

JEUDI 15 OCTOBRE 2026  
AU STADE DES VERCHÈRES (VILLE LA GRAND)

# CIRCULAIRE CROSS

(pas de date de report possible)



## Organisation

**ARRIVÉE: 9H30 (CM) OU 13H (GS/CP/CE1/CE2)**

Consignes pour les cars : la dépose et la reprise des élèves pourra se faire **rue Verchères**. Les cars pourront se garer le long de la rue pour permettre les retournements sur le parking.

**Merci d'informer l'accueil de la présence de votre classe dès votre arrivée**

### HORAIRE DES COURSES

**10H À 12H: CM1 / CM2**

**13H30 À 15H30: GS/CP/CE1/CE2**

**Dossard fourni par l'école :** Chaque enfant devra être muni d'un dossard (voir p. 6) qu'il portera sur la poitrine avec des épingles à nourrice.

Chaque enseignant aura: **1 gilet jaune, des pailles, 1 marqueur, 1 fiche de résultats**

✓ COLLATION OFFERTE POUR TOUS LES PARTICIPANTS: À RÉCUPÉRER PAR LES ENSEIGNANTS AU NIVEAU DE L'ACCUEIL AVANT OU APRÈS LA COURSE

✓ PIQUE-NIQUE : SANS DÉCHETS (VOIR P. 5) SUR PLACE POSSIBLE

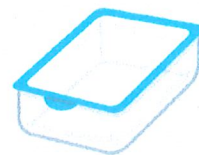
✓ TENUE :

- BASKETS OBLIGATOIRES
- SHORT OU JOGGING
- T.SHIRT (À MANCHES LONGUES SI FROID VIF).
- PETIT BONNET ET GANTS POLAIRES /LAINE SI BESOIN MAIS PAS DE CAGOLE NI D'ÉCHARPE

**NOUS NE POURRONS ORGANISER CETTE MANIFESTATION SANS L'AIDE DE PARENTS ACCOMPAGNATEURS! PENSEZ A NOUS PRÉSENTER AU MOINS UNE PERSONNE POUR VOTRE CLASSE DÈS VOTRE ARRIVÉE, NOUS LUI EXPLIQUERONS SON RÔLE.**



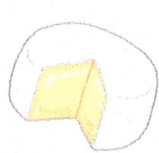
## PIQUE NIQUE SANS DÉCHET



**Pour réaliser mon pique-nique, je choisis de réduire mes déchets.**

Idées de menu

- Légumes coupés en petits morceaux (carottes, courgettes, cèpes, radis)
- Salades composées (mâche, féculents, lentilles, champignons)
- Oeufs durs
- Sandwichs
- Quiches, cakes&tartes salés (à base de courges, poivrons, aubergines, épinards, poireau etc)
- Fromage/Yaourt
- Fruits (pomme, poire etc.)/Oléagineux/Gâteaux maison (au marron)
- Eau



**Au quotidien, pour prendre part à la protection de mon environnement:**

### JE FAIS ATTENTION AUX PRODUITS JETABLES A USAGE UNIQUE

- J'utilise une serviette en tissu plutôt que des serviettes en papier ou de l'essuie tout.
- Pour ne pas casser mon verre ou mon assiette, j'utilise des verres et des assiettes en plastique rigide réutilisables.
- J'utilise des boîtes en plastique (style tupperwares) pour transporter ma salade, mes fruits, mes légumes, mon fromage et mes sandwichs.

### JE BOIS DE L'EAU DU ROBINET

- En France, nous jetons 6 milliards de bouteilles d'eau en plastique par an. Stop ! Transporter toute cette eau, ça coûte cher et ça pollue. Solution : remplir ma gourde d'eau du robinet.

### JE FAIS ATTENTION AUX EMBALLAGES

- 1 paquet de 1Kg, c'est 2 fois moins d'emballage que 2 paquets de 500g, alors attention aux mini-emballages (gâteaux, fromages...)!

### J'ACHÈTE EN VRAC

- Les légumes et les fruits en barquette ? Non merci ! Pour limiter les emballages j'achète aussi en vrac la viande, le fromage, les fruits secs....

### J'ACHÈTE DES FRUITS ET DES LÉGUMES EN LES CHOISSANT PLUTÔT

- FRAIS : ils ont consommé moins d'énergie qu'en conserve ou surgelé
- LOCAUX : ils ont nécessité peu de transport et ont été cueillis à maturité
- DE SAISON : ce sont eux dont mon corps a besoin à ce moment de l'année.

## Répartition des courses

Chaque classe de GS, CP, CE sera partagée en 2 : groupe A et groupe B mixtes (à noter sur le dossard).

Chaque classe de CM sera partagée en 2 : groupe fille et groupe garçon

Pour les classes à double voir triple niveaux vous vous organiserez à votre convenance.

Il y aura ainsi 2 départs dans chaque niveau pour éviter les trop grands groupes, et pour permettre aux coureurs d'être encouragés par les autres.

| Ordre des départs<br>Niveaux de classes                                        | 1          | 2           | 3          | 4           |
|--------------------------------------------------------------------------------|------------|-------------|------------|-------------|
| GS/CP<br>Boucle: 200m<br>Temps de course: 10 min<br><b>1er départ: 13h30</b>   | GS A       | CP A        | GS B       | CP B        |
| CE1/CE2<br>Boucle: 300m<br>Temps de course: 12 min<br><b>1er départ: 13h30</b> | CE1 A      | CE2 A       | CE1 B      | CE2 B       |
| CM1/CM2<br>Boucle: 400m<br>Temps de course: 15 min<br><b>1er départ: 10h</b>   | CM1 Filles | CM1 Garçons | CM2 Filles | CM2 Garçons |

## Consignes de course

Départ: TRANQUILLEMENT derrière les personnes qui vont réguler le 1er tour afin de courir à allure régulière pour effectuer son temps de course sans s'arrêter;

**Aux 3 coups de sifflet s'arrêter et rester sur place, les élèves qui auront effectué les  $\frac{3}{4}$  du parcours (matérialisé par une personne) iront récupérer une dernière paille.** Puis ils iront tous retrouver leur enseignant pour le décompte des pailles.

ZONE DE PASSAGE : Tous les enfants prennent 1 paille dans la ZONE DE PASSAGE chaque fois qu'ils ont effectué un tour auprès de leur enseignant, Chaque enseignant devra venir avec son lot de pailles.

**LES ENSEIGNANTS SONT RESPONSABLES « PAILLES »** (marqueurs/boîte à pailles CHAQUE ENSEIGNANT VIENDRA AVEC SES PROPRES PAILLES + SON GILET JAUNE)

**→ Donner une paille à ses élèves à chaque tour réalisé, et marquer à la fin de la course sur chaque dossard le nombre de pailles récupérées durant la course.**

Lorsque vos élèves ne courent pas, vous devez vous trouver en dehors de la zone de passage.

**AUCUN PARENT NE DEVRA SE TROUVER DANS LA ZONE DE DISTRIBUTION DES PAILLES**

## Résultats

| Niveau de classes et temps de course<br>Résultat attribué | GS/CP<br>10 min<br><i>Boucle de 200m</i> | CE1/CE2<br>12 min<br><i>Boucle de 300m</i> | CM1/CM2<br>filles<br>15 min<br><i>Boucle de 400m</i> | CM1/CM2<br>garçons<br>15 min<br><i>Boucle de 400m</i> |
|-----------------------------------------------------------|------------------------------------------|--------------------------------------------|------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------|
| BRONZE                                                    | 5 PAILLES<br>(800m)                      | 4 PAILLES<br>(1,2km)                       | 4 PAILLES<br>(1,6km)                                 | 5 PAILLES<br>(2km)                                    |
| ARGENT                                                    | 6 PAILLES<br>(1,2km)                     | 5 PAILLES<br>(1,5km)                       | 5 PAILLES<br>(2km)                                   | 6 PAILLES<br>(2.4km)                                  |
| OR                                                        | 7 PAILLES<br>(1,4km)                     | 6 PAILLES<br>(1,8km)                       | 6 PAILLES<br>(2,4km)                                 | 7 PAILLES<br>(2,8km)                                  |

Vous trouverez en annexe une feuille de résultats à compléter. Cette dernière vous permettra de venir chercher à l'accueil les diplômes et les gommettes correspondants aux résultats de course de vos élèves: or, argent ou bronze.

**Tous les CM2 filles et garçons qui auront effectué une course OR seront sélectionnés pour le cross départemental.**

**Cette course est organisée par l'UGSEL du second degré et les enfants seront sous la responsabilité de leurs parents.**

**Cette année, le cross départemental aura lieu:**  
**mercredi 4 novembre 2026**  
**le lieu reste encore inconnu.**

Au plaisir de vous retrouver le jeudi 15 octobre,

Isabelle et Lucie