



## Règlement

16 Septembre 2018

Art 1. **Épreuve** : L'association « Les Amis de la Course à Pied » organise le 16 Septembre 2018 le 33<sup>ème</sup> Cross des Coteaux de 8h30 à 12h à Crolles.

Art 2. **Parcours** : Il y a deux parcours de 15km et 9km empruntant essentiellement des sentiers sur les communes de Crolles et Bernin.

Le parcours de 9km pour 300m de dénivelée peut se faire soit à la marche (départ à 8h45, pas de classement) soit en courant (départ à 9h).

Le parcours de 15km pour 540m de dénivelée est ouvert uniquement aux coureurs.

### Art 3. Catégories

Le cross de 9km est ouvert à partir de la catégorie cadet (né en 2002 et avant) et le cross de 15km à partir de la catégorie junior (né en 2000 et avant).

Des courses pour enfants et adolescents de 4 à 15 ans, distances de 0,5km à 3km, auront lieu à partir de 10h45.

### Art 4. Inscriptions

Elles pourront se faire :

- Par internet sur <http://www.myoutdoorbox.com/> ou [www.acp-crolles.fr/wp](http://www.acp-crolles.fr/wp)
- Par email : [acpcroll@acp-crolles.fr](mailto:acpcroll@acp-crolles.fr)
- Par courrier avant le 13 sept 2018 à Damien Andreani 141 Impasse Stendhal 38920 Crolles
- Sur place avec une majoration de 3€ dans la limite des places disponibles. Les inscriptions seront closes 15min avant le départ de chaque course.

Toute inscription doit être accompagnée du règlement et des pièces justificatives.

Course	15km -9h	9km -9h	3km - 10h45	2km - 11h00	1km - 11h15	.5km - 11h30	Marche 9km 8h45
Tarif	10€ + 3€ sur place	7€ + 3€ sur place	3€	3€	3€	Gratuit	5€
Catégories	2000 et avant	2002 et avant	2003 et 2004	2005 et 2006	2007 et 2008	2009 à 2014	

### Art 5. Pièces justificatives

Tous les coureurs, y compris les enfants, doivent présenter :

- soit une photocopie de licence FFA, FFCO, FFPM, FF Tri, UNSS, UGSEL en cours de validité à la date de la manifestation.
- Soit un certificat médical de non contre-indication à la pratique de la course à pied en compétition datant de moins d'un an à la date de la compétition.

L'organisateur conservera les copies de licence ou de certificat.

Le 9km marche et le 500m, non chronométrés, ne sont pas concernés.

**Art 6. Sécurité**

Elle sera assurée par la Croix Rouge Française.

La sécurité routière sera assurée avec le soutien de la police municipale.

**Art 7. Dossards et départ.**

Les dossards sont à retirer au Gymnase la Marelle à Crolles le dimanche matin à partir de 7h.

Le départ de toutes les courses se fera devant le gymnase la Marelle.

**Art 8. Kilométrage et ravitaillements**

Le kilométrage sera indiqué par panneaux.

Trois postes de ravitaillement seront disponibles aux 4,8 et 12km ainsi que sur l'aire d'arrivée.

**Art 9. Récompenses.**

Un lot sera distribué à tous les participants.

La remise des prix se fera vers 12h à l'issue de la dernière course enfants.

Les 3 premiers au scratch H et F et le premier de chaque catégorie d'âge, sans cumul, seront récompensés. Présence obligatoire, les lots ne peuvent être récupérés par une tierce personne.

**Art 10. Soutien**

Comme chaque année, nous reverserons 1€ par inscription sur les courses de 9 et 15km à une association que nous désirons soutenir.

Cette année nous soutiendrons l'association l'Abri sous la Dent de Crolles qui gère un local d'hébergement d'urgence pour les personnes sans abri et sans domicile.