

PROCÉDURE D'INSCRIPTION À L'ASSOCIATION SPORTIVE LA MENNAIS

Remplir les documents suivants :

- Autorisation parentale (à remettre en format papier) à l'un des professeurs responsables de l'AS :
mme Lainé, mr Lainé.
- Recueil de consentement (ils vous sont adressés par messagerie lorsque l'autorisation parentale est rendue : à renvoyer en format numérique)
- Chèque de 30 euros à l'ordre de l'association sportive. Cette adhésion permet de participer à toutes les séances de l'AS et toutes les compétitions proposées sauf gros évènements.

Quelques dates pour commencer l'année avant la publication du calendrier :

Cross départemental le mercredi 4 novembre : inscription avant le mardi 14 octobre (autorisation parentale signée, chèque d'adhésion remis)

2 possibilités : course mixte : 2 H / 2 F ou course individuelle : H ou F

Distance pour la course mixte : entre 5000 et 6400m (déroulement : 1 H au départ, puis 1F puis 1H)

Distance en individuelle : CJ F : entre 3000 et 3500 m ; CJ G : entre 4000 et 4500 m