



## CROSS DU RCA SPA – Dimanche 10 novembre 2019

12H30 - CENTRE ADEPS LA FRAINEUSE

### HORAIRE

N° course	Heure	Catégorie	Distance	Parcours
1	12H30	CROSS COURT HOMMES	3000m	A + 3 BED + F
2	12H45	CADETTES CROSS COURT DAMES	2000m	A + BGED + BED + F
3	13H00	CADETS HOMMES	2000m	A + BGED + BED + F
4	13H15	SCOLAIRES HOMMES	3900m	A + BGED + 3 BED + F
5	13h40	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 1	600 m	A + B + A + F
7	14H30	BENJAMINES FILLES 2	600 m	A + B + A + F
8	14H35	BENJAMINS GARCONS 1	600 m	A + B + A + F
9	14H40	BENJAMINS GARCONS 2	600 m	A + B + A + F
10	14H45	PUPILLES DAMES 1	1000m	A + BCD + F
11	14H51	PUPILLES DAMES 2	1000m	A + BCD + F
12	14H57	PUPILLES GARCONS 1	1000m	A + BCD + F
13	14H03	PUPILLES GARCONS 2	1000m	A + BCD + F
14	14H09	MINIMES DAMES 1	1200m	A + BED + F
15	15H16	MINIMES DAMES 2	1200m	A + BED + F
16	15H23	MINIMES HOMMES 1	1300m	A + BGED + F
17	15H30	MINIMES HOMMES 2	1300m	A + BGED + F
18	15H37	SCOLAIRES DAMES	2350m	A + 2 BGED + F
		JUNIORES DAMES	3400m	A + 3 BGED + F
		SENIORES DAMES	3400m	A + 3 BGED + F
		MASTERS DAMES	3400m	A + 3 BGED + F