

CROSS INTER-CLASSE du collège

JEUDI 18 OCTOBRE

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

9h30 : 5èmes

10h15 : 6èmes + CM2 (cycle 3)

10h45 : 4èmes

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 4èmes et 3èmes.

Les **externes** devront attendre 12h23 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 13h15.

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/ legging/ 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.

CODE COULEUR:

NOIR: 6ème A, 5ème A, 4ème A, 3ème A

JAUNE: 6ème B, 5ème B, 4ème B, 3ème B

BLEU: 5ème C, 4ème C, 3ème C

ROSE: 6ème 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 enseignante
Le Principal