

## CROSS DES GLAISINS - 14 décembre 2025

### Course pédestre sur parcours fermé

### Règlement et Informations

#### 1. ORGANISATION

Le CROSS des GLAISINS est un ensemble de course pédestre de type CROSS en fonction de l'âge des participants. Cette manifestation se déroule le 14 décembre sur le site du parc des GLAISINS rue de la Frasse 74940 ANNECY. L'organisation est assurée par l'AVOC et son comité d'organisation bénévole.

AVOC Annecy le Vieux Of Course dont le siège se situe :

Parc des sports d'Albigny  
Rue du pré Vernet  
Annecy le Vieux-74940 ANNECY.

N° de SIRET : 497 817 437 00013

Président de l'association : Pascal VERDUYN Tel : 0620370465 / mail : [contact@avoc.fr](mailto:contact@avoc.fr)

L'AVOC n'étant pas affiliée à la FFA, les concurrents sont soumis au règlement spécifique de la course (détaillé ci-dessous) et non pas à la réglementation générale de la FFA.

**L'organisation se réserve le droit de modifier les présentes mentions à tout moment, les participants s'engagent à la consulter régulièrement.**

#### 2. REGLES GENERALES

Tous les concurrents s'engagent à respecter le règlement par le seul fait de leur inscription. Les organisateurs déclinent toute responsabilité pour tous incidents ou accidents pouvant survenir, avant, pendant ou après l'épreuve et/ou découlant du non-respect du règlement.

Le non-respect de l'un des points du règlement, les règles sportives essentielles, ou les consignes de sécurité entraîneront la disqualification du participant (présence de commissaires de course tout au long du parcours).

##### **2a. PROTOCOLE SANITAIRE**

**Tous les participants s'engagent à respecter la réglementation en vigueur et les recommandations sanitaires en vigueur à la date de la course. Les participants s'engagent à consulter le site, le règlement de la course avant le retrait des dossards et le départ de la course.**

##### **● ENGAGEMENT DES PARTICIPANTS**

**Tous les participants s'engagent** à respecter les points suivants, sous peine de disqualification – non exhaustif :

- Ne pas bousculer ses adversaires
- Emprunter uniquement le parcours balisé.
- Respecter le balisage, les bénévoles et les autres concurrents.
- Suivre les consignes de l'organisation, des signaleurs et des bénévoles
- Conserver le matériel obligatoire sur toute la durée de la course
- Respecter impérativement l'environnement – cf notamment art 11
- Respecter les mesures réglementaires et sanitaires en vigueur à la date de la course

## CROSS DES GLAISINS - 14 décembre 2025

### Course pédestre sur parcours fermé

### Règlement et Informations

#### ● INTERDICTIONS

**Il est strictement interdit le jour de la course – non exhaustif :**

- D'être accompagné sur le parcours (en vélo, à pied ou par tout autre moyen)
- D'être accompagné par des animaux de compagnie sur le parcours
- D'utiliser un dispositif visant à améliorer la performance, contraire à l'esprit du sport.

#### 3. PRÉSENTATION DES COURSES

Le CROSS se déroulera le 14 décembre 2025, sur le site du parc des GLAISINS 74940 ANNECY. Les courses, catégories et horaires sont détaillés dans les documents joints en annexe. Les différentes courses seront différées en fonction des horaires.

Le nombre total de coureur est limité à 700 participants, indépendant ou club.

Les courses seront chronométrées et feront l'objet d'un classement dans chaque catégorie.

Pas de véhicules sur le parcours, ce dernier n'est pas accessible à des véhicules motorisés, des parkings sont à disposition dans les zones prévues à cet effet.

La sécurité sera assurée par la protection civile.

La liste des signaleurs sera remise ultérieurement.

L'attestation d'assurance sera présentée avant l'événement.

Chaque parcours de course est balisé et doit être suivi dans sa globalité. Dans le cas contraire, le concurrent se verra disqualifié.

**L'Organisation se réserve le droit de modifier le parcours à tout moment et sans préavis.**

Les épreuves se déroulent en respectant les limites horaires, annoncées le jour de la course.

Proclamation des différents résultats au cours de la journée.

Pour des questions de sécurité et d'organisation, le temps limite pour chaque course est défini.

Aucun ravitaillement ne sera assuré sur les différents parcours. Chaque participant s'organise en conséquence.

#### 4. CONDITIONS D'INSCRIPTION

Il est expressément indiqué que les coureurs participent à la compétition **sous leur propre et exclusive responsabilité.**

Les coureurs déclarent être en possession d'une assurance individuelle accident couvrant les frais de secours et d'évacuation en France. Tout engagement est personnel.

Les inscriptions se font en ligne, sur le site de la course, ou le dimanche 1 h avant le départ de la course concernée.

<p style="text-align: center;"><b>Tarif :</b></p> <p>20 euros en ligne jusqu'au samedi et 25 euros le jour de la course</p> <p>Gratuit pour les catégories</p> <p>Ecole d'athlétisme</p> <p style="text-align: center;">à</p> <p>Cadet inclus</p>	<p>Les courses sont ouvertes à tous coureurs en fonction de leur âge et des distances spécifiées dans le document joint :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● impérativement né avant le 01/01/2018</li> <li>● licenciés ou non.</li> </ul> <p>La validation de la participation à la course est subordonnée à la présentation :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● soit d'une licence de FFA en cours de validité à la date de la course ;</li> <li>● soit pour les non licenciés majeurs et les licenciés de toutes autres Fédérations : <b>La présentation d'un PPS datant de moins de 3 mois (DOCUMENT JOINT À COMPLÉTER).</b></li> </ul> <p>soit pour les mineurs, une autorisation parentale ainsi que le questionnaire de santé, disponible sur le site, complété et validé par un adulte responsable.</p>
---	--

## CROSS DES GLAISINS - 14 décembre 2025

### Course pédestre sur parcours fermé

### Règlement et Informations

*Ces dispositions s'appliquent à l'ensemble des coureurs, quelle que soit leur nationalité*

*Rappel : Les articles L.231-2 et L.231-3 du Code du Sport et la loi du 5 avril 2006 relative à la lutte contre le dopage et à la santé des sportifs obligent l'ensemble des coureurs français ou étrangers à fournir la preuve de leur aptitude à la course à pied en compétition, aptitude justifiée par un certificat médical.*

**Le questionnaire de santé pour les mineurs ou le PPS ou la licence devront être téléchargés dans votre dossier sur le site de l'organisation lors de votre inscription.**

**Si un document devait être rejeté (non conforme au règlement), le participant devra mettre à jour son dossier au plus tard avant le 12/12/2025.**

**Au-delà, TOUTES les inscriptions incomplètes ou non conformes, seront annulées, sans exception ni recours et non remboursable.**

**Attention : Les numéros de dossards sont attribués en fonction des catégories, de l'âge, du sexe et de la validation des dossiers complets.**

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 sera disqualifiée. L'organisation décline toute responsabilité en cas d'accident face à ce type de situation.

#### 5. RETRAIT DES DOSSARDS

Le retrait des dossards est prévu le jour de la course, Parc des Glaisins 74940 ANNECY, aux horaires suivants :

- Dimanche 14/12/2025 au minimum 1 h avant chaque course

**La présentation de la Carte d'Identité est OBLIGATOIRE pour le retrait de son dossard.**

Le dossard doit être fixé sur le devant (T-shirts ou cuisse). Il doit être entièrement lisible durant toute la durée de la course. L'organisation ne fournit pas les moyens d'accrochage. **Merci de prévoir des épingles.**

#### 6. MATÉRIEL OBLIGATOIRE

Pas de matériel spécifique obligatoire.

Les pointes sont autorisées sur le parcours, mais interdites sur les surfaces non prévues à cet effet (macadam, béton, intérieur des locaux.....). En cas de dégradation, suite au non respect de cette consigne, le participant sera tenu pour responsable et devra assurer les frais de remise en état.

#### 7. CATÉGORIES ET RÉCOMPENSES

Au cours de la journée, la remise des récompenses sera effectuée suivant les modalités définies par l'organisation. Lots remis exclusivement à la personne présente ayant participé.

#### 8. ABANDON

En cas d'abandon, le coureur doit prévenir l'organisation et lui remettre son dossard en se rapprochant d'un bénévole présent sur le parcours.

A défaut, l'organisation décline toute responsabilité quant aux conséquences qui pourraient en découler (déclenchement des recherches etc.).

## CROSS DES GLAISINS - 14 décembre 2025

### Course pédestre sur parcours fermé

### Règlement et Informations

#### 9. ANNULATION – RESTRICTIONS

L'inscription est ferme et définitive, aucun remboursement ne peut être demandé.

Annulation liée au Covid ou autres contraintes : aucun report de la course ne sera envisagé en 2025. En cas d'interdiction, ou en cas d'annulation décidée par l'organisation: l'inscription sera intégralement remboursée.

Dans le cas où les consignes sanitaires évolueraient et imposeraient une restriction du nombre de participants, la sélection des coureurs retenus pour la course, se fera dans l'ordre des dossiers d'inscription reçus et complets.

#### 10. RESPECT DE L'ENVIRONNEMENT

La course se déroule dans un parc sportif et des lieux mis à disposition par la commune ou des propriétaires. Il est impératif de suivre le parcours défini par l'organisation.

**Le respect de l'environnement est une valeur importante de l'organisation.** Il est donc demandé aux participants de ne pas jeter ni emballage, ni mouchoir, ni masque, ni tout autre déchet sur l'intégralité de la course (sas de départ, parcours, ligne d'arrivée). Tout participant surpris en infraction sera immédiatement disqualifié.

Des poubelles de tri des déchets sont mises à disposition sur le parcours. Merci de respecter le TRI.

#### 11. ASSURANCES

Conformément à la loi, les organisateurs ont souscrit pour la durée de la course à une assurance couvrant les conséquences de leur responsabilité civile, celles de leurs préposés et de tous les participants au CROSS.

Chaque coureur doit se garantir d'une assurance individuelle accident couvrant d'éventuels frais d'évacuation en France. La responsabilité de l'organisation est dérogée en cas d'abandon ou de disqualification.

#### 12. JURY DE COURSE

Il est désigné par le comité d'organisation et ses décisions sont sans appel. Plusieurs commissaires de course seront présents sur le parcours.

Le jury a pour rôle :

- D'appliquer les règles
- De décider d'une disqualification
- De traiter les réclamations et contestations
- De décider des modifications du parcours ou du règlement

#### 13. DROIT À L'IMAGE ET PROTECTION DES DONNÉES PERSONNELLES

Les participants acceptent l'exploitation par l'organisateur et leurs partenaires, des images et des photos faites sur l'épreuve ainsi que l'utilisation de leur nom pour l'affichage des résultats en ligne. Ceci sans limitation de temps, et de mode de diffusion, ou de support (notamment, sans que cette liste ne soit limitative, sous forme de photographies, vidéos, affiches, flyers, sur le web, Twitter, Facebook, Instagram), aucun recours envers l'organisateur et ses partenaires ne sera possible sur leur utilisation.

Quant aux professionnels audiovisuels ou photos, ceux-ci doivent obtenir leur accréditation auprès de l'organisation. Il est en outre entendu qu'aucune image, qu'aucune photographie ou qu'aucun film vidéo ne pourra être commercialisé ou publié en masse sans l'accord express de l'organisation.

En raison de votre inscription à ce CROSS, l'organisation récolte des données personnelles à des fins de gestion des inscriptions. Cette collecte de données est nécessaire afin d'identifier chaque participant individuellement et de pouvoir le contacter par quelque moyen que ce soit pour lui communiquer des informations utiles à sa participation à la course.

## CROSS DES GLAISINS - 14 décembre 2025

### Course pédestre sur parcours fermé

### Règlement et Informations

Seuls les membres habilités ont accès aux données. Il s'agit du comité d'organisation du CROSS, ainsi que tout prestataire qui par sa compétence est nécessaire à l'organisation de la course.

Conformément à la réglementation en vigueur, lors de la parution de ce règlement, relative à la protection des données personnelles, à l'informatique, aux fichiers, aux libertés et aux diverses dispositions concernant la protection des données à caractère personnel, chaque participant dispose d'un droit d'accès, de rectification et d'opposition au traitement des données le concernant.

#### 14. CHRONOMÉTRAGE ET RÉSULTATS

Le chronométrage est effectué par une société spécialisée. Pour une majorité d'épreuves, une puce électronique sera intégrée au dossard, et toute personne se présentant à l'arrivée sans le dossard et / ou la puce ne pourra être classée. Le dossard doit être porté de manière visible et entièrement lisible durant la course.

Le système de chronométrage vérifie le nombre de boucles effectué par les coureurs.

Tous les participants qui ne totalisent pas le nombre de boucles défini, ne seront pas classés.

Les participants sont classés selon leur temps de parcours.

Les résultats sont publiés, et l'inscription implique l'autorisation de l'organisateur à faire paraître le nom du coureur.

#### 15 – PROGRAMMES ET PARCOURS

Course	Départ	Catégories	Catégorie/Code	Distance (m)	Parcours
1	9:00	Cross Long Hommes	Espoirs Masculins (ESM)	9310	Départ-Arrivée + 4 Grandes Boucles
			Seniors Masculins (SEM)		
			Masters Masculins (MAM)		
2	10:00	Cross Long Femmes	Espoirs Féminines (ESF)	7040	Départ-Arrivée + 3 Grandes Boucles
			Seniors Féminines (SEF)		
			Masters Féminines (MAF)		
3	11:00	Ecoles Athlé	Ecoles d'Athlé (EA)	980	Départ-Arrivée + 1 Petite Boucle
4	11:15	Poussins, Poussines	Poussins (PO/U12)	1420	Départ-Arrivée + Petite Boucle +1 Mini Boucle
5	11:35	Benjamins	Benjamins Féminines (BEF/U14)	2410	Départ-Arrivée + 2 Moyennes Boucles
			Benjamins Masculins (BEM/U14)		
6	12:00	Cadettes & Minimes	Cadettes (CAF/U18)	3500	Départ-Arrivée + 3 Moyennes Boucles
			Minimes Masculins (MIM/U16)		
			Minimes Féminines (MIF/U16)		
7	12:30	Cadets & Juniors Femmes	Cadets (CAM/U18)	4590	Départ-Arrivée + 4 Moyennes Boucles
			Juniors Féminines (JUF/U20)		
		Juniors M	Juniors Masculins (JUM/U20)	5680	Départ-Arrivée + 5 Moyennes Boucles

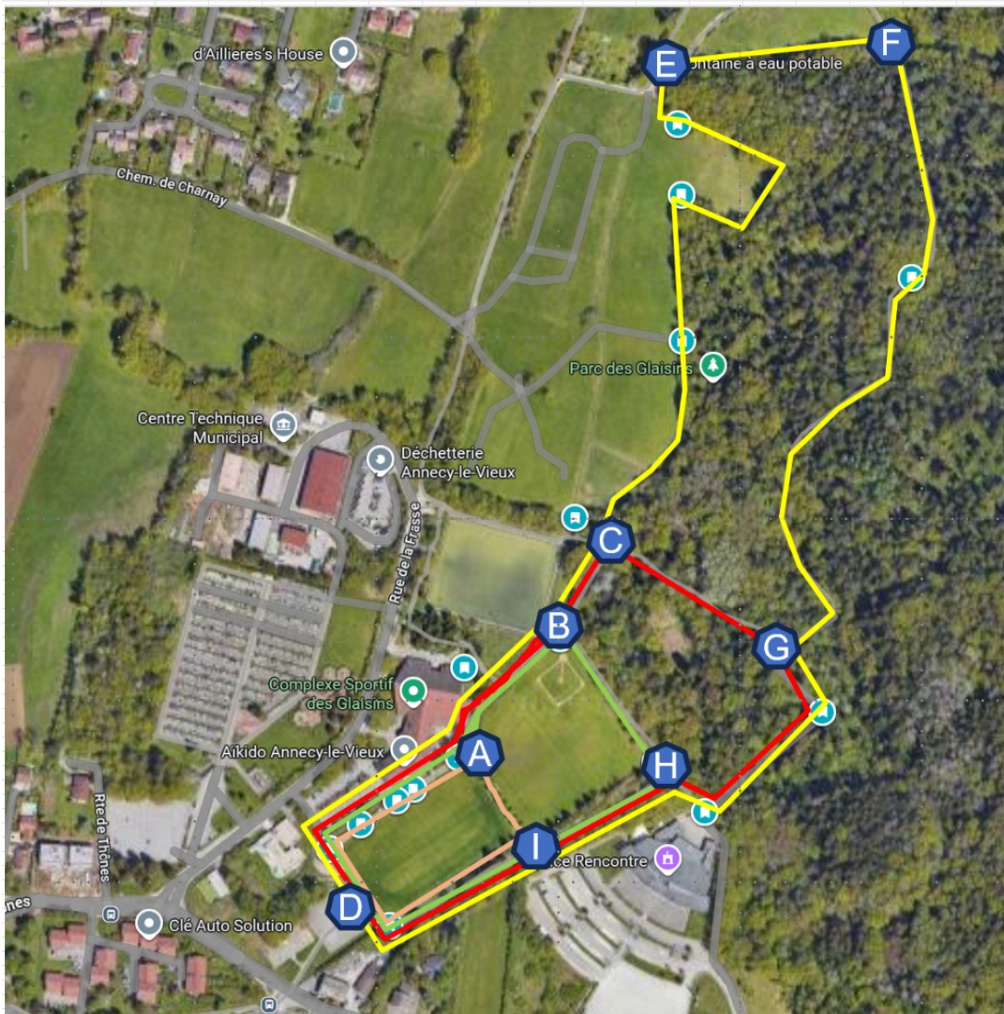
### Catégories pour la saison 2025-2026

Valide du 1er septembre 2025 au 31 Août 2026

- Ecole d'athlétisme (U10) : 2017-2018-2019
- Poussins (U12) : 2015-2016
- Benjamins (U14) : 2013-2014
- Minimes (U16) : 2011-2012
- Cadets (U18) : 2009-2010
- Juniors (U20) : 2007-2008
- Espoirs (U23) : 2004-2005-2006
- Seniors : 1992 à 2003
- Masters : 1991 et avant

**CROSS DES GLAISINS - 14 décembre 2025**  
**Course pédestre sur parcours fermé**  
**Règlement et Informations**

**LES PARCOURS 2025**



• Grande boucle:
• ABCEFGHIDA
• Moyenne boucle
• ABCGHIDA
• Petite boucle
• ABHIDA
• Mini boucle
AIDA
• Départ - Arrivée
DA

**Questionnaire de santé pour mineur (disponible sur le site)**

## CROSS DES GLAISINS - 14 décembre 2025

### Course pédestre sur parcours fermé

### Règlement et Informations

Nom et prénom: \_\_\_\_\_

Représentant légal: \_\_\_\_\_

Coureur: \_\_\_\_\_



#### Questionnaire relatif à l'état de santé du sportif mineur

**Avertissement à destination des parents ou de la personne ayant l'autorité parentale :** Il est préférable que ce questionnaire soit complété par votre enfant, c'est à vous d'estimer à quel âge il est capable de le faire. Il est de votre responsabilité de vous assurer que le questionnaire est correctement complété et de suivre les instructions en fonction des réponses données.

Faire du sport : c'est recommandé pour tous. En as-tu parlé avec un médecin ? T'a-t-il examiné (e) pour te conseiller ? Ce questionnaire n'est pas un contrôle. Tu réponds par OUI ou par NON, mais il n'y a pas de bonnes ou mauvaises réponses. Tu peux regarder ton carnet de santé et demander à tes parents de t'aider.

Tu es une fille

un garçon

Ton âge : ..... ans

Depuis l'année dernière	OUI	NON
Es-tu allé (e) à l'hôpital pendant toute une journée ou plusieurs jours ?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
As-tu été opéré (e) ?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
As-tu beaucoup plus grandi que les autres années ?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
As-tu beaucoup maigri ou grossi ?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
As-tu eu la tête qui tourne pendant un effort ?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
As-tu perdu connaissance ou es-tu tombé (e) sans te souvenir de ce qui s'était passée ?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
As-tu reçu un ou plusieurs chocs violents qui t'ont obligé à interrompre un moment une séance de sport ?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
As-tu beaucoup de mal à respirer pendant un effort par rapport à d'habitude ?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
As-tu beaucoup de mal à respirer après un effort ?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
As-tu eu mal dans la poitrine ou des palpitations (le cœur qui bat très vite) ?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
As-tu commencé à prendre un nouveau médicament tous les jours et pour longtemps ?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
As-tu arrêté le sport à cause d'un problème de santé pendant un mois ou plus ?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Depuis un certain temps (plus de 2 semaines)	OUI	NON
Te sens-tu fatigué (e) ?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
As-tu du mal à t'endormir ou te réveilles-tu souvent dans la nuit ?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Sens-tu que tu as moins faim ? que tu manges moins ?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Te sens-tu triste ou inquiet ?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Pleures-tu plus souvent ?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ressens-tu une douleur ou un manque de force à cause d'une blessure que tu t'es faite cette année ?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Aujourd'hui	OUI	NON
Penses-tu quelquefois à arrêter de faire du sport ou à changer de sport ?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Penses-tu avoir besoin de voir ton médecin pour continuer le sport ?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Souhaites-tu signaler quelque chose de plus concernant ta santé ?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Questions à faire remplir par tes parents	OUI	NON
Quelqu'un dans votre famille proche a-t-il eu une maladie grave du cœur ou du cerveau, ou est-il décédé subitement avant l'âge de 50 ans ?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Etes-vous inquiet pour son poids ? Trouvez-vous qu'il se nourrit trop ou pas assez ?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Avez-vous manqué l'examen de santé prévu à l'âge de votre enfant chez le médecin ? (examen médical prévu à l'âge de 2 ans, 3 ans, 4 ans, 5 ans, entre 8 et 9 ans, entre 11 et 13 ans et entre 15 et 16 ans)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

**Si tu as répondu OUI à une ou plusieurs questions, tu dois consulter un médecin pour qu'il t'examine et voit avec toi quel sport te convient. Au moment de la visite, donne-lui ce questionnaire rempli.**

Date: \_\_\_\_\_  
Signature (Représentant légal): \_\_\_\_\_