

CHAMPIONNATS REGIONAUX DE CROSS-COUNTRY
ILE DE FRANCE ZONE EST
BASE DE LOISIRS SEINE ECOLE - AVENUE MAX PIERROU
DIMANCHE 27 JANVIER 2013 A SAINT-FARGEAU PONTIERRY

8 h 30 OUVERTURE DU SECRETARIAT ET MISE EN PLACE DU JURY

COURSE	HORAIRES	CATEGORIES	PARCOURS	DISTANCES
1	10 h 30	MINIMES FILLES	Départ + 2 PB + Arrivée	2550 m
2	10 h 50	MINIMES GARCONS	Départ + 1 PB + 1 MB + Arrivée	3080 m
3	11 H 10	CADETTES FILLES JUNIORS FEMMES	Départ + 2 MB + Arrivée	3610 m
4	11 H 35	CROSS COURT FEMMES	Départ + 1 PB + 1 MB + Arrivée	3080 m
5	12 H 00	CROSS COURT HOMMES	Départ + 2 PB + 1 MB + Arrivée	4320 m
6	12 h 25	CADETS GARCONS	Départ + 2 PB + 1 MB + Arrivée	4320 m
7	12 H 50	JUNIORS HOMMES	Départ + 1 PB + 2 MB + Arrivée	4850 m
8	13 H 20	ESPOIRS FEMMES SENIORS FEMMES VETERANES FEMMES	Départ + 1 PB + 1MB + 1 GB + Arrivée	5990m
9	14 H 00	ESPOIRS HOMMES SENIORS HOMMES	Départ 1 PB + 3 GB + Arrivée	10040m
10	15 H 00	VETERANS HOMMES	Départ 1 PB + 3 GB + Arrivée	10040 m