRER LES INSCRIPTIONS DES PARTICIPANTS qui n'ont pas la possibilité de le faire eux même (athlètes non licenciés ou extérieurs à la région, athlètes ne disposant pas d'un accès à l'Internet).

Ce ROLE commence dès que possible et se termine le jeudi qui précède la manifestation.

#### Mise en place de la manifestation

**Comment se retrouver:** tous les rendez-vous sont donnés **sur la digue côté parking de Lancastre**. Lorsqu'on arrive de Revel: prendre la première avenue à droite (avenue Pierre Paul Riquet), passer devant la digue: à pieds, on arrive directement au point de rendez-vous en allant à l'autre bout de la digue, en voiture, contourner le parc en contre bas de la digue.

#### Installation du parcours:

Ce ROLE commence le **samedi, veille de la manifestation, à partir de 14 heures** et se termine en fin d'après-midi.

#### Et encore de l'installation:

Tout ne pouvant se mettre en place la veille, il faut **TERMINER LA MISE EN PLACE** des installations: banderoles, panneaux de signalisation, sonorisation, tentes et véhicules, secrétariat, buvette...

Ce ROLE commence le **dimanche à partir de 8 heures** et doit se terminer à temps pour que la manifestation commence à l'heure (voir horaires au début du présent document).

**Remarque importante :** Le cross-country est un sport essentiellement hivernal et il se pratique, qu'il pleuve, qu'il vente ou qu'il fasse beau. Il est très rare qu'un cross soit annulé pour des raisons météorologiques : ça n'arrive que lorsqu'il y a des alertes importantes.

**A priori, il est inutile de téléphoner pour savoir s'il est maintenu ou pas : il ne peut être annulé au dernier moment que dans des cas extrêmes (tempête, barrières de dégel, etc... et si ça doit arriver, tout le monde sera informé).**



## Rendre le site dans l'état où on l'a trouvé

### La dés installation du parcours :

Il faut **RANGER** toutes les installations mises en place précédemment. Il faut **DEBARRASSER** le site de toutes ces petites choses qui pourraient donner une mauvaise réputation à l'organisation si elles restaient là où elles ont atterri.

Ce **ROLE** commence **au fur et à mesure qu'une partie des installations n'est plus utile** et se termine **1 HEURE OU 2 APRES LA FIN DE LA REMISE DES RECOMPENSES.**

## Chacun peut trouver un rôle à sa mesure dans l'organisation...

De toute manière, **RESERVEZ LA DATE DU TOUR DU LAC, AVEC VOS PARENTS ET AMIS.**

**... et bien entendu si toute cette organisation est mise en place, c'est pour que les athlètes puissent eux aussi remplir leur rôle qui est d'abord de bien se préparer et de courir...**

## Et après la manifestation ?

Une fois tout terminé, un moment de convivialité est prévu autour de quelques victuailles évitant à chacun(e) d'avoir à cuisiner en rentrant chez soi...



Nb est le nombre de personnes en principe nécessaires pour chaque installation :

- lorsqu'on est assez nombreux, plusieurs installations peuvent être simultanées.
- lorsqu'on est juste le nombre pour faire une installation, ce sont les mêmes personnes qui doivent faire plusieurs installations l'une après l'autre.
- les moquettes de la piste des poussin(e)s sont encombrantes et lourdes...  
**Plus on est nombreux, plus vite l'installation est prête.**

**Préparation samedi (14 heures à environ 17 heures)  
et dimanche (de 8 heures 11 heures)**

Poste	Description	Nb	Qualification éventuelle
<b>Mise en place générale</b>			
<b>• Mise en place des services, du parcours et d'un couloir pour les promeneurs</b>			
Protection des athlètes (séparation du public)	Mettre en place les barrières de protection des Tendres des rubans entre les barrières non jointives (rubalise)	2	aucune
Montage de 2 barnums	Pour ravitaillement et buvette, pour secrétariat.	6	aucune
Tables d'inscription, secrétariat et d'intendance	Installer des tables : • secrétariat, • buvette	4	aucune
Montage d'une arche, d'une sono et de banderoles			





## Fonctionnement de la manifestation

Il faut ACCUEILLIR les personnes qui participent à l'organisation et au jury, leur donner les consignes et le matériel qui va avec, leur distribuer les tickets repas et boissons pour la journée...

Ce ROLE commence le **dimanche à partir de 10 heures 30** et doit se terminer à temps pour que la manifestation commence à l'heure.

Il faut ACCUEILLIR toute personne extérieure comme on aimerait être accueilli lorsqu'on va ailleurs, DISTRIBUER LES DOSSARDS aux coureurs seuls, les ENVELOPPES contenant les dossards des clubs, INSCRIRE ceux qui ne l'ont pas fait avant...

Ces ROLES commencent le **dimanche à partir de 10 heures 30** (pour être opérationnel à partir de 11 heures) et se termine avec le début de la DERNIERE course.

### Le suivi sportif de la course :

Il faut DONNER les DEPARTS, VERIFIER que toutes les règles sont respectées TOUT AU LONG DE LA COURSE, ORIENTER les ATHLETES sur les bonnes boucles, amener le PUBLIC et les PROMENEURS à ne pas les gêner, CLASSER et CHRONOMETRER les ARRIVANTS à l'ARRIVEE de CHAQUE COURS.

Ce sont les rôles des SECRÉTAIRES, du STARTER, du JUGE ARBITRE et de ses ADJOINTS, des COMMISSAIRES et JUGES de COURSE, du SERVICE INFORMATIQUE.

Ces ROLES commencent le **dimanche à partir de 11 heures 15** (pour être opérationnel à partir de 11 heures 45) et se terminent LORSQUE TOUS LES RESULTATS SONT PROMULGUES.

### L'intendance de la manifestation :

Il faut distribuer les REPAS et BOISSONS aux membres de l'organisation et du Jury.

Il faut éviter au maximum la déshydratation des athlètes et les états hypoglycémiques: c'est le rôle des personnes du POSTE de RAVITAILLEMENT (distribuant des boissons chaudes aux arrivants).

Il faut vendre les SANDWICHES et BOISSONS à toutes les autres personnes qui le désirent (dans la limite du stock disponible).

Ces ROLES commencent le **dimanche à partir de 10 heures** et se terminent A LA FIN DE LA MANIFESTATION.

### La sécurité des personnes :

Il faut prévenir les états de fatigue extrême, soigner les petits bobos et être prêt à faire intervenir les secours d'urgence à tout moment: c'est le rôle des SECOURISTES DIPLOMES et du MEDECIN, qui veillent sur la course et tiennent un poste fixe judicieusement positionné

Ce ROLE commence le **dimanche à partir de 11 heures 00** et se termine A LA FIN DE LA MANIFESTATION

4

## Jury des courses dimanche (de 10 heures 30 à la fin de la manifestation)

Poste	Description	Nb	Qualification éventuelle
<b>Postes en place à partir de 10h30</b>			
<b>• Animation restauration</b>			
Animateur	Parle dans le micro	1	aucune
Goûter athlètes et boisson organisateurs	Distribue des boissons et le goûter aux athlètes et à tous ceux qui participent activement à la journée	2	aucune
<b>• Jury général</b>			
Directeur de réunion	Doit bien connaître les lieux et l'organisation de la compétition	1	oui
Juge Arbitre	Représente la Fédération, observe, conseille, prend les décisions sportives.	1	oui
Secrétaire	Enregistre les résultats et les diffuse.	2	au moins 1 pers qualifié(e)
Navette Secrétariat / Affichage / Podium	Prend les résultats au secrétariat, en affiche un jeu sur les tableaux.	1 ou 2	aucune
<b>• Jury de terrain Courses en ligne</b>			
Starter	Donne les départs lorsque les chronométreurs sont prêts	1	Oui
Chef chronométreur	Chronomètre les athlètes et coordonne l'équipe de chronométrage	1	Oui
Aide chronométreur	Chronomètre les athlètes et donne ses temps au Chef chronométreur	2	Oui (simple briefing)
Chef juge Arrivées	Classe les athlètes, dirige la manœuvre	1	oui
Juge Arrivées	Classe les athlètes par ordre d'arrivée	2	Oui (simple briefing)
Aiguilleur	Guide les athlètes lors des changements de boucles (généralement marqués par de lettres sur les plans)	1 ou 2 par aiguillage	
<b>• Jury de terrain Kids Cross</b>			
Chef de Jury	Donne les consignes et dirige la manœuvre	1	Oui
Accompagnateur (trice) athlètes	Accompagne le groupe et note les résultats sur la fiche prévue à cet effet.	1 ou 2 par groupe	aucune
Chronométreur	Donne le top départ et le top arrivée de l'épreuve.	1	Oui (simple briefing)

5