

Championnat départemental de Cross 2009

Honfleur Dimanche 11 janvier 2009

HORAIRES ET DISTANCES

COURSE	HEURE	CATEGORIE	DISTANCE	PARCOURS
A	12h30	Benjamines	1 800m	ZD+ 1GB+ ZA
B	12H45	Benjamins	1 800m	ZD+ 1GB+ ZA
C	13H00	Minimes filles	2 550m	ZD+ 2 PB+ ZA
D	13H20	Minimes garçons	3 100m	ZD+ 2MB+ ZA
E	13h40	Cadettes Cross court Femmes	3 100m	ZD+ 2MB+ ZA
F	14H00	Cadets Cross court Hommes & Juniors F	4 050m	ZD+ 2 PB+ 1MB+ ZA
G	14H25	Poussines	1 250m	ZD+ 1PB+ ZA
H	14H35	Poussins	1 250m	ZD+ 1PB+ ZA
I	14H55	Ecole Athlétisme G/F Hors championnats	1 250m <i>RETENUS</i>	ZD+ 1PB+ ZA
J	15H00	Espoirs - Seniors & Vétérans F Juniors H	5 150m	ZD+ 1MB+ 2GB+ ZA
K	15H25	Vétérans H	8 500m	ZD+ 2 MB+ 3GB+ ZA
L	16H05	Espoirs & Seniors H	9 500m	ZD+ 2PB+ 1MB+ 3GB+ ZA

prévoir des épingles nourrices en + pour les dossards qui seront obligatoirement

à posés dans le dos des concurrents pour les courses à catégories multiples

LEGENDE du plan des parcours : ZD : 50 m ZA : 50 m

PB : 1277 m parcours jaune

MB : 1539 m parcours vert

GB : 1806 m parcours rouge

Parcours liaison : 100 m