



CHAMPIONNAT REGIONAL DE RELAIS 2023 (U18U20Se et U15U16)

Inscription par le logiciel FFS + Fichier Excel avec composition des équipes dans l'ordre des départs.

Chaque équipe comportera 3 coureurs

4 Courses et regroupement de catégories : avec distances préconisées

- U18U20Seniors Hommes : 3 x 7.5 kms
- U18U20Seniors Dames : 3 x 5 kms

Pour ces 2 courses : le 1^{er} coureur en CLASSIQUE + les 2 suivants en skate

- U15U16 Hommes : 3 x 4 kms
- U15U16 Dames : 3 x 3 – 3.5 kms

Pour ces 2 courses : les 2ers coureurs en CLASSIQUE + le 3^{ème} en skate

De plus, un relais U11U13 est organisé, **sans compter comme Championnat régional**

- U11U13 Filles : 3 x 1.8 kms *Avec Parcours Technique*
- U11U13 Garçons : 3 x 1.8 kms *Avec Parcours Technique*

Pour ces 2 courses : les 2ers coureurs en CLASSIQUE + le 3^{ème} en skate

Pour l'ENSEMBLE des courses, de U11 à seniors :

- **Un seul sous classement par club est autorisé : Une fille peut remplacer un coureur garçon de la catégorie inférieur uniquement.** *Dans ce cas, une fille U15 peut remplacer un U13 garçon, une fille U20 peut remplacer un garçon U18, par exemple.*
- **Deux sur classement par club sont autorisés,** pour un coureur de même sexe.
 - Soit une U13 fille en catégorie U15/U16 Fille.
 - Soit un U13 garçon en catégorie U15/U16 Garçon.
 - Soit une U16 fille en U18U20Se Dame.
 - Soit un U16 garçon en U18U20Se Homme.

ATTENTION : 1 seul sous classement ou sur classement est autorisé PAR EQUIPE, évidemment

Et il est évident qu'un coureur ne pourra participer qu'à une seule course.

PRIX des inscriptions : 12 Euros par équipe.