**SAISON DE CROSS COUNTRY 2019**

1. ***SAISON***

*La saison débutera le* ***01 FEVRIER 2019*** *et se clôturera par le* ***CHAMPIONNAT DE MAURICE,*** *le*

***09 MARS 2019*** *au* *S****ODNAC WELLNESS PARK.***

*La compétition est réservée aux athlètes licenciés de la* ***MAA****. La licence peut être enregistrée ou renouvelée par les responsables des clubs au siège de la fédération à Réduit de* ***13hres00 à 16hres00*** *tous les jours de la semaine avant la date de la première manche.*

1. ***CATEGORIES D’AGE***

 *Les athlètes licenciés (es) se repartissent suivant les âges.*

***U-12 ans***  *G et F 9 – 11ans* ***2010 - 2009 – 2008***

***U-14 ans*** *G et F 12 – 13 ans* ***2007 – 2006***

**U-16 ans** G et F 14 – 15 ans **2005 – 2004**

***U-18 ans*** *G et F 16 – 17 ans (nés/ées) en* ***2003 – 2002***

***U-20 ans*** *H 18 – 19 ans* ***2001 – 2000***

***Seniors***  *H 20 ans +* ***1999***

***U20 & Seniors*** *D 18+*

***Masters*** *H & D 35ans au jour de la compétition*

*Ces âges s’étendent à partir du* ***1er JANVIER***  *AU* ***31 DECEMBRE 2019 sauf pour les masters.***

* Chaque Master doit déposer un certificat médical au secrétariat de la MAA lors de l’enregistrement ou renouvellement de la licence.
1. ***SURCLASSEMENTS***

*En aucun cas un athlète* ***U-12 ans, U-14 ans, U-16 ans, U-18 ans, U-20 ans*** *ne sera autorisé à participer à*

*une épreuve de cross dans une catégorie d’âge autre que la sienne. Un/e athlète peut participer à autant de*

*manches qu’il/elle souhaite.*

1. ***DISTANCES***

*Soucieuse d’une progression régulière, la MAA propose les distances suivantes figurant au tableau ci dessous.*

|  |
| --- |
| **HOMMES** |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Manches** | **Venue** | **U-12 ans** | **U-14 ans** | **U-16 ans** | **U-18 ans** | **U-20 ans** | **Sen** | **Masters** | **Dates** |
| **1ere Manche** | **MGI****MOKA** | 2 Km | 2.7 Km | 3.5 Km | 4.2 Km | 5 Km | 8 Km | 5 Km | **Ven 01 fev** |
| **2eme Manche** | **ROCHE BOIS** | 1.6 Km | 2.2 Km | 3.3 Km | 4.5 Km | 5.5 Km | 8.5 Km | 5.5 Km | **Sam 09 fev** |
| **3eme Manche** | **ST ESPRIT,****Q/BORNES** | 1.5 Km | 2.5 Km | 3.5 Km | 5 Km | 6.5 Km | 8.5 Km | 6.5 Km | **Sam 16 fev** |
| **4eme Manche** | **RACING****TRIANON** | 2 Km | 2.5 Km | 3.5 Km | 5.5 Km | 7.5 Km | 9 Km | 7.5 Km | **Sam 23 fev** |
| **Finale**  | **SODNAC WELLNESS PARK** | 2.3 Km | 3 Km | 4 Km | 6 Km | 8 Km | 10 Km | 8 Km | **Sam 09 mars** |

|  |
| --- |
| **DAMES** |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Manches** | **Venue** | **U-12 ans** | **U-14 ans** | **U-16 ans** | **U-18 ans** | **U-20 ans/** **Sen** | **Seniors** | **Masters** | **Dates** |
| **1ere Manche** | **MGI****MOKA** | 1.4 Km | 2 Km | 2.7 Km | 3.5 Km | 5 Km |  - | 4.2 Km | **Ven 01 fev** |
| **2eme Manche** | **ROCHE BOIS** | 1.3 Km | 1.6 Km | 2.2 Km | 3.3 Km | 5.5 Km |  - | 4.5 Km | **Sam 09 fev** |
| **3eme Manche** | **ST ESPRIT, Q/BORNES** | 1.5 Km | 1.5 Km | 2.5 Km | 3.5 Km | 5.5 Km |  - | 5 Km | **Sam 16 fev** |
| **4eme Manche** | **RACING****TRIANON** | 1.3 Km | 2 Km | 2.5 Km | 3.5 Km | 7.5 Km |  - | 5.5 Km | **Sam 23 fev** |
| **Finale + SAR** | **SODNAC WELLNESS PARK** | 1.5 Km | 2.3 Km | 3 Km | 4 Km | 6 Km (U20) | 10 Km  | 6 Km | **Sam 09 mars** |

1. ***RECOMMANDATIONS***

Afin de favoriser une dynamique au sein de la région “ORGANISATRICE” et à celles qui voudraient s’en inspirer, la MAA suggère

* *que des Cross de Quartiers soient organisés dans le mois que précède l’évènement Régional afin de constituer une ou plusieurs équipes au niveau des clubs dans les catégories suivantes:*

***H: U-12ans U-14 ans U-16 ans U-18 ans***

*D:* ***U-12ans U-14 ans U-16 ans U-18 ans***

* *Que chaque équipe représente un club qui est affilié à la MAA.*
* *Qu’une COURSE POPULAIRE pour les non-licenciés de la region ORGANISATRICE soit organisée le jour de chaque manche. C’est à la demande du sponsor* **VITAL.**
1. **RELAIS MIXTE**

*Pour rendre le compétition plus populaire parmi les jeunes athlètes, la MAA a inclus dans le programme de chaque manche un* ***RELAIS-MIXTE****dans les categories d’age suivantes :*

* 01 fevrier et 16 fevrier
	1. *U12 : 4 X 500M - (2 Filles + 2 Garçons)*
	2. *U16 : 6 X 600M - (3 Filles + 3 Garçons)*
* 09 fevrier et 23 fevrier
	1. *U14 : 6 X 600M - (3 Filles + 3 Garçons)*
	2. *U18 :6 X 800 M - (3 Filles + 3 Garçons)*

*Les RELAIS MIXTE sont reservés aux athlètes qui ne participent pas aux manches de la Ligue* VITAL.

*Les 3 premieres équipes de la compétition de relais seront recompensées.*

## VITAL CROSS COUNTRY LEAGUE

*5 Manches sont prévues:*

 *1o Manche: vendredi 01 janvier 2019 -* ***MGI, MOKA***

 *2o Manche: samedi 09 février 2019 -* ***ROCHE BOIS***

 *3o Manche: samedi 16 février 2019**-* ***ST ESPRIT, Q/BORNES***

 *4o Manche: samedi 23 février 2019* - ***RACING, TRIANON***

*5º Manche et* ***Finale :*** *samedi 09 mars 2019* - *WELLNESS PARK, SODNAC*

1. ***RECOMPENSES***
* *Une médaille sera remise aux 3 premiers (ères) de chaque catégorie de chaque manche.*
* *Une Médaille sera remise aux 3 premiers (ères) de la finale des championnats de MRI*
* *Une Médaille sera remise aux premiers(ères) classés (ées) de la ligue*
* *Un trophée aux clubs les mieux classés*

# **“LE CHALLENGE “VITAL”**

Crée pour motiver les athlètes à la pratique du Cross Country, il sera tenu compte d’un classement individuel et par Clubs

 *Le pointage s’opérant comme suit pour toutes les manches:*

*- 1o 1 PTS – 2o 2 PTS – 3o 3 PTS – 4o 4 PTS etc*

*Ceux (individuel et par Clubs) ayant réalisé le minimum de points seront déclarés vainqueurs.*

***8. EN CAS d’EXAEQUO:***

*Individuel: Le classement aux Championnats de Maurice sera déterminant*

*Par Club: Le classement aux Championnats de Maurice.*

*- Les championnats individuels et par équipes sont ouverts aux athlètes mauriciens et étrangers titulaire d’une licence nouvellement “ENREGISTRÉE”.*

* *Les championnats par équipes sont ouverts aux Clubs affiliés à la MAA.*
1. ***COMPOSITION DES EQUIPES***

*Chaque club peut engager autant d’équipes dont les athlètes détiennent une licence de la MAA.*

* *que chaque équipe de la catégorie* ***U-12 ans****,* ***U-14 ans*** *et* ***masters*** *soit composée d’un minimum de 4 et d’un maximum de 6 coureurs. Pour les autres catégories, que chaque équipe soit composée d’un minimum de 6 et d’un maximum de 08 coureurs.*
* *Les noms des athlètes doivent être confirmés aux organisateurs au plus tard 1 jour avant la compétition.*

*Afin de respecter les règlements du Sports Act et de la MAA, chaque athlète sera appelé à participer au nom d’un club qui est affilié ou enregistré à la MAA, sauf pour des cas spécifiques.*

1. ***TITRES ATTRIBUES***

*U-12 ANS - Individuel et par Equipes H et F*

*U-14 ANS - Individuel et par Equipes H et F*

*U-16 ANS - Individuel et par Equipes H et F*

*U-18 ANS - Individuel et par Equipes H et F*

*U-20 ANS - Individuel et par Equipes H*

*SENIORS - Individuel et par Equipes H*

*U-20 ANS/SENIORS (F) - Individuel et par Equipes F*

*MASTERS - Individuel et par Equipes H et F*

*Le titre* ***« CHALLENGE VITAL »*** *(Individuel et par Équipes) sera déterminé sur le meilleur classement des participants de 4 des 5 manches de la Ligue.*

1. ***LES CHAMPIONNATS NATIONAUX***

*Les Championnats Nationaux de Cross Country coincideront avec la dernière manche de la Ligue de Cross* **VITAL.** *Les différents gagnants de la dernière manche seront proclamés CHAMPION NATIONAL DE CROSS COUNTRY et ils recevront une médaille spéciale pour l’occasion.*