

COMMISSION REGIONALE DU RUNNING
CHAMPIONNATS D'ÎLE-DE-FRANCE DE 10 km
29 octobre 2023
EPREUVE SUPPORT : Foulées Monterelaises

1. Engagements :

- Championnat ouvert aux catégories de cadets à masters ayant une licence compétition.
- L'inscription est faite directement auprès de l'organisateur (renseigner son numéro de licence lors de l'inscription).
- La ligue remboursera aux clubs le montant de l'inscription pour chaque arrivant, licencié compétition, classé au titre des championnats d'Île-de-France de 10km. Celui-ci sera effectué sur le compte de tiers du club.
- Aucune inscription sur place ne sera acceptée.
- **Le port du maillot du club est obligatoire pour tous les athlètes participants aux Championnats d'Île-de-France de 10 km.**

2. Titres décernés :

a. Podiums individuels

- Podium masculin toutes catégories confondues (scratch).
- Podium féminin toutes catégories confondues (scratch).
- Premier de Cadets à Masters 10.
- Première de Cadettes à Masters 10.

b. Par équipe

L'équipe vainqueur est celle qui aura le temps total le moins élevé (addition des 4 meilleurs temps). En cas d'ex-æquo, l'équipe gagnante sera celle dont le 4^{ième} équipier comptant dans l'équipe sera le mieux classé.

- Première équipe hommes Cadets-Juniors.
- Première équipe femmes Cadettes-Juniors.
- Première équipe hommes Espoirs-Seniors-Masters 0.
- Première équipe femmes Espoirs-Seniors-Masters 0.
- Première équipe hommes Masters 1 à Master 10.
- Première équipe femmes Masters 1 à Master 10.

Par équipe mixte avec au moins un homme ou une femme (addition des 4 meilleurs temps).

- Première équipe mixte Cadets-Juniors.
- Première équipe mixte Espoirs-Seniors-Masters 0.
- Première équipe mixte Masters 1 à Masters 10.

Nombre d'athlètes considérés comme mutés et/ou étrangers autorisés à participer : 1 par équipe