

Programme et HORAIRES Des départementaux de CROSS à BAYEL du 7 Janvier 2024

| | | | | | |
|-------------------------|-------|---|---------------------------------------|-----------------------------|--------------------|
| 1 | 9h30 | 2013 – 2014 | POUSSINES et POUSSINS | 1450 | 1 PB + 1 MB |
| 2 | 9h45 | 2011 - 2012 | BENJAMINES et BENJAMINS | 2400 | 1 PB + 2 MB |
| 3.1 | 10h00 | 2009 – 2010 | MINIMES FILLES | 3250 | 1MB+1GB |
| 3.2 | 10h00 | 2009 – 2010 | MINIMES GARCONS | 3250 | 1MB+1 GB |
| 3.3 | 10h00 | 2007 – 2008 | CADETTES | 3250 | 1MB+1 GB |
| 3.4 | 10h00 | 2005 – 2006 | JUNIOR FILLES | 3250 | 1MB+1GB |
| 4.1 | 10h25 | | CROSS COURT F & H | 4200 | 2 MB + 1 GB |
| 4.2 | 10h25 | 2007 – 2008 | CADETS | 4200 | 2MB + 1 GB |
| 5.1 | 11h00 | 2002-2004 | ESPOIRS F | 5500 | 1MB + 2 GB |
| 5.2 | 11h00 | 1990-2001 | SENIORS F | 5500 | 1MB + 2 GB |
| 5.3 | 11h00 | 1989 et avant | MASTERS F | 5500 | 1MB + 2 GB |
| 5.4 Open F | 11h00 | 2006 et avant | NL, licences running | 3250 | 1 MB et 1 GB |
| 6 (hors championnat) | 11h45 | 2015 - 2017 | Eveil athlé F et M | 700 m dont 50m de marche | parcours adapté |
| 7.1 | 12h00 | 2005 – 2006 | JUNIORS GARCONS | 6050 | 1 PB +1MB+ 2 GB |
| 7.2 | 12h00 | 2002/2004- 1990/2001 - 1989 et avant | ESPOIRS M - SENIORS H et MASTERS H | 8350 | 1 PB + 1 MB + 3 GB |
| 7.3 Open H | 12h00 | 2006 et avant | NL, licences running | 6050 | 1 PB + 1 MB + 2 GB |

1 Petite Boucle = 500 m, 1 Moyenne Boucle = 950 m, 1 Grande Boucle= 2300m

Course ' OPEN'ouverte à tous; pour les non licenciés, fournir un certificat médical de moins d'un an de non contre indication à la pratique de la course à pied en compétition.

Départ des courses 4 et 7 : Championnat en 1ère ligne, **Open courses 5.4 et 7.3 en 2ème ligne (derrière)**

Pour les courses hors championnat inscription: 3€ pour les EA et 5 € pour tous les autres participants

Renseignements et engagements: A LE COZ : 06 33 95 12 33
Dossards dès 9h au stade de BAYEL (10)

par Internet: allain.le.coz@orange.fr