



COMMISSION FÉDÉRALE DES ACTIVITÉS

# ATHLÉTIQUES

## (CFAA)

REGLEMENT SPORTIF – SAISON 2025/2026

FÉDÉRATION SPORTIVE & GYMNIQUE DU TRAVAIL

14 rue Scandicci - 93508 Pantin cedex



@FSGTofficial

[www.sportetpleinair.fr](http://www.sportetpleinair.fr) / [www.fsgt.org](http://www.fsgt.org)

---

# REGLEMENT SPORTIF – SAISON 2025/2026

Table des matières	
PRESENTATION.....	3
CATÉGORIES D'ÂGES .....	3
CALENDRIER DES ÉPREUVES FÉDÉRALES FSGT DE LA SAISON 2025-2026 .....	4
INFORMATIONS GÉNÉRALES .....	5
CONDITIONS DE PARTICIPATION ET DE QUALIFICATION .....	6
LES FORMALITES ET DEMANDES DE QUALIFICATION ET D'ENGAGEMENT .....	8
RÉGLEMENTATIONS SPÉCIFIQUES « ÉPREUVES FÉDÉRALES » .....	9
CRITÈRES DE SÉLECTION POUR LES ÉPREUVES INTERNATIONALES .....	14
CONVENTION AVEC LA FÉDÉRATION FRANÇAISE D'ATHLÉTISME (FFA) .....	15
ANNEXES TECHNIQUES .....	16

# PRESENTATION

## Ce règlement sportif définit :

- La réglementation générale des épreuves de la saison 2025-2026
- La réglementation spécifique de tous les championnats de France FSGT
- Les critères de sélection pour les championnats et épreuves de la CSIT et autres
- Les informations relatives à la Commission Fédérale des Activités Athlétiques

## LA LICENCE OMNISPORTS ANNUELLE DE LA FSGT EST VALABLE :

- Soit du 1er septembre au 31 août = saison sportive
- Soit du 1er janvier au 31 décembre = année civile

## LA SAISON SPORTIVE FSGT

- Elle va du 1<sup>er</sup> septembre au 31 août pour toutes les activités athlétiques

# CATÉGORIES D'ÂGES

CATÉGORIES	SIGLE	SEXE	ANNÉES DE NAISSANCE
MINIMOUS / MINIPOUS	MMO	M ou F	Né-es en 2020 et 2021
MOUSTIQUES	MO	M ou F	Né-es en 2017 / 2018 / 2019
POUSSIN-ES	PO	M ou F	Né-es en 2015 et 2016
BENJAMIN-ES	BE	M ou F	Né-es en 2013 et 2014
MINIMES	MI	M ou F	Né-es en 2011 et 2012
CADET-TES	CA	M ou F	Né-es en 2009 et 2010
JUNIOR-ES	JU	M ou F	Né-es en 2007 et 2008
SENIOR-ES 1	S1	M ou F	Né-es entre 1997 et 2006
SENIOR-ES 2	S2	M ou F	Né-es entre 1987 et 1996
VÉTÉRANS 1	V1	M ou F	Né-es entre 1982 et 1986
VÉTÉRANS 2	V2	M ou F	Né-es entre 1977 et 1981
VÉTÉRANS 3	V3	M ou F	Né-es entre 1972 et 1976
VÉTÉRANS 4	V4	M ou F	Né-es entre 1967 et 1971
VÉTÉRANS 5	V5	M ou F	Né-es entre 1962 et 1966
VÉTÉRANS 6	V6	M ou F	Né-es entre 1957 et 1961
VÉTÉRANS 7	V7	M ou F	Né-es entre 1952 et 1956
VÉTÉRANS 8	V8	M ou F	Né-es en 1951 & avant

## Le changement de catégories suit le rythme de la saison sportive et s'effectue au 1er septembre.

- La saison hivernale de cross et salle FSGT commence en novembre/décembre.
- Les enfants de la catégorie "Minimous" ne participent pas aux compétitions officielles (les commissions départementales et/ou régionales peuvent programmer éventuellement des rencontres interclubs adaptées aux très jeunes).

# CALENDRIER DES ÉPREUVES FÉDÉRALES FSGT DE LA SAISON

## 2025-2026

ÉPREUVES	DATES - IMPLANTATIONS
<b>CROSS COUNTRY</b> Minimes à Vétérans	22 février 2026 Haras du Pin (61)
<b>MARCHE NORDIQUE</b> Cadet·tes à Vétérans	22 février 2026 Haras du Pin (61)
<b>SALLE</b> Minimes à Vétérans	15 mars 2026 Val de Reuil (27)
<b>10 &amp; 21 km ROUTE COURSE NATURE</b> Cadet·tes à Vétérans	06 avril 2026 Vitry (94)
<b>PISTE</b> Minimes – Cadet·tes – Junior·es – Senior·es - Vétérans	27 et 28 juin 2026 Saint Denis (93)
<b>COURSE NATURE / TRAIL</b> Junior·es à Vétérans	21 septembre 2026 Souston (40)

Merci aux clubs qui souhaiteraient accueillir une épreuve fédérale au cours de la saison 2026/2027 ou au-delà, d'adresser une demande officielle à la Commission Fédérale des Activités Athlétiques sous couvert de leur comité FSGT d'appartenance.

Les clubs qui accueillent et organisent des épreuves fédérales **peuvent se référer à différents documents** :

1. La Charte Fédérale des activités physiques et sportives de la FSGT
2. Les cahiers des charges des épreuves fédérales de la CFAA
3. Les dispositions à mettre en place pour un éventuel contrôle anti-dopage

En cas de besoin, se rapprocher de la CFAA pour les obtenir :

- Piste et Hors Stade : [athletisme@fsgt.org](mailto:athletisme@fsgt.org)
- Marche Nordique : [marchenordique@fsgt.org](mailto:marchenordique@fsgt.org)

Pour chaque épreuve fédérale, un document d'information est réalisé et adressé par mail le plus tôt possible aux correspondants des clubs et des comités départementaux et régionaux de la FSGT. Dès leur parution, tous les documents (plaquettes, listes des engagés, résultats...) sont également disponibles sur les pages d'activités :

- [Athlé - piste et hors stade](#)
- [Athlé – marche nordique](#)

Au-delà des compétitions organisées par une commission départementale ou régionale (championnat, challenge, etc.), toute compétition organisée par un club affilié à la FSGT et reconnue par sa commission départementale et/ou régionale peut être incluse dans le calendrier FSGT officiel.

Ces compétitions peuvent être ouvertes à des non-licenciés FSGT mais devront répondre à un minimum de critères :

- Mentionner clairement qu'il s'agit d'une compétition de la FSGT,
- Appliquer les règlements techniques et sportifs de la FSGT et de la commission fédérale,
- Adresser l'information à tous les clubs FSGT de sa région.

# INFORMATIONS GÉNÉRALES

## REGLEMENTATION

Pour toutes les épreuves fédérales (athlétisme et marche nordique), une date limite d'inscription est indiquée sur la plaquette correspondant au championnat.

**Passée celle-ci, aucun engagement ne sera accepté.**

- Il est de la **responsabilité des clubs et des athlètes/marcheurs nordiques** de vérifier l'exactitude des renseignements (nom-prénom-catégorie-club) **AVANT** le démarrage de la compétition, de la course, du concours.
- Certaines épreuves (cross, course sur route 10 km, semi et marathon et marche sur route, trail, etc.) **nécessitent le port d'un dossard de catégorie à épingler dans le dos** : il est de la responsabilité des clubs et des athlètes de vérifier **AVANT** le démarrage de la compétition la catégorie et **obligatoire de le porter de manière lisible sous peine de disqualification**.
- **Pour les championnats d'athlétisme (piste, salle, cross), les clubs doivent fournir un minimum d'officiel-les tenant compte du nombre d'athlètes engagés :**
  - en-dessous de 3 athlètes engagé-es = pas d'obligation de fournir un jury
  - de 3 à 10 athlètes engagé-es = 1 jury minimum
  - plus de 10 athlètes engagé-es = un quota de 1 jury pour 10 athlètes minimum

**Si un club ne fournit pas d'officiel-le** et pour ne pas pénaliser les athlètes, ils/elles pourront participer mais ne seront pas classés-es (pas de podium, ni de titre) et leurs performances n'apparaîtront pas sur les résultats. Un-e athlète peut tenir un poste de jury. Des formations d'officiel-les sont mises en place dans certaines régions.

- Les officiel-les se réservent **le droit de refuser à un-e athlète la participation à une épreuve** en raison de son état (d'ébriété, indiscipline, problème de santé, etc.) ou de le/la déclasser (non-respect des jurys, de ses adversaires, etc.)
- **Pour toutes réclamations concernant les décisions du/de la juge-arbitre, une procédure d'appel est mise en place. Une fiche de réclamation est à disposition au secrétariat de la compétition.**

**Elle doit être remplie par un-e responsable du club dans la demi-heure qui suit le problème et** déposée au secrétariat de l'épreuve.

**Un jury d'appel** composé de membres de la commission fédérale désignés avant la compétition se réunira pour examiner le différend et recueillir les témoignages utiles à sa prise de décision.

- Les épreuves de la FSGT peuvent être soumises **au contrôle anti-dopage** : il est évident que les organisateurs doivent prendre les dispositions requises (document disponible sur le site fédéral) et que les athlètes concerné-es ne peuvent s'y soustraire.
- **Pour toutes les épreuves fédérales, aucun changement de catégorie n'est permis.**

En fonction des particularités de chaque épreuve (installations, nombre d'engagé-es, météo, etc.) la CFAA se réserve le droit de modifier et d'adapter ses réglementations et/ou parcours. Les clubs, athlètes et officiel-les seront prévenu-es au plus tard au démarrage de l'épreuve concernée.

## DROITS D'ENGAGEMENT DANS LES EPREUVES NATIONALES DE LA FSGT

Les droits d'engagement aux différentes épreuves fédérales reviennent **en totalité** à la Commission Fédérale des Activités Athlétiques et sont essentiellement utilisés pour couvrir une partie du budget "organisation" des épreuves.

ÉPREUVES	COÛT D'ENGAGEMENTS FÉDÉRAUX
<b>CROSS COUNTRY MINIMES à VÉTÉRANS</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• 4,00 € pour les Senior-es – Vétérans</li><li>• 3,00 € pour les Minimes – Cadet-tes – Junior-es</li><li>• 4,00 € par relais</li></ul>
<b>SALLE MINIMES à VÉTÉRANS</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• 4,00 € par épreuve pour les Senior-es - Vétérans</li><li>• 3,00 € par épreuve pour les Minimes – Cadet-tes – Junior-es</li><li>• 4,00 € par relais</li></ul>
<b>10 &amp; 21 km ROUTE COURSE NATURE</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Montant de l'engagement fixé par l'organisateur dont 4,00 € comprenant la part de la Commission Fédérale.</li></ul>
<b>PISTE MINIMES à VÉTÉRANS</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• 4,00 € par épreuve pour les Senior-es et Vétérans</li><li>• 3,00 € par épreuve pour les Minimes – Cadet-tes – Junior-es</li><li>• 4,00 € par relais</li></ul>
<b>MARCHE NORDIQUE « épreuves techniques » CADET-TES à VÉTÉRANS</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• 5,00 € par épreuve individuelle</li><li>• 5,00 € par épreuve par équipe</li></ul>

## CONDITIONS DE PARTICIPATION ET DE QUALIFICATION

### REGLES ADMINISTRATIVES ET FINANCIERES

- L'affiliation du club à la FSGT pour la saison en cours doit être enregistrée au siège du comité d'appartenance et validée par la fédération.
- Chaque participant-e doit être en possession de la licence omnisports FSGT de la saison sportive ou de l'année civile en cours, validée et revêtue d'une photo d'identité récente. **À tout moment d'une compétition**, les officiel-les et/ou membres de la CFAA **peuvent demander la présentation de la licence**.
- Le club doit avoir fait la demande de qualification de ses athlètes / marcheurs nordiques **en respectant les normes et modalités précisées ci-après et/ou rappelées dans les plaquettes d'information**.
- Le club doit être en règle de **tous les aspects financiers vis-à-vis de la CFAA**. Les athlètes / marcheurs nordiques dont les clubs ont des dettes ne pourront pas prendre part aux compétitions.
- **Les frais d'engagements** (y compris pour les repêchages) **doivent être réglés avant le championnat** (sans remboursement en cas de non-participation et sous forme d'avoir pour les repêchages refusés).
- Les athlètes sélectionné-es doivent obligatoirement concourir (participation et protocole) aux compétitions **avec le maillot ou survêtement du club** pour lequel ils/elles sont engagé-es.

## CRITERES ET DEMANDES DE QUALIFICATION

La participation régulière aux compétitions de la FSGT est le critère premier et essentiel pour être sélectionné-e aux différentes compétitions de niveau national : l'objectif des Championnats de France FSGT est d'organiser des épreuves de masse, accueillant le plus grand nombre possible de **pratiquant-es réguliers** appréciant les activités proposées par la FSGT qu'elles soient locales, départementales, régionales, nationales, internationales.

Seules les conditions techniques d'organisation (capacité d'accueil, horaires, installations...) peuvent limiter la participation de tous ceux et toutes celles qui auront satisfait aux critères retenus.

Les critères de qualification tiennent également compte de la région d'implantation des clubs :

- Dans les régions où les activités athlétiques FSGT sont implantées et permettent l'élaboration d'un calendrier départemental et/ou régional, les critères ci-dessous doivent être respectés.
- Dans les régions où les activités athlétiques FSGT sont peu développées et ne permettent pas l'organisation d'épreuves officielles, **des dérogations sont acceptées par la CFAA** et les athlètes concerné-es doivent être obligatoirement licencié-e à la FSGT depuis 2 mois minimum.

En fonction des épreuves, <b>les critères de sélection</b> sont les suivants :		
<b>Championnats de France FSGT</b>		<b>Épreuves qualificatives obligatoires sauf dérogation</b>
<b>CROSS COUNTRY</b> <b>Minimes à Vétérans</b>		Cross départemental <b>et</b> cross régional FSGT : les athlètes sont directement qualifié-es. En cas de non-participation à un des 2 cross qualificatifs, une demande de repêchage est possible avec la participation à 1 autre cross FSGT <b>du calendrier de la saison en cours.</b>
<b>SALLE</b> <b>Minimes à Vétérans</b>		Championnat régional FSGT : les athlètes sont directement qualifié-es (*). Une demande de repêchage est possible avec la participation à 2 autres compétitions FSGT <b>du calendrier de la saison de salle en cours.</b>
<b>10 km ROUTE -</b> <b>COURSE NATURE - EKIDEN -</b> <b>5 &amp; 10 km MARCHÉ</b> <b>Cadet-tes à Vétérans</b>		Licence FSGT sportive ou civile de la saison en cours.
<b>PISTE</b>	<b>Minimes à Senior-es 1</b>	Championnats départemental et régional FSGT : les athlètes sont directement qualifié-es (*). Une demande de repêchage est possible avec la participation à 2 autres compétitions FSGT <b>du calendrier de la saison de piste en cours.</b>
	<b>Senior-es 2 à Vétérans</b>	4 compétitions officielles FSGT <b>de la saison en cours</b> en tant qu'athlète ou jury ou accompagnateur aux compétitions.

(\*) Pour ces épreuves fédérales, l'athlète, quelle que soit sa catégorie, doit OBLIGATOIREMENT avoir participé à l'épreuve demandée en compétition FSGT dans la saison concernée (salle ou piste)

**Un athlète se présentant le jour de la compétition sans avoir été préalablement engagé-e par son club en respectant la procédure ne pourra pas participer même hors classement.**



# LES FORMALITES ET DEMANDES DE QUALIFICATION ET D'ENGAGEMENT

## FORMALITES D'ENGAGEMENT

Pour le cross, la salle, la piste et la marche nordique aucune demande émanant des clubs sans respecter la réglementation ci-dessous ne sera retenue.

**Attention** chaque inscription à un championnat comporte une **date limite d'inscription à respecter**.

### CROSS COUNTRY / SALLE / PISTE / MARCHE NORDIQUE

- **Les clubs** inscrivent les athlètes, marcheurs et marcheuses nordiques ainsi que les relais selon la modalité d'inscription indiquée dans la plaquette du championnat. Les clubs indiquent également les demandes de repêchage (pour le cross, la salle et la piste).
- **Pour la salle et la piste**, les clubs inscrivent les athlètes **avec des performances d'engagement**.
- **Les comités, régions** (via les commissions d'athlétisme si elles existent) valident les demandes d'inscription et de repêchage des clubs (au maximum à la date limite indiquée) envoyées par la CFAA.
- **La CFAA** publie la liste **des athlètes** engagés sur les pages d'activités :
  - [La page des activités Piste et hors stade](#)
  - [La page des activités Marche nordique](#)

### ROUTE – COURSE NATURE – MARCHE – EPREUVES COMBINEES...

- **Les clubs** inscrivent les athlètes et les relais selon la modalité d'inscription indiquée dans la plaquette du championnat. Les clubs indiquent également les demandes de repêchage.

**Pour toutes épreuves fédérales, le règlement des engagements :**

- Est à adresser par courrier postal à : **FSGT – CFAA – 14 rue Scandicci – 93508 PANTIN CEDEX** (chèque à l'ordre de la FSGT – mettre au dos le nom du club ainsi que le nom et la date du championnat).
- Le paiement des inscriptions peut également se faire par virement bancaire/postal

**Crédit Mutuel**

CCM MULHOUSE PORTE OUEST  
Tél 03-20-88-60-30  
12 RUE DE BRUNSTATT BP 2157  
68060 MULHOUSE CEDEX

Identifiant national de compte bancaire - RIB

Code Banque	Code Guichet	Numéro de Compte	Cde RIB	Domiciliation
10278	03003	00020002445	45	CCM MULHOUSE PORTE OUEST

Identifiant international de compte bancaire

IBAN (International Bank Account number)

FR76	1027	8030	0300	0200	9244	545
------	------	------	------	------	------	-----

SIC (Bank Identification Code)

CMCPR2A

TITULAIRE DU COMPTE  
ACCOUNT OWNER

FEDERATION SPORTIVE ET GYMNIQUE  
DU TRAVAIL

14 RUE SCANDICCI  
93508 PANTIN CEDEX

Remarques :

- Participer, signifie aussi bien la participation effective à une épreuve en tant qu'athlète, que le fait d'avoir tenu un poste officiel lors d'une compétition.
- Cas des nouveaux licenciés : la demande de qualification peut être sollicitée à condition qu'ils/elles aient participé au "tour précédent" du championnat pour lequel la demande est faite.



## PROTOCOLE DE REMISE DE RECOMPENSES

Lors de chaque compétition nationale, le protocole est placé sous la responsabilité des membres de la Commission Fédérale des Activités Athlétiques. Il fait partie de la compétition et il est impératif de le respecter :

- Les médailles sont remis au podium le plus tôt possible après les épreuves individuelles (concours et certaines courses et marches) et dès que les classements par équipes sont établis.
- Il est obligatoire que le maillot du club de chaque athlète médaillé soit visible sur le podium (ou toute autre tenue officielle du club d'appartenance).

Les officiel-les sont chargé-es de veiller à ces dispositions en accompagnant les trois premiers de chaque catégorie au podium après vérification du classement par les juges-arbitres. Il est de la responsabilité des dirigeant-es des clubs d'informer les athlètes de ces dispositions.

## RÈGLEMENTATIONS SPÉCIFIQUES « ÉPREUVES FÉDÉRALES »

### CHAMPIONNAT DE FRANCE FSGT DE CROSS-COUNTRY

*Minimes – Cadet-tes – Junior-es – Senior-es TC - Vétérans TC Individuel et relais (TC)*

**CLASSEMENTS INDIVIDUELS = Aucun changement de catégorie n'est permis**

- Médaille OR - ARGENT - BRONZE à chacun des trois premier-ères de chaque catégorie d'âge.
- Titre de champion de France FSGT à l'athlète classé-e premier-ère de chaque catégorie.

**CLASSEMENTS PAR EQUIPES = Aucun changement de catégorie n'est permis (sauf relais TC)**

- Médaille OR – ARGENT – BRONZE à chaque athlète des trois premières équipes, par épreuve et par catégorie précisées ci-dessous.
- Titre de champion de France FSGT à chaque athlète de la première équipe de chaque catégorie précisée ci-dessous.
- Les classements des deuxièmes ou troisièmes équipes de club se comptabilisent dès le quatrième ou cinquième athlète.

### RELAIS

Il sera organisé sur la petite boucle du cross. Les équipes doivent être composées de 4 athlètes (2 hommes et 2 femmes), toutes catégories confondues. Les 3 premières équipes seront récompensées :

- Médaille OR – ARGENT – BRONZE à chacun-e des 4 athlètes (2 hommes et 2 femmes) des trois premières équipes.
- Titre de champion de France FSGT à chacun-e des 4 athlètes de la première équipe toutes catégories.

CATEGORIES	FEMININES	MASCULINS
Minimes	3	3
Cadets	3	3
Juniors	3	3
Seniors 1 & 2 confondus (scratch)	3	4
Vétérans 1 / 2	3	4
Vétérans 3 / 4	3	3
Vétérans 5 / 6 / 7 / 8 confondus (scratch)	3	3

# CHAMPIONNAT DE FRANCE FSGT EN SALLE

*Minimes – Cadet·tes – Junior·es – Senior·es TC - Vétérans TC*

**Les athlètes ne sont autorisés à participer qu'à 3 épreuves plus le relais.**

Précisions :

- Relais : pas d'équipe 2 dans la finale A si l'équipe 1 du club est déjà qualifiée dans cette finale.
- Seules les courses de 60 m plat donnent lieu à des séries et finales.
- Dans les autres courses, les meilleurs temps d'engagement seront regroupés dans des finales A, B, C, etc., mais les titres et podiums seront établis toutes finales confondues.
- Pour les courses, confirmation des inscriptions à la chambre d'appel au minimum 30 minutes avant l'épreuve.
- Pour les concours, confirmation des inscriptions auprès des officiel·les au démarrage de l'échauffement de l'épreuve.
- Pour les départs des courses de vitesse, un 2ème faux départ du même athlète entraîne son élimination.
- **Les athlètes SENIOR·ES 1 et 2 participent dans une seule catégorie "SENIOR·ES"** avec le classement et les critères des courses et concours des senior·es 1.
- **Les athlètes VÉTÉRANS toutes catégories participent dans une seule catégorie "VÉTÉRANS"** avec le classement et les critères des courses et concours des vétérans 1.

## CLASSEMENTS INDIVIDUELS

- Médaille OR - ARGENT - BRONZE à chacun des trois premier·ères de chaque catégorie d'âge.
- Titre de champion de France FSGT à l'athlète classé·e premier·ère de chaque catégorie.

## CLASSEMENTS PAR EQUIPES (relais)

- Médaille OR – ARGENT – BRONZE à chacun·e des 6 athlètes (TC hors minimes – 3 hommes et 3 femmes) ou 4 pour les minimes (2 garçons et 2 filles) des trois premières équipes.
- Titre de champion de France FSGT à chacun·e des 6 athlètes de la première équipe toutes catégories et des 4 athlètes minimes.

# CHAMPIONNAT DE FRANCE FSGT DE PISTE

*Minimes – Cadet·tes – Junior·es – Senior·es TC - Vétérans TC*

**Les athlètes ne sont autorisés à participer qu'à 3 épreuves par jour plus les relais.**

Précisions :

- Pour les courses, confirmation des inscriptions à la chambre d'appel au minimum 30 minutes avant l'épreuve. Si l'engagement n'est pas confirmé dans les temps, l'athlète ne pourra pas participer.
- Pour les concours, confirmation des inscriptions auprès des officiel·les au démarrage de l'échauffement de l'épreuve.
- Pour les départs des courses de vitesse, un 2ème faux départ du même athlète entraîne son élimination.
- Si le nombre de concurrent·es est trop faible dans une catégorie, la CFAA se réserve la possibilité de grouper les athlètes de différentes catégories dans une même course sans changement pour l'attribution des titres et médailles.

## CLASSEMENTS INDIVIDUELS = Aucun changement de catégorie n'est permis

- Médaille OR - ARGENT - BRONZE à chacun des trois premier·ères de chaque catégorie d'âge.
- Titre de champion de France FSGT à l'athlète classé·e premier·ère de chaque catégorie.

## CLASSEMENTS PAR EQUIPES (relais) = Aucun changement de catégorie n'est permis

- En minimales 4 x 80 m et 4 x 150 m = médaille OR – ARGENT – BRONZE à chacun·e des 4 athlètes des trois premières équipes par catégorie ET titre de champion de France FSGT à chacun·e des 4 athlètes de la première équipe.
- 4 x 100 m par catégories et 500 m x 400 m x 300 m x 200 m x 100 m **toutes catégories (sauf minimales)** = médaille OR – ARGENT – BRONZE à chacun·e des 4 ou 5 athlètes des trois premières équipes toutes catégories ET titre de champion de France FSGT à chacun·e des 4 ou 5 athlètes de la première équipe.

## CHAMPIONNAT DE FRANCE FSGT ROUTE 10KM / 21KM

*10KM : Cadet·tes – Junior·es – Senior·es TC – Vétérans TC*

*21KM : Junior·es – Senior·es TC – Vétérans TC*

## CLASSEMENTS INDIVIDUELS

- En cas de course ouverte à des athlètes hors FSGT, les 3 premier·ères FSGT seront récompensé·es par la CFAA pour le championnat et les 3 premier·ères de la course par le club organisateur selon les catégories prévues.
- Médaille OR - ARGENT - BRONZE à chacun des trois premier·ères de chaque catégorie d'âge.
- Titre de champion de France FSGT à l'athlète classé·e premier·ère de chaque catégorie.

## CLASSEMENTS PAR EQUIPES

- Equipe mixte composée de 3 athlètes toutes catégories
- Médaille OR – ARGENT – BRONZE à chacun·e des 3 athlètes des trois premières équipes.
- Titre de champion de France FSGT à chacun·e des 3 athlètes de la première équipe.

## CHAMPIONNAT DE FRANCE FSGT COURSE NATURE OU TRAIL

*Junior·es – Senior·es TC – Vétérans TC*

## CLASSEMENTS INDIVIDUELS

- Médaille OR - ARGENT - BRONZE à chacun des trois premier·ères de chaque catégorie d'âge.
- Titre de champion de France FSGT à l'athlète classé·e premier·ère de chaque catégorie.

## CLASSEMENTS PAR EQUIPES

- Equipe mixte composée de 3 athlètes toutes catégories
- Médaille OR – ARGENT – BRONZE à chacun·e des 3 athlètes des trois premières équipes.
- Titre de champion de France FSGT à chacun·e des 3 athlètes de la première équipe.

# CHAMPIONNAT DE FRANCE FSGT MARCHE NORDIQUE (MN)

Les épreuves de marche nordique « technique » sont à allure libre et non chronométrées. Le collectif MN de la CFAA a décidé de réduire le nombre de catégories à 3 pour cette 1ère édition.

## CATEGORIES ET DISTANCES

REGLMENTATION COMPETITION TECHNIQUE (ALLURE LIBRE)	DISTANCES
<b>Femmes 1</b> : Cadettes, Juniors, Seniors F1 et F2, V1F et V2F	3750 à 4500 mètres - 3 tours de circuit
<b>Femmes 2</b> : V3 F, V4 F, V5 F	3750 à 4500 mètres - 3 tours de circuit
<b>Femmes 3</b> : V6 F, V7 F, V8 F	2500 à 3000 mètres - 2 tours de circuit
<b>Hommes 1</b> : Cadets, Juniors, Seniors H1 et H2, V1H et V2H	4500 à 5500 mètres - 4 tours de circuit
<b>Hommes 2</b> : V3 H, V4 H, V5 H	4500 à 5500 mètres - 4 tours de circuit
<b>Hommes 3</b> : V6 H, V7 H, V8 H	3750 à 4500 mètres - 3 tours de circuit
<b>Équipes Mixtes</b> : 1 H 1 F (même catégorie d'âge)	2500 à 3000 mètres - 2 tours de circuit

## LES EPREUVES PROPOSEES POUR LA 1ERE EDITION

### Circuit et installation

Le circuit d'une longueur de 1350 mètres environ avec un faible dénivelé (D+ de 20 mètres maximum) et un sol agréable pour la marche nordique sera proposé par le comité de l'Orne FSGT.

### Deux zones techniques sont implantées sur le circuit :

- 1 espace de 30 mètres pour une évaluation technique de marche nordique en double propulsion sur 2 pas en continuité de mouvement
- 1 espace plat de 30 mètres pour une évaluation de la pratique de la marche nordique en amplitude et à allure lente avec continuité de mouvement

### Épreuves proposées dans un créneau de 10h00 et 16h00

## UNE EPREUVE MASCULINE

**Distance** : 4500m à 5500m (catégories H1 et H2) / 3750m à 4590m (catégorie H3) sur un circuit herbeux, allure libre

### Jugement sur :

- Les fondamentaux du geste technique
- **Les ateliers techniques** :
  - Marche Nordique en double propulsion sur 2 pas
  - Marche nordique à allure lente en amplitudes

### Classement par points sur les évaluations des juges experts.

- Classement individuel par catégorie d'âge.
- Classement par équipe de club de 3 hommes toutes catégories d'âge confondues

## UNE EPREUVE FEMININE

**Distance :** 3750m à 4500 m (catégories F1 et F2) / 2500m à 3000m (catégories F3) sur un circuit herbeux, allure libre

### Jugement sur :

- Les fondamentaux du geste technique
- **Les ateliers techniques :**
  - Marche Nordique en double propulsion sur 2 pas
  - Marche nordique à allure lente en amplitudes

### Classement par points sur les évaluations des juges experts.

- **Classement individuel par catégorie d'âge.**
- **Classement par équipe de club de 3 femmes toutes catégories d'âge confondues**

## UNE EPREUVE PAR EQUIPE MIXTE DE 2 DE LA MEME CATEGORIE D'AGE (DUO)

**Distance :** 2500 mètres à 3000m sur un circuit herbeux, allure libre - 2 tours de circuit

- 1er tour : Homme devant
- 2nd tour : Femme devant
- Distance entre les 2 partenaires 3 à 4 mètres.

## DEPART

Pour les 3 épreuves, le départ des concurrent-es sera échelonné de 8 à 10 secondes dans l'ordre croissant des numéros des dossards. Les concurrent-es seront équipés de 2 dossards visibles (1 ventral et 1 dorsal). Les concurrents et concurrentes auront la possibilité de s'inscrire à 2 épreuves.

## RAVITAILLEMENT (sécurité collective)

**Les camelbacks et les sacs à dos sont interdits.**

Boisson uniquement sur le point de ravitaillement organisé sur le circuit.

- Entrée dans la zone de ravitaillement, bâtons désolidarisés des mains, pointes tenues vers le sol.
- Entrée sur le circuit : bâtons repris en main dans la zone tampon.
- Contrôle entrée et sortie ravitaillement pour application des consignes.

Une sanction de 1 point est prévue pour les personnes qui ne suivront pas les règles imposées.

## CLASSEMENTS INDIVIDUELS = Aucun changement de catégorie n'est permis

- Classement par points
- Médaille OR - ARGENT - BRONZE à chacun des trois premier-ères de chaque catégorie d'âge.
- Titre de champion de France FSGT à l'athlète classé-e premier-ère de chaque catégorie.

## CLASSEMENTS PAR EQUIPES

- Les 3 premiers du même club (Cf classement individuel par point) toutes catégories confondues, font le classement de l'équipe et ainsi de suite pour les équipes suivantes.

- Médaille OR -- ARGENT -- BRONZE à chaque athlète des trois premières équipes, par épreuve et toutes catégories confondues.

Titre de champion de France FSGT à chaque athlète de la première équipe de chaque catégorie précisée ci-dessus.

## CLASSEMENT DE L'ÉPREUVE MIXTE

- Médaille OR - ARGENT - BRONZE à chacun-e des 2 athlètes (1 homme et 1 femme de la même catégorie d'âge) des trois premières équipes.
- Titre de champion de France FSGT à chacun-e des 2 athlètes de la première équipe des catégories proposées.

## EXPERTS ET FORMATION

Environ 12 juges experts seront nécessaires pour assurer le bon déroulement des épreuves.

Les clubs devront proposer un ou des juges experts en marche nordique.

Une formation fédérale a été organisée les 7 et 8 novembre 2025 à Louplandes (72) près du Mans 72

Les jurys seront organisés par le collectif MN de la CFAA.

# CRITÈRES DE SÉLECTION POUR LES ÉPREUVES INTERNATIONALES

## RÉGLEMENTATION SÉLECTION INTERNATIONALE

Régulièrement, la CFAA est sollicitée pour constituer des sélections d'athlètes participant à des épreuves internationales (officielles et amicales) de la CSIT et Unions Internationales.

La procédure suivante est appliquée (tout cas non prévu ou toute dérogation aux présents critères sera examiné-e par la CFAA).

Ressort de la CFAA :

- Les pré-sélections puis sélections sont déterminées par la Commission Fédérales des Activités Athlétiques ou un de ses collectifs de travail dûment habilité.

Prérequis demandé par la FSGT nationale :

- Pour prétendre à une sélection au titre de la CFAA, les athlètes doivent être adhérent-es de la FSGT depuis **deux saisons complètes**, antérieures à l'année de la compétition concernée.
- Au moment de la sélection, **la licence doit obligatoirement avoir été souscrite et validée**.
- Les athlètes sélectionnés doivent être **majeur-es le jour du départ**.
- Les sélections étant à la fois constituées à partir de la **qualité** (performance sportive) mais aussi de la **régularité** et de la **fidélité** aux activités de la FSGT, plusieurs critères sont pris en compte :
  - Les résultats des championnats fédéraux (notamment dans la spécialité) précédant de plusieurs mois la compétition concernée, et si besoin, les résultats des championnats fédéraux précédant de plusieurs années ladite compétition.
  - Le nombre d'athlètes pouvant être sélectionnés et le nombre d'épreuves à réaliser pour un-e même athlète (piste notamment)

- La participation régulière aux épreuves du calendrier FSGT
- L'engagement dans la vie associative au sein de la FSGT (section, club, comité, région, fédération)
- Un-e athlète ayant déjà bénéficié de plusieurs sélections ne sera pas obligatoirement prioritaire.
- Avant la sollicitation des athlètes, l'accord du club et du comité devra avoir été obtenu.
- La confirmation de l'athlète ne sera effective :
  - Qu'à partir du moment où la participation financière aura été réglée en totalité (plusieurs règlements sont possibles).
  - Après cette confirmation "financière", la CFAA vérifie que l'athlète continue de participer régulièrement (entre la sélection et la compétition internationale) aux compétitions de la FSGT (départementales, régionales, fédérales) notamment dans les spécialités pour lesquelles il/elle est qualifié-e.
  - Les athlètes sélectionné-es, leurs entraîneur-es et dirigeant-es s'engagent à maintenir la meilleure condition physique possible pour la sélection et **de prévenir la CFAA en cas de blessure et/ou d'absences répétées aux entraînements.**
  - Le non-respect de l'un ou de ces points peut entraîner la non-qualification des athlètes sélectionné-es.
- Chaque athlète sélectionné-e s'engage à respecter les contraintes du déplacement et du programme sportif, culturel, touristique, quels que soient les changements éventuels intervenant durant le séjour. Chacun-e devra observer un comportement irréprochable tant vis-à-vis de l'ensemble des membres de la délégation FSGT, que des autres délégations et organisations d'accueil. Tout comportement anormal et/ou immoral sera examiné par la Commission Fédérale des Activités Athlétiques au retour.
- Le RDD (Responsable de délégation) et les entraîneur-es feront partis de la CFAA. Aucun accompagnateur/accompagnatrice autre que ceux/celles validé-es par la CFAA ne pourra prendre part aux déplacements, même en acquittant la totalité des frais de participation.

En 2026 doit avoir lieu une épreuve internationale :

- **La Course sur route d'Armagh en Irlande (3 km ou 5 km).**

À cette occasion, la CFAA est sollicitée pour constituer une sélection d'athlètes afin d'y participer.

Les derniers championnats de France FSGT de piste et/ou cross et/ou de course sur route, serviront notamment de base pour une pré-sélection.

## CONVENTION AVEC LA FÉDÉRATION FRANÇAISE D'ATHLÉTISME (FFA)

La FFA a apporté des modifications à son règlement des manifestations running de 2025, pour toutes les personnes non-licenciées à la FFA, dont les licencié-es de la FSGT, souhaitant s'inscrire aux manifestations open organisées ou autorisées par la FFA, il est obligatoire de suivre le Plan de prévention santé (PPS) mis en place par la FFA et qui délivre une attestation permettant de s'inscrire aux courses pédestres et valable 3 mois.

**Une nouvelle convention est en cours de pourparlers avec la Fédération Française d'Athlétisme.**



# ANNEXES TECHNIQUES

## RECOMMANDATIONS POUR LES DISTANCES DES CROSS

COURSES	DISTANCES			
	CROSS D'OUVERTURE DE SAISON	CROSS DEPARTEMENTAL	CROSS REGIONAL	CROSS FEDERAL
MOF	800 m	800 m	800 m	-
MOG	800 m	800 m	800 m	-
POF	1200 m	1400 m	1600 m	-
POM	1200 m	1400 m	1600 m	-
BEF	2000 m	2100 m	2200 m	-
BEM	2200 m	2400 m	2600 m	-
MIF	2200 m	2400 m	2500 m	2600 m
MIM	2800 m	3000 m	3200 m	3400 m
CAF	2800 m	3000 m	3200 m	3400 m
CAM	3400 m	3600 m	3800 m	4000 m
JUF	3200 m	3400 m	3600 m	3800 m
JUM	4000 m	4300 m	4600 m	5000 m
SEF/VF1-2	4000 m	4300 m	4600m	5000 m
S1M/S2M	6600 m	7400 m	8200 m	9000m
VF3-4-5-6-7-8	3200 m	3400 m	3600 m	3800 m
VM1-2	6000 m	6600 m	7300 m	8000m
VM3-4	5000 m	6000 m	6500 m	7000m
VM5-6-7-8	4000 m	5000 m	5500 m	6000 m

## POIDS DES ENGIN

CATEGORIES D'AGES	POIDS	DISQUE	JAVELOT	MARTEAU
POM	2	0,800	0,400	Ballonde 2
POF	1	0,600	0,400	Ballonde 1
BEM	3	1	0,500	3
BEF	2	0,600	0,400	2
MIM	4	1,250	0,600	4
MIF	3	0,800	0,500	3
CAM	5	1,500	0,700	5
CAF	3	0,800	0,600	3
JUM	6	1,750	0,800	6
JUF	4	1	0,600	4
S1M	7,26	2	0,800	7,26
S1F	4	1	0,600	4
S2M	6	1,750	0,800	6

S2F	4	1	0,600	4
V1M-V2M	5	1,5	0,700	5
V1F-V2F	3	0,800	0,500	3
V3M-V4M	4	1,250	0,600	4
V3F-V4F	3	0,800	0,500	3
V5M-V6M	3	1	0,500	3
V5F-V6F	2	0,600	0,400	2
V7M-V8M	2	0,800	0,400	2
V7F-V8F	1	0,600	0,400	1

## COMPETITIONS ENFANTS MOUSTIQUES

COURSE	LANCER	SAUT	RELAIS
50 m	Vortex	Longueur (au pied)	4 x 50 m
400 m	Anneau (400 g)	Triple bon sans élan	
50 m Haies (0,40)	Médecine-ball 1 kg lancer latéral à deux mains (sans élan)		4 x 50 m haies
600 m marche			

**Il est essentiel d'accroître la fluidité et de diminuer le temps d'attente pour les enfants (moustiques).**

**ÉVITEZ LES MESURES ET PRIVILEGIEZ LES ZONES DE POINTS.**

Longueur : 1,5 / 2 / 2.5 / 3 / 3,5 mètres

Vortex et anneau : 5 / 10 / 15 / 20 / 25 mètres

Médecine ball : 3 / 4 / 5 / 6 / 7 / 8 mètres

Pour les enfants, acceptation d'un relais mixte dans une même catégorie.

Pour la longueur moustiques, prendre la mesure au pied de l'enfant et non pas au bord du bac.

## AUTRES COMPETITIONS ENFANTS, JEUNES ET ADULTES

MARCHE			STEEPLE		
CATEGORIES	SALLE	PISTE	Si pas assez de participant-es : une seule course regroupant les différentes catégories avec hauteur la plus basse		
POM – POF	1000 m	1000 m	CAM / JUM	1500 m	0,91
BEM – BEF	1000 m	2000 m	S1M / S2M	3000 m	0,91
MIM – MIF	3000 m	3000 m	VM 1-2	1500 m	0,91
Pour les autres catégories	3000 m	5000 m	VM 3-4-5-6 + catégories Féminines	1500 m	0,76

CATEGORIES	HAIES COURTES		HAIES LONGUES	
MOM / MOF	50 m	0,40	-	-
POM / POF	50 m	0,50	-	-
BEM	80 m	0,76	180 m	0,70
BEF	50 m	0,70	180 m	0,70
MIM	100 m	0,84	250 m	0,76
MIF	80 m	0,76	250 m	0,76
CAM	110 m	0,91	320 m	0,84
CAF	100m	0,76	320 m	0,76
JUM	110 m	1,00	400 m	0,91
JUF	100 m	0,84	400 m	0,76
S1M	110 m	1,06	400 m	0,91
S1F	100 m	0,84	400 m	0,76
S2M	110 m	1,00	400 m	0,84
S2F	100 m	0,76	400 m	0,76
V1M-V2M	100 m	0,91	400 m	0,76
V1F-V2F	100 m	0,76	400 m	0,70
V3M-V4M	100 m	0,84	320 m	0,70
V3F-V4F	100 m	0,70	320 m	0,70
V5M-V6M			320 m	0,70
V5F-V6F			320 m	0,70