



CROSS DE ROUSSON

(Championnat du Gard de cross-country)

(Championnat Occitanie para cross adapté)

Dimanche 14 Janvier 2024



**Complexe sportif Laurent Blanc, Rue Justin Agniel 30340
Rousson**

A partir de 8h ouverture du secrétariat.

Infos sur acna.over-blog.fr et comite-gard.athle.com

Règlement et inscriptions : comite-gard.athle.com

sportadaptegard@gmail.com

Fin des inscriptions mercredi 10 Janvier à 23h59

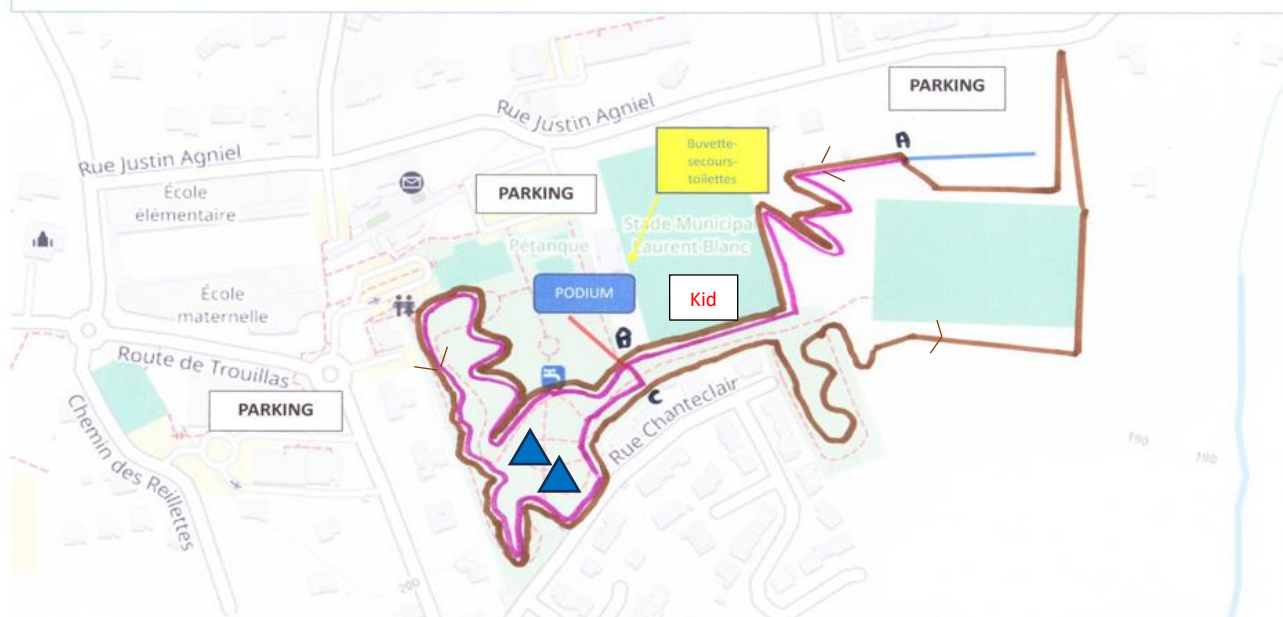
Pour le cross Open inscriptions sur place.

Happening pour les Jeux
Olympiques Paris 2024
sur le stade

**Buvette et restauration
sur place**



CROSS	Tronçon départ : 100 m		Tronçon arrivée : 50 m	
	Petite boucle : 1km		Grande boucle : 2km	



HEURE DE DEPART	CATEGORIES	PARCOURS	DISTANCE en mètre
9h	CROSS OPEN et Marche nordique	Départ + 2GB + B + Arrivée	4350
9h45	Master Hommes	Départ + 4GB + B + Arrivée	8350
10h40	Benjamines + FFSA AB	Départ + 1GB + B + Arrivée	2350
11h	Benjamins + FFSA cross court BC/CD	Départ + 1GB + B + Arrivée	2350
11h20	Minimes F	Départ + 1GB + 1 PB + Arrivée	3150
11h45	Minimes H + Cadettes	Départ + 1GB + 1 PB + Arrivée	3150
12h	Eveils athlétiques + FFSA relais	Kid Cross + relais (4x500m)	
12h30	Poussines	Départ + 1PB + Arrivée	1150
12h45	Poussins	Départ + 1PB + Arrivée	1150
13h	CROSS COURT F	Départ + 2GB + B + Arrivée	4350
13h25	CROSS COURT H	Départ + 2GB + B + Arrivée	4350
13h50	Cadets + Juniors F + FFSA cross long BC CD	Départ + 2GB + B + Arrivée	4350
14h15	Juniors H	Départ + 3GB + B + Arrivée	6350
15h00	CROSS LONG F	Départ + 3GB + B + Arrivée	6350
15h45	CROSS LONG H	Départ + 4GB + B + Arrivée	8350

PETITE BOUCLE : A B C B

GRANDE BOUCLE : A B C A

Liaison retour Grande boucle : A B

Remise des prix au fil des courses (après validation)

