

CROSS DEPARTEMENTAL D'ENTRAINEMENT DES SAPEURS-POMPIERS - LA PRAILLE

ALTITUDE 1079 mètres

VENDREDI 11 NOVEMBRE 2016

Conformément au règlement national, le cross d'entraînement de « La Praille » comprend les catégories :

Poussins-Poussines	2006 et après
Benjamins-Benjamines	2004-2005
Minimes H. et F.	2002-2003
Cadets-Cadettes	2000-2001
Juniors H. et F.	1998-1999
Seniors H. et F.	1978-1997
Vétérans 1H	1968-1977
Vétérans 2H	1967 et avant
Vétérans F	1977 et avant

Les parcours sont :

ROUGE :	1236 mètres (Piste Poussins(e)) Dénivelé positif : 27 mètres – Altitude moyenne 1091 mètres
VIOLET:	2790 mètres (Piste du Pré) Dénivelé positif : 47 mètres- Altitude moyenne 1097 mètres
NOIR :	3340 mètres (Piste de Valorse) Dénivelé positif 27 mètres- Altitude moyenne 1097 mètres
BLEU :	5863 mètres (Piste de l'Avion) Dénivelé positif : 179 mètres- Altitude moyenne 1126 mètres

Les distances par catégorie sont :

Poussins-Poussines	1236 mètres	1 ROUGE
Benjamins- Benjamines- Minimes F	2790 mètres	1 VIOLETTE
Minimes H et Cadettes	3340 mètres	1 NOIRE
Cadets- Juniors F- Seniors F- Vétérans	5863 mètres	1 BLEUE
Juniors H- Seniors H- Vétérans 1 et 2 H	5863 mètres	1 BLEUE

Horaires de départ : (A titre indicatif, peut être modifié par l'organisation)

Poussins- Poussines	14h15
Benjamins- Benjamines- Minimes F	14h30
Minimes H et Cadettes	15h00
Cadets et Juniors F- Seniors F- Vétérans	15h10
Juniors H, Séniors H, Vétérans 1 et 2 H	15H30

Inscriptions :

Tarifs : 2 euros pour les préinscrits, 4 euros pour les inscriptions sur place (pour les personnes non pompiers).

Inscriptions à envoyer à sphlsport@gmail.com ou à partir de 13h sur place.

Lors du retrait des dossards, une copie de votre certificat médical ou License vous sera demandée et sera conservée.

Nous nous informons cette année, dans un souci de rapidité de lecture des résultats, (en novembre il ne fait pas toujours très chaud), nous vous remercions de vous préinscrire au maximum pour la fluidité de l'organisation.

REMISE DES PRIX :

Les 3 premiers Poussins filles et garçons seront primés

Pour les autres catégories : -1 er homme et 1^{ère} femme Hors Concours (non pompier)

-3 premiers S.P hommes et femmes

En cas de mauvais temps l'organisation se réserve le droit de ne pas attendre la fin de la manifestation pour annoncer les podiums. Ceux-ci pourront être proclamés à la fin de chaque course.