

www.aclrvendee.fr



**Hippodrome
Les Terres Noires**

11 NOVEMBRE 2020

LA ROCHE SUR YON

**& RUN
BIKE**

Courses Enfants
Format S licenciés ou non
Accessible à Tous



Course Nature
Relais PO - BE
Courses Jeunes
Cross

www.espace-competition.com ET www.aclrvendee.fr



INFOS

02 51 37 98 17



RUN & BIKE et Course Nature des Terres Noires

PROGRAMME

Catégories Poussins à Masters
Regroupement des catégories en fonction des distances parcourues.

RUN AND BIKE

10 H 00 – RUN & BIKE S – 15 km

11 H 30 – RUN & BIKE Benjamin / Pupille 4 km

12 H 00 – RUN & BIKE Poussin / Mini Poussin 2 km

COURSE NATURE (CROSS)

13 H 00 – COURSE 1 : Relais mixte BE 2008 - 2009 - 4 x 1100 m

13 H 50 - COURSE 2 : Relais mixte PO 2010 - 2011 4 x 900 m

14 H 30 – COURSE 3 : Cross court Féminin : JUF ES SE MA - 3905 m

14 H 55 - COURSE 4 : Cross Court Masculin : CA JU ES SE MA - 3905 m

15 H 30 - COURSE 5 : Course en individuel : MIM - MIF - CAF et BEM - BEF – 2990m

15 H 45 – COURSE 6 : ES SE MA Féminin & Masculin 8350 m

Organisation générale :

Masque obligatoire sur le site (sauf pour la course).

Rassemblement des participants près de la zone de départ 5 minutes avant l'horaire de la course.

Jeter son masque dans les poubelles prévues à cet effet.

Des masques seront fournis après la course.

Les dossards doivent être épinglés sur le devant du maillot (prévoir 4 épingles).

Les podiums se dérouleront sur le car podium dès l'arrivée des courses.

Pas d'engagement sur place.

Règlement relais :

Une course relais MIXTE de 4 personnes (1 fille au moins dans l'équipe).

Les jeunes se relayeront dans une zone de « relais » en se touchant dans le dos pour faire le passage.

Inscriptions obligatoires sur le site internet ACLR www.aclrvendee.fr

Une participation de 1 euro par athlète est demandée.