



Cross et marche nordique du L.A.C.

Castelnaudary – 14 décembre 2025

Règlement de la compétition

I- Lieu de la manifestation :

Camping municipal, lieu dit "La Giraille"
11400 – Castelnaudary

II- Conditions à remplir pour participer :

- Être âgé de 7 ans révolus au jour de la course, ou appartenir au moins à la catégorie Eveil Athlétique (U10).
- Avoir complété le formulaire d'inscription en ligne, ou le bulletin d'inscription sur place.
- Pour les non licenciés FFA (Fédération Française d'Athlétisme), avoir fourni les pièces justificatives liées à la protection de la santé (voir ci-dessous), et l'autorisation de participation pour un participant mineur.

III- Modalités d'inscriptions :

- Les inscriptions reçues avant le 12/12/2025 à 20h00 sont gratuites. **Après cette date, un droit d'inscription de 5€ par coureur sera demandé**, y compris pour les inscriptions sur place.
- L'inscription peut se faire
 - ♦ en ligne, sur le site Web du club <https://lac11.sportsregions.fr>, jusqu'au 12/12/2025 à 20h00,
 - ♦ sur place, le jour de l'événement, au moins 45 min avant le début de l'épreuve.
 - ♦ pour les clubs FFA seulement, engagement groupé par l'intermédiaire d'un fichier de type tableur (disponible sur le site Web) et à retourner à president.lac11@orange.fr jusqu'au 12/12/2025 à 20h00.
- **Pièces justificatives** liées à la protection de la santé, **à fournir à l'inscription**.
 - ♦ pour les licenciés de la Fédération Française d'Athlétisme (FFA) :
 - licence DECOUVERTE, LOISIR RUNNING ou COMPETITION
 - ♦ pour les non licenciés FFA :
 - si le participant est MAJEUR le jour de la course : attestation de PPS (parcours personnel de santé) à obtenir sur <https://pps.athle.fr/>, valide à la date de la compétition (**le certificat médical n'est plus accepté**).
 - si le participant est MINEUR le jour de la course :
 - ✓ questionnaire de santé complété et dont toutes les réponses sont négatives,
ou
 - ✓ certificat médical attestant de l'absence de contre-indication à la pratique de **l'athlétisme en compétition** ou de la **course à pied en compétition**, datant de moins de six mois à la date du 14/12/2025.
 - et
 - ✓ Autorisation de l'adulte ayant autorité parentale.

IV- Retrait des dossards:

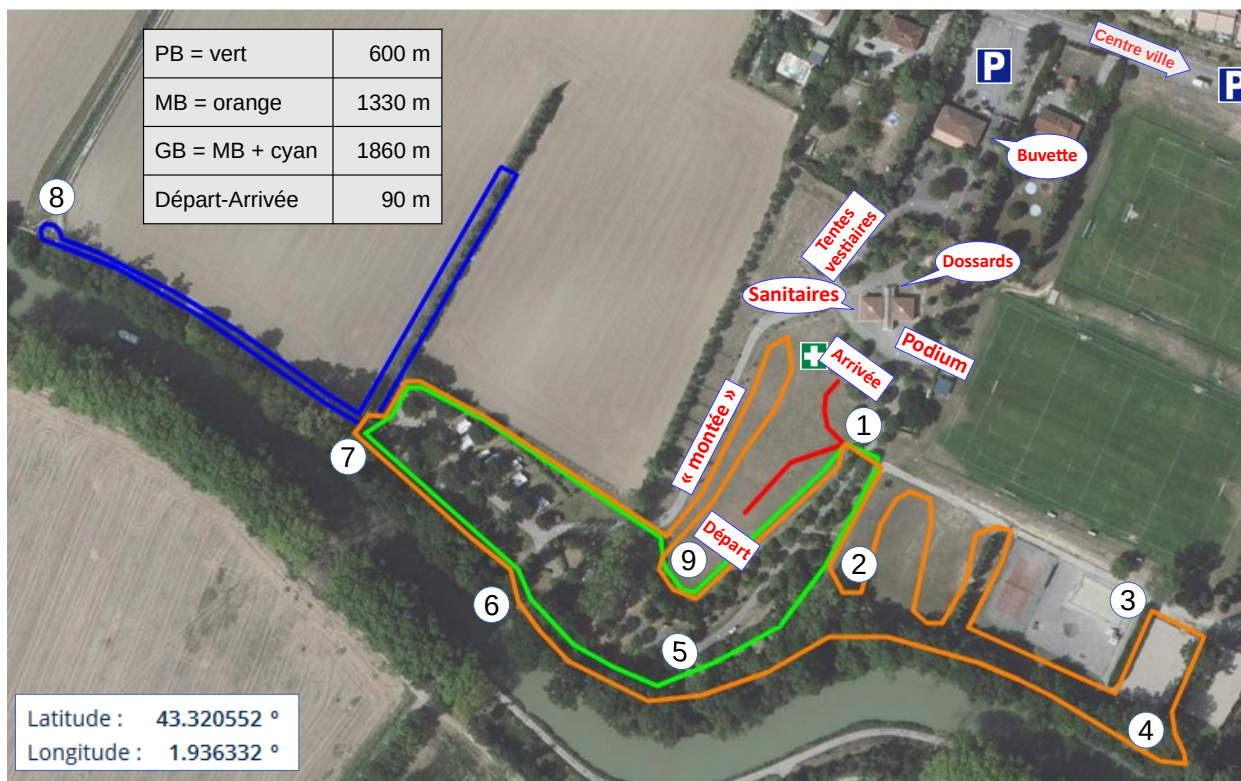
- Les dossards devront être retirés à partir de 8h30 le jour de l'épreuve, et au plus tard 30 minutes avant le départ de la course.
- Chaque responsable de club FFA retirera une enveloppe contenant tous les dossards du club.
- Les participants non représentés par un club FFA retireront leur dossard individuellement, sur présentation d'une pièce d'identité.
- **Tout engagement est personnel.** Aucun transfert d'inscription n'est autorisé pour quelque motif que ce soit. Toute personne rétrocédant son dossard à une tierce personne, sera reconnue responsable en cas d'accident survenu ou provoqué par cette dernière durant l'épreuve. Toute personne disposant d'un dossard acquis en infraction avec le présent règlement pourra être disqualifiée. L'organisation décline toute responsabilité en cas d'accident face à ce type de situation.

V- Règles techniques

- Le dossard doit être porté sur la poitrine et fixé par 4 épingles. Il doit rester lisible tout au long de la course.
- Il est formellement interdit de courir à côté des athlètes sur tout le parcours.
- L'utilisation de casque ou écouteurs audio par les coureurs pendant leur course est strictement interdite.

VI- Programme des épreuves et parcours :

Épreuve	Horaire	Catégories	Distance	Parcours
Course 1	9h15	ESPOIRS M - SENIORS M - MASTERS M	8130 m	1xPB+4xGB
Course 2	10h15	ESPOIRS F - SENIORS F - MASTERS F	5670 m	3xGB
Course 3		JUNIORS M	5670 m	3xGB
Course 4	11h05	POUSSINES (sans classement – non chronométré)	1200 m	1xMB sans la montée
Course 5	11h15	POUSSINS (sans classement – non chronométré)	1200 m	1xMB sans la montée
Course 6	11h25	KID Cross EVEIL ATHLE filles (sans classement – non chronométré)	690 m	1xPB
Course 7	11h35	KID Cross EVEIL ATHLE garçons (sans classement – non chronométré)	690 m	1xPB
Course 8	11h45	BENJAMINES	2750 m	2xMB
Course 9	12h05	BENJAMINS	2750 m	2xMB
Course 10	12h25	MINIMES F	3280 m	1xMB+1xGB
Course 11		MINIMES M – CADETTES - et CROSS COURT M & F (à partir de ES - 2005)	3810 m	2xGB
Course 12	12h50	CADETS – JUNIORS F	4410 m	1xPB+2xGB



Le LAC se réserve le droit de modifier le programme et le parcours des épreuves en cas de nécessité.

VII- Résultats – Podiums :

- Pour les catégories Eveil Athlétique (oisillons) et Poussins, il s'agit d'une animation : pas de classement ni de chronométrage, tous les athlètes sont récompensés.
- Pour les autres catégories du cross, classement par catégorie et sexe. Les 3 premiers de chaque catégorie sont récompensés. Le cross court sera récompensé sans distinction de catégorie.
- Les résultats provisoires seront disponibles après chaque course sur le site Web du LAC : <https://lac11.sportsregions.fr>
- Les résultats définitifs seront publiés sur le site de la Fédération Française d'Athlétisme : athle.fr

VIII- Ravitaillement – Collation

- Buvette boissons froides et chaudes (café, chocolat, thé), gâteaux, en vente.
- Ticket collation sera distribué aux participants à la fin de leur épreuve il donne droit à une collation gratuite.

IX- Droit à l'image et données personnelles

- Chaque participant s'engage à céder son droit à l'image au club organisateur : Lauragais Athlétisme Castelnaudary. Par sa participation au cross du L.A.C, chaque concurrent(e) autorise l'organisateur à utiliser ou à reproduire ou faire reproduire son nom, son image, sa voix et sa prestation sportive en vue de la promotion des activités du club sur tout média.
- Les informations recueillies sur le formulaire d'inscription, ainsi que les pièces justificatives liées à la protection de la santé, sont enregistrées dans un fichier informatisé par Lauragais Athlétisme Castelnaudary pour la gestion de l'événement exclusivement. Elles ne seront en aucun cas cédées à des tiers ou utilisées à des fins commerciales. Elles sont conservées pendant 10 ans et sont destinées aux membres du bureau en charge de l'organisation de l'événement et à toute autorité administrative ou sportive à des fins de contrôle.
- Conformément aux dispositions des articles 38 à 40 de la loi « Informatique et Libertés » du 6 janvier 1978 modifiée en 2004, et aux dispositions des articles 15, 16, 17 et 21 du Règlement général européen sur la protection des données (RGPD), vous bénéficiez :
 - du droit de demander au responsable de traitement l'accès à vos données, la rectification, l'effacement ou la portabilité de celles-ci, ainsi que la limitation ou l'opposition au(x) traitement(s) mis en œuvre,
 - du droit de vous opposer, pour des motifs légitimes à ce que vos données fassent l'objet d'un traitement et sans motifs et sans frais, à ce que vos données soient utilisées à des fins de prospection commerciale,
 - vous avez enfin la possibilité d'introduire une réclamation auprès d'une autorité de contrôle comme la CNIL.