

# CROSS INTER-CLASSE du collège

JEUDI 17 OCTOBRE

Le CROSS 2018-2019 aura lieu jeudi prochain au stade du Guilvinec le matin, les courses se déroulant selon l'ordre suivant :

9h30 : 4èmes

10h15 : 6èmes + CM2 (cycle 3)

10h45 : 5èmes

11h20 : 3èmes

**TOUS les élèves sont dans l'OBLIGATION de participer à cet événement coopératif et solidaire, les élèves dispensés se verront confier d'autres missions (secrétariat de course, distribution des collations...).**

**Le cours de 8h30 à 9h25 sera assuré pour les 5èmes.**

Les **externes** devront attendre 12h25 pour quitter le collège. Ils peuvent acheter un **ticket de cantine** s'ils souhaitent rester déjeuner ce midi-là avec leurs camarades en attendant la remise des récompenses vers 13h30.

Pour participer à ce CROSS dans de bonnes conditions, il est important que les enfants respectent une certaine hygiène de vie :

- Une quantité suffisante de sommeil les jours précédents
- Un petit déjeuner équilibré (au moins 2h avant le départ)
- Une hydratation correcte : boire de l'eau en quantité suffisante, avant, pendant (**APPORTER 1 petite bouteille d'EAU** avec leur prénom écrit dessus) et après l'effort
- Une tenue vestimentaire adaptée : short/ leggings/ jogging+ **t-shirt de couleur** attribuée à la classe + chaussures de sport + tenue de rechange

**Important : les élèves asthmatiques devront avoir leur traitement sur eux durant la course.**

Des COULEURS permettront d'identifier les classes. Merci d'aider votre enfant à porter un HAUT correspondant :

NOIR : 6<sup>ème</sup> A    5<sup>ème</sup> A    4<sup>ème</sup> A    3<sup>ème</sup> A

JAUNE : 6<sup>ème</sup> B    5<sup>ème</sup> B    4<sup>ème</sup> B    3<sup>ème</sup> B

ROSE : 6<sup>ème</sup> C

BLEU : 6<sup>ème</sup> D    5<sup>ème</sup> C    4<sup>ème</sup> C    3<sup>ème</sup> C

A l'issue du CROSS, une collation sera servie à tous les participants.

La remise des récompenses (1 coupe classe/niveau) se fera en début d'après midi avant la reprise des cours.

**Tous les parents qui voudraient venir encourager les enfants pendant les courses sont les bienvenus !!!**

PS : Nous vous rappelons également que depuis la semaine dernière, **l'opération petit déjeuner** au profit du **Secours Populaire** a commencé. Votre enfant peut, à cette occasion, apporter jusqu'au jour du CROSS, des denrées alimentaires non périssables (sucre, confiture, céréales, poudre de cacao...).

Merci de votre contribution à cette opération solidaire.

L'équipe éducative du collège

