

DIMANCHE 26 JANVIER

ELAN 
Entente Littoral Athlétisme Nord

CROSS DEPARTEMENTAL

**10H-16H : 15 COURSES
+ 1 000 PARTICIPANTS
D'ÉVEIL À MASTER**




Gravelines



**MENUISERIE
CÔTE D'OPALE**

www.menuiseriecotedopale.com

 MENUISERIE CÔTE D'OPALE

Le
PAarc
des Rives de l'Aa

CHAMPIONNATS DU NORD DE CROSS GRAVELINES – 2025

HORAIRES

10h00	POUSSINE	1400m
10h10	POUSSIN	1400m
10h20	BENJAMINE	2150m
10h35	BENJAMIN	2150m
10h50	MINIME F	3000m
11h10	MINIME M	3500m
11h15	EVEIL F & M (challenge endurance)	6-8-10-12'
11h35	MASTER M	8500m
12h35	CROSS Court F	3750m
13h00	CROSS Court M	3750m
13h25	CADETTE	3750m
13h50	CADET + JUNIOR F	4500m
14h20	JUNIOR M + Critérium Vétéran	6000m
15h00	CROSS LONG F	7000m
15h50	CROSS LONG M	8500m

CHAMPIONNATS DU NORD DE CROSS GRAVELINES – 2025

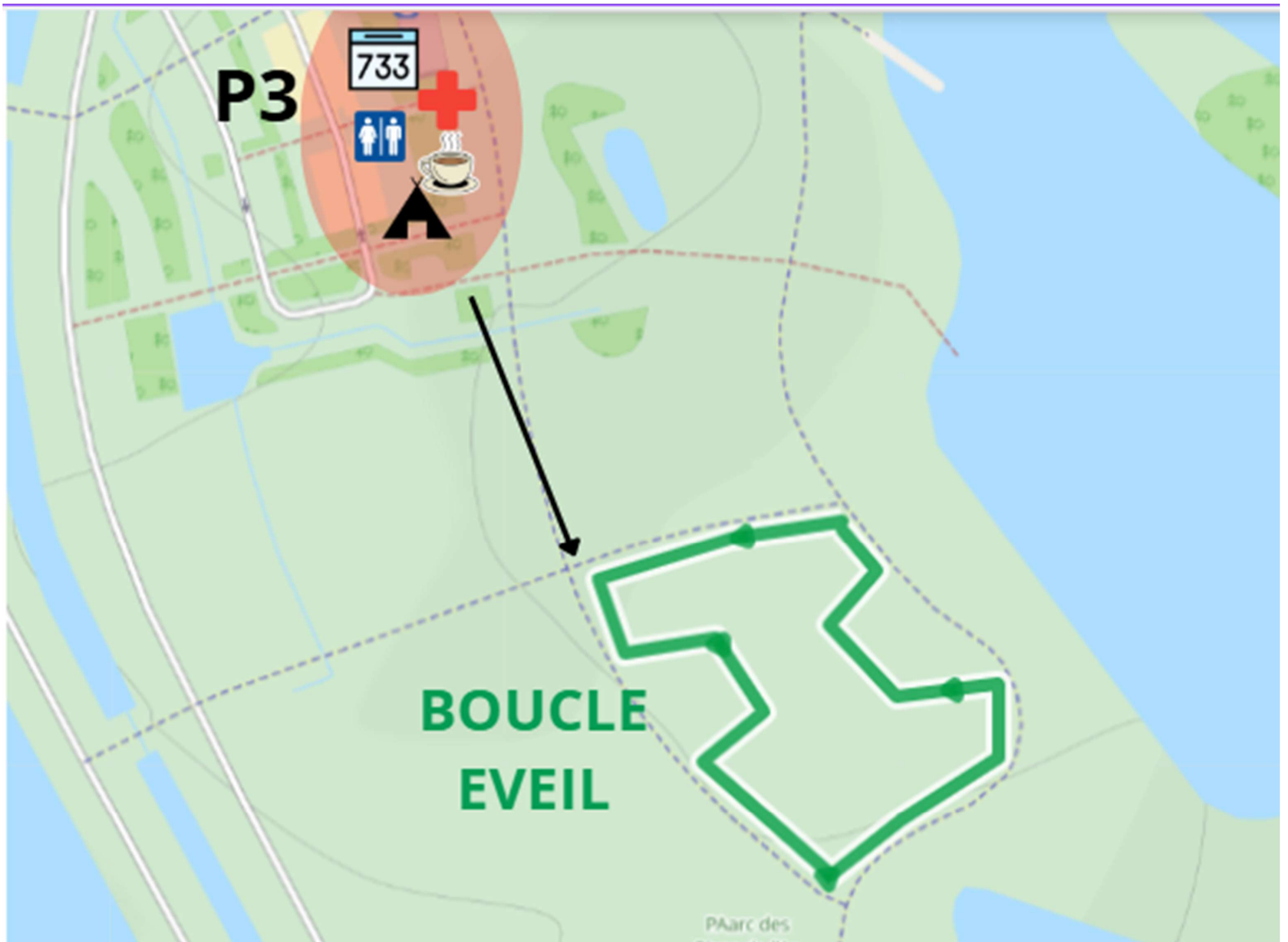
DISTANCES & BOUCLES PAR CATEGORIE

POUSSINE	1400m	départ + mini B + arrivée
POUSSIN	1400m	départ + mini B + arrivée
BENJAMINE	2150m	départ + mini B + petite B + arrivée
BENJAMIN	2150m	départ + mini B + petite B + arrivée
MINIME F	3000m	départ + moyenne B + arrivée
MINIME M	3500m	départ + grande B + arrivée
CADETTE	3750m	départ + 1 petite B + 1 moyenne B + arrivée
CADET	4500m	départ + 2*(moyenne B) + arrivée
JUNIOR F	4500m	départ + 2*(moyenne B) + arrivée
JUNIOR M	6000m	départ + 2*(Grande B) + arrivée
CROSS Court F	3750m	départ + 1 petite B + 1 moyenne B + arrivée
CROSS Court M	3750m	départ + 1 petite B + 1 moyenne B + arrivée
CROSS LONG F	7000m	départ + 3*(moyenne B) + arrivée
CROSS LONG H	8500m	départ + 3*(Grande B) + arrivée
CRITERIUM MASTER	6000m	départ + 2*(Grande B) + arrivée
MASTER	8500m	départ + 3*(Grande B) + arrivée

Départ + Arrivée	1000m
Mini Boucle	400m
Petite Boucle	750m
Moyenne Boucle	2000m
Grande Boucle	2500m

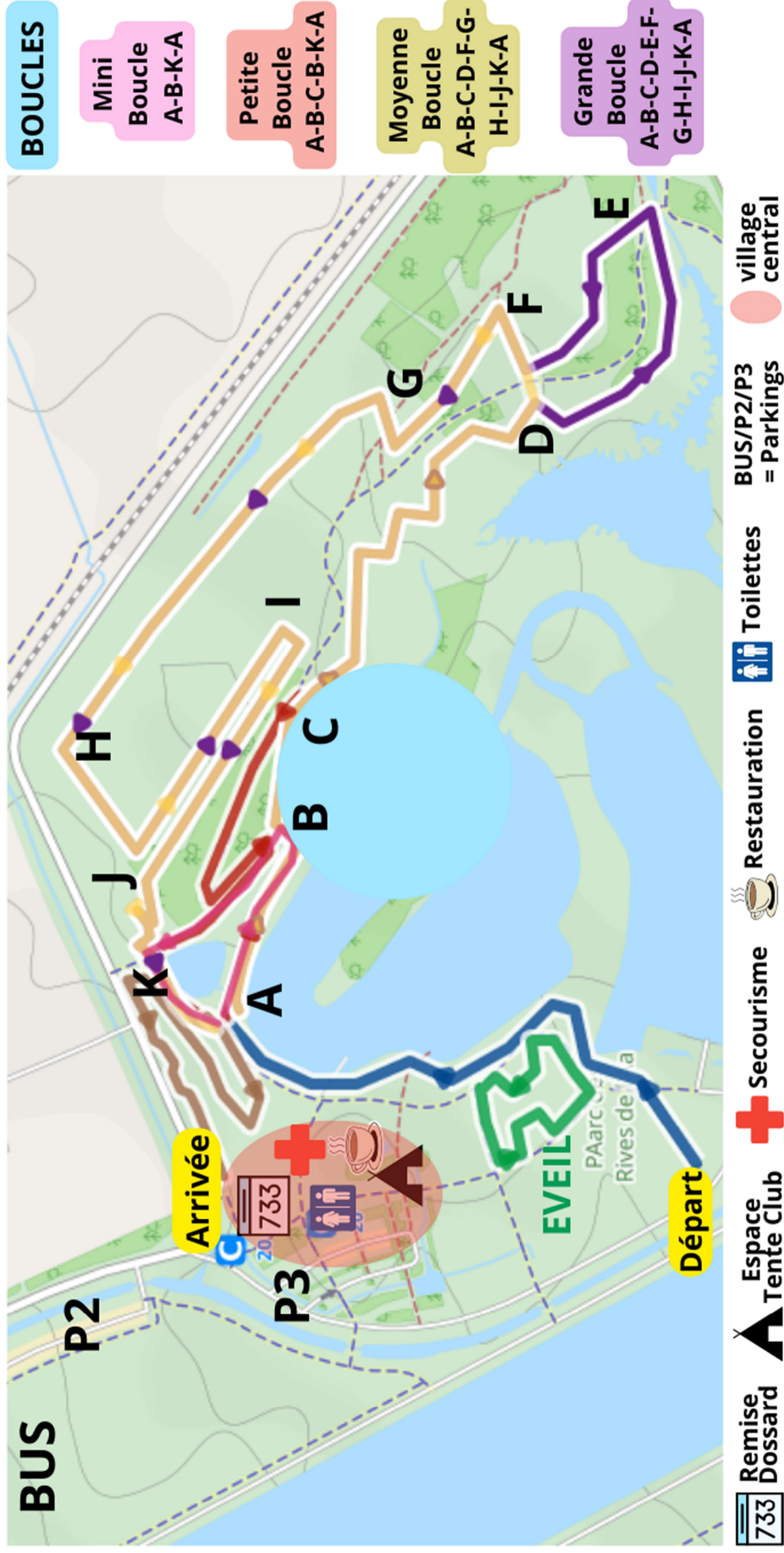
CHALLENGE ENDURANCE

EVEILS ATHLETISME



Départ des Eveils Athlétisme à 11h15

PLAN GENERAL DU SITE



BUS

P2

P3

Arrivée

Départ

BOUCLES

Mini Boucle A-B-K-A

Petite Boucle A-B-C-B-K-A

Moyenne Boucle A-B-C-D-F-G-H-I-J-K-A

Grande Boucle A-B-C-D-E-F-G-H-I-J-K-A



Remise Dossier



Espace Tente Club



Secourisme



Restauration



Toilettes

BUS/P2/P3 = Parkings



village central

EVEIL

PARCOURS Rives de la

RESTAURATION

Restauration chaude sur place avec

- ✓ *Une friterie (frites, viandes, américain)*
- ✓ *Une buvette avec boissons, friandise, crêpes...*
- ✓ *Un chapiteau avec chaises et tables pour manger à l'abris*



Argent Liquide + CB acceptée

MARCHE NORDIQUE : DECOUVERTE DU PAARC ET DE GRAVELINES

Le club de l'ELAN59 via sa section Gravelinoise proposera une Marche Nordique de 10km autour de Gravelines via les nombreux sentiers et espaces naturels de la ville.

2 Possibilités :

- Vous pouvez intégrer et suivre le groupe de Gravelines qui sera animé par Nadia. Marche entre 6 et 6,5km/h. Rassemblement et échauffement collectif à 9h30 sur l'aire « Junicode » devant le Car Podium (à proximité du Parking P3 du PAarc).
9H45 : départ pour 10km (environ 1h45)
- Vous pouvez vous servir de la trace GPS qui sera mise en ligne quelques jours avant sur le blog : <https://nordicopale.eklablog.com/>

Vous pourrez profiter de la restauration sur place

Attention, la randonnée n'est pas balisée. Réservee aux licenciés FFA.

Venir avec ses propres bâtons (pas de prêt, pas d'initiation)



ACCES & STATIONNEMENT

Lieu : PArc de Gravelines (Parking 3), Rue Edgar Coppey côté parking P3

Coordonnées GPS : 50.96962487013409, 2.1396670453248885 (ou 50°58'10.7"N 2°08'22.8"E)

Accès via l'A16 :

Prendre la sortie 52B, direction Gravelines par la D11, puis au rond-point, prenez à gauche D601. Vous surplombez le PArc avec son bassin d'aviron, suivez les panneaux pour aller en direction du Parking 3. Une fois le Parking 3 plein, stationnez sur le Parking 2.

Il est interdit de stationner en dehors des parkings

INFORMATIONS STATIONNEMENT

Voitures

Parking P3 : à proximité du lieu de départ - Nombre de place : 60 voitures

Parking P2 : à 150m du lieu de départ - Nombre de Places : 200 voitures

Parking Bus : Accès par le Parking P2



PARTENAIRES

PAarc de l'Aa à Gravelines

Base sportive dédiée aux équipes de haut niveau mais aussi une base de loisirs pour tous

- Site Internet : www.lepaarc.com
- Actualité sur sa page Facebook : www.facebook.com/lepaarc



ELAN59, club organisateur

Pour avoir les résultats, les photos, des info de dernières minutes

Site Internet : www.elan59.fr

Page Facebook : www.facebook.com/ELAN59OFF



Comité du Nord 59 d'Athlétisme (résultats, reportages ...)

Site : <http://cdnord.athle.com/>



Ils nous soutiennent :

MENUISERIE CÔTE D'OPALE : www.menuiseriecotedopale.com & www.facebook.com/MENUISERIECOTEDOPALE



**MENUISERIE
CÔTE D'OPALE**

www.menuiseriecotedopale.com

 MENUISERIE CÔTE D'OPALE

VILLE DE GRAVELINES : www.ville-gravelines.fr



Gravelines

OLYMPIQUE GRANDE-SYNTHÉ ATHLETISME : www.ogsathletisme.fr/

