

CROSS NATIONAL VAL DE MARNE-ILE DE FRANCE

Parc Interdépartemental des Sports Paris Val de Marne

Dimanche 17 novembre 2019

HORAIRES ET PARCOURS

08h45	Ouverture du secrétariat
-------	--------------------------

COURSE	HORAIRE	ANNEES	CATEGORIE	DISTANCE	PARCOURS
1	10h00	85 et avant	MAM	8800m	Départ+2MB+2GB+Arrivée
2	10h40	03-04-05-06	BE-MI	4x1000m	Relais 4x1000m (1BEF+1BEM+1MIF+1MIM)
3	11h05	03-04	CAM	3850m	Départ+2MB+Arrivée
4	11h25	05-06 03-04	MIM CAF	2700m	Départ+1GB+Arrivée
5	11h45	05-06	MIF	2050m	Départ+1MB+Arrivée
6	12h00	07-08	BEM	2050m	Départ+1MB+Arrivée
7	12h15	07-08	BEF	2050m	Départ+1MB+Arrivée
8	12h30	04 et avant	CA+JU+ES+ SE+MA F+H CA-JU	4x2000m	Championnats LIFA de relais 4x2000m Cross mixte TC 4x2000m Cross mixte CA-JU
9	13h15	01-02	JUM	6300m	Départ+2MB+1GB+Arrivée
10	13h50	98 à 00 + 97 et avant	JUF ESF-SEF-MAF	4500m	Départ+1MB+1GB+Arrivée
11	14h20	98 à 00 + 86 à 97	ESM-SEM	8800m	Départ+2MB+2GB+Arrivée
12	15h05	11-12-13	EAF	6mn	Endurance 6mn (Départ+ PB +Arrivée)
13	15h20	11-12-13	EAM	6mn	Endurance 6mn (Départ+ PB +Arrivée)
14	15h35	09-10	POF	1400m	Départ+PB+Arrivée
15	15h45	09-10	POM	1400m	Départ+PB+Arrivée

Départ : 120m

Arrivée : 120m

Petite boucle : 1200m - ABCFHILMN

Moyenne boucle : 1820m - ABCDEFGHILMNA

Grande boucle : 2480m - ABCDEFGHIJKLMNA

TARIFS ET INSCRIPTIONS

Inscriptions individuelles 4€(avant le 14 Novembre), 5€après ce délai

Forfait club à 200 €au-delà de 50 engagés (jusqu'au 14 Novembre 2019)

Inscription au Championnat LIFA relais 4x2000m : 12€

Inscriptions à effectuer sur le site <http://cda94.athle.com>

Chèque à l'ordre du CD Athlétisme 94 à envoyer au CD Athlétisme 94, 16 avenue Raspail, 94250 Gentilly