

## CROSS DU RCA SPA – Dimanche 15 novembre 2015

12H30 - CENTRE ADEPS LA FRAINEUSE

### HORAIRE

N° course	Heure	Catégorie	Distance	Parcours
1	12H30	CROSS COURT HOMMES	3000m	A + 3 BED + F
2	12H50	CADETTES	2000m	A + BGED + BED + F
3	13H10	CADETS HOMMES	2000m	A + BGED + BED + F
4	13H25	SCOLAIRES HOMMES	3900m	A + BGED + 3 BED + F
5	13H45	JUNIORS HOMMES	6550m	A + 6 BGED + F
		SENIORS HOMMMES	6550m	A + 6 BGED + F
		MASTERS HOMMES	6550m	A + 6 BGED + F
6	14H25	BENJAMINES FILLES	600 m	A + B + A + F
7	14H35	BENJAMINS GARCONS	600 m	A + B + A + F
8	14H45	PUPILLES DAMES	1000m	A + BCD + F
9	14H55	PUPILLES GARCONS	1000m	A + BCD + F
10	15H05	MINIMES DAMES	1200m	A + BED + F
11	15H15	MINIMES HOMMES	1300m	A + BGED + F
12	15h25	SCOLAIRES DAMES	2350m	A + 2 BGED + F
		JUNIORES DAMES	3400m	A + 3 BGED + F
		SENIORES DAMES	4450m	A + 4 BGED + F
		MASTERS DAMES	3400m	A + 3 BGED + F

Prix d'entrée : 2.50€

[www.rcaspa.be](http://www.rcaspa.be)