



34ème CROSS DE COUPVRAY

DIMANCHE 30 NOVEMBRE 2025

5 courses mixtes et
épreuve de
marche/marche nordique*

dans le parc du château de Coupvray

CROSS LONG : 9300 m, départ à 10 h 00

CROSS COURT : 4130 m, départ 11 h 00

MARCHE/MARCHE NORDIQUE : 9400 m, départ 11 h 30

3 COURSES JEUNES :

éveil athlétique, 1050 m, départ à 11 h 45

poussin(e)s, 2045 m, départ 11 h 55

benjamin(es)s, 2990 m, départ 12 h 10

*Cross ouvert à tous, licenciés ou non ***

L' épreuve de marche/marche nordique est ouverte aux déficients visuels

Récompenses à tous les participants, boissons chaudes ou froides offertes

Tarifs : cadets et adultes : 10 € - clubs : 8 € si plus de 5 coureurs inscrits - enfants : 3 €

Inscriptions en ligne avant le 27 novembre 2025.

ou bulletin d'inscription à télécharger sur le site du club :

FSECA sur Google ou <https://esblycoupvrayathle.sportregions.fr> ;

dans ce cas : bulletins à retourner à coupvraycross2025@gmail.com

Renseignements : Jean-Denis Brigot, tel : 06 84 91 42 33 ; adresse mail : j_brigot@orange.fr

Adresse mail du club : club.fseca@gmail.com

* la marche nordique est ouverte aux déficients visuels

** pour les non licenciés, certificat préventif de santé obligatoire



34ème CROSS DE COUPVRAY

DIMANCHE 30 NOVEMBRE 2025

5 courses mixtes et
épreuve de
marche/marche nordique*

dans le parc du château de Coupvray

CROSS LONG : 9300 m, départ à 10 h 00

CROSS COURT : 4130 m, départ 11 h 00

MARCHE/MARCHE NORDIQUE : 9400 m, départ 11 h 30

3 COURSES JEUNES :

éveil athlétique, 1050 m, départ à 11 h 45

poussin(e)s, 2045 m, départ 11 h 55

benjamin(es)s, 2990 m, départ 12 h 10

*Cross ouvert à tous, licenciés ou non ***

L' épreuve de marche/marche nordique est ouverte aux déficients visuels

Récompenses à tous les participants, boissons chaudes ou froides offertes

Tarifs : cadets et adultes : 10 € - clubs : 8 € si plus de 5 coureurs inscrits - enfants : 3 €

Inscriptions en ligne avant le 27 novembre 2025.

ou bulletin d'inscription à télécharger sur le site du club :

FSECA sur Google ou <https://esblycoupvrayathle.sportregions.fr> ;

dans ce cas : bulletins à retourner à coupvraycross2025@gmail.com

Renseignements : Jean-Denis Brigot, tel : 06 84 91 42 33 ; adresse mail : j_brigot@orange.fr

Adresse mail du club : club.fseca@gmail.com

* la marche nordique est ouverte aux déficients visuels

** pour les non licenciés, certificat préventif de santé obligatoire





34ème CROSS DE COUPVRAY

30 novembre 2025

Bulletin d'inscription

À faire parvenir au club avant le 27 novembre 2024

Contact : Jean-Denis Brigot, tel : 06 84 91 82 33; mail : j_brigot@orange.fr

Mail du club : club.fseca@gmail.com

Site web : esblycoupvrayathle.club.sportregions.fr

Choix	Épreuves toutes mixtes H & F	Horaires	Distances	Tarifs
1	Marche nordique *	11 h 30	9400 m	10,00 €
2	Cross long espoirs, seniors, masters	10 h 00	9300 m	10,00 €
3	Cross court à partir de cadets	11 h 00	4130 m	10,00 €
4	Éveil athlétique	10 h 45	1050 m	3,00 €
5	Poussins	11 h 55	2045 m	3,00 €
6	Benjamins et minimes	12 h 10	2990 m	3,00 €

* la marche nordique est ouverte aux déficients visuels

Tarifs : 10 € de cadets à vétérans ; clubs : 8 € si plus de 5 coureurs inscrits ; 3 € pour les enfants

CHÈQUES À L'ORDRE DE FSECA

N° de dossard (réservé à l'organisation)	
N° de licence :	Fédération :
Nom :	Prénom :
Sexe M F	Année de naissance :
Nom du club :	
Ville du club :	
Adresse postale (facultatif) :	
rue :	
code postal et ville :	

POUR LES LICENCIÉS	POUR LES NON LICENCIÉS
Je justifie de mon état de licencié par la présentation de ma licence à l'organisation,	Je joins à mon inscription une attestation du parcours prévention santé,
Le :	Le :
Signature	Signature



34ème CROSS DE COUPVRAY

30 novembre 2025

Bulletin d'inscription

À faire parvenir au club avant le 27 novembre 2024

Contact : Jean-Denis Brigot, tel : 06 84 91 82 33; mail : j_brigot@orange.fr

Mail du club : club.fseca@gmail.com

Site web : esblycoupvrayathle.club.sportregions.fr

Choix	Épreuves toutes mixtes H & F	Horaires	Distances	Tarifs
1	Marche nordique *	11 h 30	9400 m	10,00 €
2	Cross long espoirs, seniors, masters	10 h 00	9300 m	10,00 €
3	Cross court à partir de cadets	11 h 00	4130 m	10,00 €
4	Éveil athlétique	10 h 45	1050 m	3,00 €
5	Poussins	11 h 55	2045 m	3,00 €
6	Benjamins et minimes	12 h 10	2990 m	3,00 €

* la marche nordique est ouverte aux déficients visuels

Tarifs : 10 € de cadets à vétérans ; clubs : 8 € si plus de 5 coureurs inscrits ; 3 € pour les enfants

CHÈQUES À L'ORDRE DE FSECA

N° de dossard (réservé à l'organisation)	
N° de licence :	Fédération :
Nom :	Prénom :
Sexe M F	Année de naissance :
Nom du club :	
Ville du club :	
Adresse postale (facultatif) :	
rue :	
code postal et ville :	

POUR LES LICENCIÉS	POUR LES NON LICENCIÉS
Je justifie de mon état de licencié par la présentation de ma licence à l'organisation,	Je joins à mon inscription une attestation du parcours prévention santé,
Le :	Le :
Signature	Signature