



DUCLAIR LE TRAIT ATHLÉTIQUE CLUB



41ème Challenge ALAIN LAVAUD

EVREUX / Domaine de Trangis
DIMANCHE 11 Décembre 2016

Départ devant la MJC de DUCLAIR le Dimanche 11 Décembre 2016 à 10h20. Il y aura deux Mini bus.

Chaque athlète doit prendre:

- Collant ou short ;
- Chaussures à pointes (9mm) recommandées (ou baskets);
- Vêtements pluie et change pour après la course ;
- Epingles pour dossard.

Retour sur DUCLAIR vers 17 heures, ou avant si des parents rentrent sur DUCLAIR.

HORAIRES DES COURSES + DISTANCES			
HORAIRES	CATEGORIES	DISTANCE	DESCRIPTIF
10H00	La Trangissienne *	4045m	1BD+1PB+1MB+Arrivée
10H50	Marche Nordique (open loisirs compétitions)	5905m	1BD+2GB+Arrivée
11H50	Poussines	1105m	1BD+Arrivée
12H05	Poussins	1105m	1BD+Arrivée
12H20	Benjamines Filles	2325m	1BD+1PB+Arrivée
12H45	Benjamins+Minimes Filles	2825m	1BD+1MB+Arrivée
13H05	Minimes G+ Cadettes	3545m	1BD+2PB+Arrivée
13H25	Cadets	4045m	1BD+1PB+1MB+Arrivée
13H30	Relais éveils (équipes) *	****	Devant le château
13H50	JU-ES-SE-VE Femmes	6445m	1BD+1PB+1MB+1GB+Arrivée
14H25	JU-ES-SE-VE Hommes	7645m	1BD+1MB+2GB+Arrivée
15H05	*Cross court F (Régionaux)	4045m	1BD+1PB+1MB+Arrivée
15H45	*Cross court H (Régionaux)	4045m	1BD+1PB+1MB+Arrivée

Donc cher (e) athlète d'ores et déjà, je te souhaite une excellente compétition.

Chantal, Jeffrey, Daniel, Nico
Vos entraîneurs favoris.