

CHAMPIONNATS DE L'ISERE DE CROSS-COUNTRY



DIMANCHE 19 JANVIER 2020 - MONTFERRAT



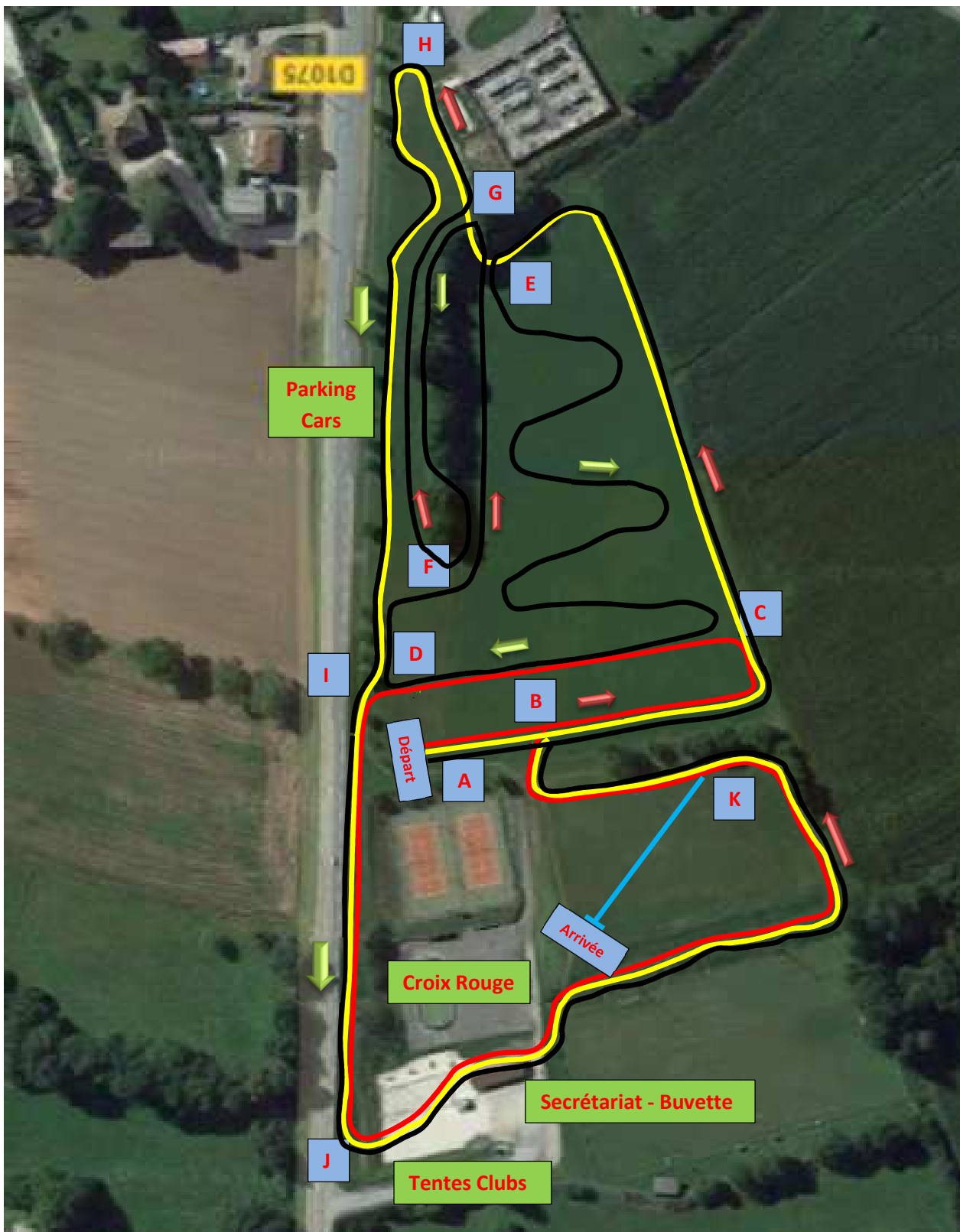
HORAIRES		CATEGORIE	CIRCUIT	DISTANCE
1	11h00	CROSS LONG : Espoirs Seniors Masters H	1 Moyenne + 4 Grandes	8400m
2	11h50	CROSS LONG : Espoirs Seniors Masters F	1 Moyenne + 3 Grandes	6550m
		Juniors Garçons		
Courses Hors Championnats	12h30	<i>Poussines</i>	<i>2 Petites</i>	<i>1250m</i>
	12h45	<i>Poussins</i>	<i>2 Petites</i>	<i>1250m</i>
13h00		PODIUM Cross Long / Juniors H & Equipes		
3	13h00	Benjamines	1 Petite + 2 Moyennes	2550m
4	13h15	Benjamins	1 Petite + 2 Moyennes	2550m
5	13h30	Minimes Filles	2 Petites + 1 Grande	3100m
6	13h50	Minimes Garçons	1 Petite + 1 Moyenne + 1 Grande	3450m
		Cadettes		
14h00		PODIUM Benjamins / Minimes / Cadettes & Equipes		
7	14h15	Cadets Garçons / Juniors Filles	2 Grandes	3750m
8	14h45	Cross Court H et F	2 Grandes	3750m
15h00		PODIUM Cadets / Juniors F /Cross Court & Equipes		

50m Arrivée
600m Petite Boucle

950m Moyenne Boucle
1850m Grande Boucle

PARCOURS CHAMPIONNATS DE L'ISERE DE CROSS-COUNTRY

DIMANCHE 19 JANVIER 2020 - MONTFERRAT



Petite boucle : A B C D I J K

Moyenne boucle : A B C E G H I J K

Grande boucle : A B C E D F G H I J K

SENS DE LA COURSE :  Montée  Descente

