

CROSS INTERNATIONAL DU VAL DE MARNE 2010

PARC INTERDEPARTEMENTAL DES SPORTS

PARIS VAL DE MARNE

DIMANCHE 21 NOVEMBRE 2010

HORAIRES ET PARCOURS

COURSE	HORAIRE	ANNEES	CATEGORIE	DISTANCE	PARCOURS
	8H 30				<u>OUVERTURE DU SECRETARIAT</u>
1	9H30	Adultes	mini TRAIL	9km	(sans pointes)
2	11H00	69 et avant	VM	8720m	Départ +1PG+3GB + Arrivée
3	11 h55	93 & 94	CM	4560m	Départ +1MG+1GB + Arrivée
4	12h20	95 & 96	MF	2180m	Départ +1MB + Arrivée
5	12h40	95 & 96	MG	3030m	Départ +1GB + Arrivée
6	13h05	97 & 98	BF	2180m	Départ +1MB + Arrivée
7	13h20	97 & 98	BG	2180m	Départ +1MB + Arrivée
8	13h35	93 & 94	CF	3030m	Départ +1GB + Arrivée
9	13h55	91, 92 & 93	JH+CM2	6240m	Départ 1PB+2GB + Arrivée
10	14h15	91,92,93 & 88.89,90	CF2 JF EF	5490m	Départ 1PB+1MB+1GB + Arrivée
		87 et avant	SFVF		
11	14h50	88.89.90 & 70 à 87	EM & SM	9320m	Départ +1MB +3GB + Arrivée
12	15h40	99 & 00	EAF	650m	Départ + Arrivée
13	15h45	99 & 00	EAG	650m	Départ + Arrivée
14	15h50	01,02 & 03	PF	1580m	Départ + PB + Arrivée
15	15h55	01,02 & 03	PG	1580m	Départ + PB + Arrivée

NOTA LES COURSES 9, 10 ET 11 SERONT QUALIFICATIVES DANS LES CATEGORIES JUNIORS ET ESPOIRS FEMMES ET HOMMES POUR LES CHAMPIONNATS D'EUROPE DE CROSS 2010

Les cadets et cadettes deuxième année pourront participer aux courses 9 & 10 afin de postuler à la sélection.

Pour les courses 12 & 13 des meneurs d'allure réguleront les départs
Ces courses seront sans classement individuel.