

AIDE CS 13 Etoiles 2020 - Femmes



www.cs13etoiles.ch

1. But : apporter une aide financière aux meilleurs coureurs du club.
2. Tous les membres du CS 13 Etoiles peuvent bénéficier de cette aide, à partir de la deuxième année d'appartenance au club et pour autant qu'ils courent régulièrement dans les entraînements officiels du club (sauf cas exceptionnels...). Les points ne pourront être obtenus que dans des compétitions où l'athlète court sous le nom du **CS 13 Etoiles**, lequel peut être associé à un autre nom. Il sera tenu compte des performances réalisées entre le 1.11.2019 et le 31.10.2020.
3. Dans le tableau ci-dessous, les compétitions ont été réparties en 4 groupes (a, b, c et d).
 - Groupe a. **800 au marathon**. Les distances marquées d'un * doivent avoir été effectuées sur piste.
 - Groupe b. **Courses sur route** : Course du Soleil à Sierre, Morat-Fribourg, Corrida d'Octodure, Corrida Bulloise, Escalade et Course Titzé de Noël à Sion.
 - Groupe c. **Courses de Montagne** : Course du Bénou, Tour des Alpagnes, Thyon-Dixence, Sierre-Zinal, Km vertical de Fully + championnat valaisan et suisse de la montagne.
 - Groupe d. **Cross** : championnat valaisan et suisse + cross de Vidy.
4. Pour chacun des 4 groupes, deux compétitions sont prises en compte et des points peuvent être obtenus qui dépendent des performances réalisées, selon le tableau ci-dessous. Ainsi, le nombre total de points obtenus peut aller de 1 à 16. Il sera bien entendu tenu compte des performances donnant le plus de points. Pour les cross et les championnats de la montagne, il s'agit des catégories courant sur la même distance et en même temps que l'Elite (pourcentages : 101, 104 et 107).
5. Merci aux athlètes concernés d'annoncer leurs résultats au club. Les résultats exceptionnels, issus par exemple de sélections nationales, seront traités à part, notamment pour les juniors et les espoirs. Les montants (en francs) dépendent du nombre total de points obtenus, selon le tableau suivant :

Points	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16
Montants	50	100	150	200	250	300	350	400	450	500	550	600	650	700	750	800

Records	Courses	Chronos			Groupes
		2 pts	1,5 pt	1 pt	
	Points	114	118	122	
	Pourcentages	114	118	122	
0:01:53.28	800 *	0:02:09	0:02:14	0:02:18	a
0:02:28.98	1000 *	0:02:50	0:02:56	0:03:02	a
0:03:50.07	1500 *	0:04:22	0:04:31	0:04:41	a
0:08:06.11	3000 *	0:09:14	0:09:34	0:09:53	a
0:08:44.32	3000 steeple *	0:09:58	0:10:19	0:10:40	a
0:14:11.15	5000 *	0:16:10	0:16:44	0:17:18	a
0:29:17.45	10000	0:33:23	0:34:34	0:35:44	a
1:04:51.00	semi	1:13:56	1:16:31	1:19:07	a
2:14:04.00	marathon	2:32:50	2:38:12	2:43:34	a
	Pourcentages	109	113	117	b
0:18:17.00	Martigny	0:19:56	0:20:40	0:21:23	b
0:19:05.00	Bulle	0:20:48	0:21:34	0:22:20	b
0:22:56.00	Genève	0:25:00	0:25:55	0:26:50	b
0:15:29.00	Sion	0:16:53	0:17:30	0:18:07	b
0:19:00.00	Sierre	0:20:43	0:21:28	0:22:14	b
0:57:50.00	Morat-Fribourg	1:03:02	1:05:21	1:07:40	b
	Pourcentages	107	111	115	c
1:09:56.00	Tour des Alpagnes	1:14:50	1:17:38	1:20:25	c
1:19:51.00	Thyon-Dixence	1:25:26	1:28:38	1:31:50	c
2:49:20.00	Sierre-Zinal	3:01:11	3:07:58	3:14:44	c
0:50:47.00	Course du Bénou	0:54:20	0:56:22	0:58:24	c
0:34:44.00	Km vertical Fully	0:37:10	0:38:33	0:39:57	c
	Pourcentages	101	104	107	d
0:30:00.00	cross (exemple)	0:30:18	0:31:12	0:32:06	d