

la 42^e foulée blanche

Autrans

du 22 au 26
janvier
2020

Autrans
Méaudre *



Foyer de ski de fond
et de saut

Foulée des enfants

Jeudi 23 janvier

Comment s'inscrire

1. Remplir, **sous format informatique**, la fiche de renseignements (n°2).
2. Remplir **le bulletin d'inscription** (n°3) **sous format informatique dans le fichier Excel et retournez-le.** (Si vous avez une classe à double niveau CE / CM merci de remplir 1 bulletin pour chaque niveau). **Aucun bulletin rempli à la main ne sera pris en compte.**
3. Une fois votre dossier d'inscription complété (fiche de renseignements et bulletin d'inscription), nous le retourner à l'adresse mail de la Foulée Blanche (isa-fouleeblanche@orange.fr) **avant le mardi 7 janvier 2020 impérativement.**
4. Nous faire parvenir par courrier, dans les 5 jours après votre inscription, votre règlement par chèque, libellé à l'ordre de la Foulée Blanche. Votre inscription ne sera validée et traitée que lorsque nous aurons reçu votre paiement. Merci de ne pas attendre pour nous envoyer votre règlement.
5. La réception des réponses de votre livret, au plus tard, **le jeudi 16 janvier 2020** validera votre participation à la course avec bonus.

Prix de l'inscription par enfant : 3,50 euros

Contact

La Foulée Blanche
« Foulée des Enfants »
138 voie de la Foulée Blanche
38880 AUTRANS

Tel : 04 76 95 37 37

Contact Foulée des Enfants : isa-fouleeblanche@orange.fr

E mail Foulée Blanche : contact@lafouleeblanche.com

Site : www.lafouleeblanche.com

Parcours ski

Pour le matériel :

2 cas de figure :

- **La classe a la possibilité de visiter les expositions avant la course** : Les classes ayant besoin de louer du matériel au foyer de fond devront le faire avant de se rendre sur les expositions, et le déposer dans une zone prévue à cet effet afin d'être prêtes pour l'heure des courses. Les classes arrivant avec leur matériel pourront elles aussi le déposer au même endroit.
- **La classe ira sur les expositions après la course** : pas de difficulté pour elle, il lui suffira d'entreposer son matériel dans la zone réservée ou le rendre au foyer de fond pour aller sur les expos.

⇒ **10h30** : Départ du parcours 3 km des CM

⇒ **10h45** : Départ du parcours 1.5 km des CE

⇒ **A partir de 11h00** : premières arrivées



Règlement

⇒ Style **classique imposé**, skis à écailles ou à farter.

⇒ 2 contrôleurs de style se positionneront sur le parcours pour vérifier le respect de la technique classique (risque de pénalité).

Nous vous rappelons qu'il s'agit d'une journée ludique de découverte du ski nordique et que la compétition ne doit pas être le but premier de cette rencontre.

⇒ **13h30** : Tirage au sort des gros lots.

Nous remettons les lots uniquement aux classes présentes ou représentées

⇒ **14h00** : Remise des prix

La distribution des goûters se fera après la course et avant la remise des prix, chaque enseignant devra se présenter au stand de ravitaillement pour retirer 1 sac unique pour sa classe.

Classements :

1 - Pas de classement individuel sur le podium. Un diplôme de participation sera remis à chaque enfant par l'intermédiaire de son enseignant, dans les jours suivants la manifestation,

Diplôme Foulée d'or	Jusqu'à 30 % du temps du premier
Diplôme Foulée d'argent	De 31 à 60 % du temps du premier
Diplôme Foulée de bronze	De 61 à 80 % du temps du premier
Diplôme de participation	Au-delà de 80 % du temps du premier

2 – Classements par classe : moyenne des temps réalisés par tous les élèves de la classe sur un même parcours.

Nous remettons un trophée sur le podium aux :

3 premières classes du 1,5 km plaine

3 premières classes du 3 km plaine

3 premières classes du 1,5 km montagne

3 premières classes 3 km montagne

3 - Les lots pour les classes seront attribués par tirage au sort.

INFO LOTS 2020 :

Les classes tirées au sort pour les « chèques récompenses » doivent **impérativement** utiliser la somme gagnée dans l'année scolaire en cours pour en faire bénéficier les enfants qui ont participé à la course. Tout règlement d'activité, sortie, matériel pédagogique, devra intervenir avant **le 30 juin 2020**, il ne sera pas possible de faire de dérogation, nous vous remercions de respecter cette consigne.

Livret éducatif et animations

Le livret éducatif est préparé par la DSDEN 38, l'USEP et la Foulée Blanche

EN CLASSE

Le thème pour cette année est : « La harcèlement scolaire »

Vous trouverez sur notre site www.lafouleeblanche.com dans l'onglet « enfants », **le lien du site EPS 38** pour compléter le livret éducatif disponible à partir de mi-décembre 2019.

Les réponses aux questions du livret éducatif seront prises en compte dans le calcul du classement ski par classe, sur lequel seront déduites des secondes selon les réponses exactes apportées. L'envoi de votre fiche réponse à la Foulée Blanche validera également votre participation à la course avec bonus :

PARCOURS DES CE	PARCOURS DES CM
5 bonnes réponses sur 5 = 120 secondes en moins	5 bonnes réponses sur 5 = 140 secondes en moins
4 bonnes réponses sur 5 = 100 secondes en moins	4 bonnes réponses sur 5 = 120 secondes en moins
3 bonnes réponses sur 5 = 80 secondes en moins	3 bonnes réponses sur 5 = 100 secondes en moins
2 bonnes réponses sur 5 = 60 secondes en moins	2 bonnes réponses sur 5 = 80 secondes en moins
1 ou 0 bonne réponse sur 5 = 40 secondes en moins	1 ou 0 bonne réponse sur 5 = 60 secondes en moins
Pas de participation = 0 seconde en moins	Pas de participation = 0 seconde en moins

SUR PLACE

Accueil sur le site à partir de 8h30

Au point accueil, dans le village d'exposants, les responsables des écoles pourront retirer les dossards et informations.

Tout au long de la journée :

- Rencontres :
 - Présence de spécialistes de la thématique de l'année pour échanges.
- Stand « Sport santé » du Département de l'Isère, animation avec des casques de réalité virtuelle,
- Cette année encore **l'activité « ski de vitesse »** sera proposée. Mais pas d'inquiétude, ce n'est pas du kilomètre lancé ! Il s'agit juste d'une petite ligne droite, plate, où chacun pourra essayer d'aller le plus vite possible, ambiance assurée.
- Dans le village d'exposants, divers stands d'animation et de connaissance compléteront votre journée.

⇒ A partir de 11h00 :

Eco pique-nique tiré du sac dans les diverses salles, (salle des fêtes d'Autrans et chapiteau).



Cahier des charges des transports

L'association Foulée Blanche continue d'offrir une participation sur le coût des transports aux écoles effectuant **5 sorties dans un foyer de ski de fond de l'Isère** durant la saison 2019/2020 dans la limite **d'un car par école**. Pour accorder cette aide financière nous avons besoin d'un justificatif de votre réservation de sorties.

ATTENTION : vous devez demander à votre transporteur ou à votre mairie de nous faire parvenir une facture, **à l'intitulé de la Foulée Blanche, du montant de l'aide accordée et ce au plus tard le 31 mars 2020 (passé ce délai, aucune dérogation ne pourra être accordée).**

Nous vous demandons donc de réserver vous-même votre sortie du jeudi 23 janvier auprès de votre transporteur habituel et, si vous remplissez les conditions ci-dessus, nous prendrons votre transport en charge de la façon suivante :

Montant pris en charge	<i>Aller et retour entre la ville de départ et Autrans</i>
150 €	Communes du Vercors
200 €	Sassenage / Fontaine / Seyssins / Seyssinet-Pariset / Saint-Égrève / Le Fontanil Cornillon
250 €	Grenoble / La Tronche / Claix / Pont de Claix / Quaix en Chartreuse / Voreppe / Eybens / Proveysieux
300 €	Vizille / Saint Marcellin / Saint Paul de Varces / Varces / Corenc / Crolles / Rives / Renage / Montbonnot / Voiron / Poliéna / St Quentin sur Isère
350 €	Saint Sulpice des Rivoire / Notre Dame de Vaulx / La Cote Saint André / Mens / Le Mottier / Corbelin / Roybon

Si votre commune ne figure pas dans cette liste, contactez-nous.



Développement durable

Depuis plusieurs années, nous avons donné l'exemple ensemble du bon comportement citoyen dans les rassemblements de masse. Eco pique-nique, respect du tri des déchets, fontaine à eau, pas d'emballage sur les stands de ravitaillement, à la fin de la journée un site propre qui étonne même les organismes de récupération des déchets.

C'est grâce au respect des consignes données, que nous continuons de bénéficier du soutien financier de la Région et du Département. Cela nous permet de pouvoir continuer de vous offrir cette journée avec la qualité et la sécurité que vous en attendez.

Ne relâchons pas notre vigilance, continuons d'être fiers de l'image que nous donnons.

Et pour l'éco pique-nique ?

Réduire au maximum les déchets que votre repas produit, tout en protégeant l'hygiène et l'équilibre alimentaire.

Les enfants pourraient demander à leurs parents de leur préparer, par exemple : salade, sandwich, tartes salées ou sucrées, fromage à la coupe, fruits frais ou tout autre nourriture ne comportant pas d'emballage.

Ces différents produits devraient être mis dans des boîtes plastiques réutilisables. Pour la boisson, les enfants peuvent apporter des gourdes pleines ou vides qu'ils pourraient remplir à nos fontaines à eau, mais des gobelets réutilisables leur seront aussi offerts.

L'Eco défi

Les conditions de course particulières de l'an dernier sur Gève ne nous ont pas permis de mettre en place l'éco-défi comme nous l'aurions voulu, nous le remettons au programme de 2020.

Des sacs poubelles d'ordures ménagères et de recyclage seront prévus pour récupérer uniquement les déchets produits par les pique-niques de toutes les classes. Elles seront entreposées dans un espace réservé aux écoles.

Ces poubelles seront pesées au moment de la remise des prix, le poids total de chaque catégorie de poubelles sera annoncé sur le podium. On établira un poids moyen par enfant en fonction du nombre d'inscrits.

Le défi : réduire ce poids chaque année

