

CHAMPIONNAT DEPARTEMENTAL DE CROSS 8 JANVIER 2023 à MONTMOREAU



N° Course	Horaires	Catégories	Distances	Boucles	Préconisée par la Fédé niveau départemental
1	10h	Marche Nordique	9770m	1MB + 4GB + DA	
2	12h	BF	1920m	2PB + DA	2,5 à 3 km
3	12h15	BM	2340m	1PB + 1MB + DA	2,5 à 3 km
4	12h35	PF	1070m	1PG + DA	
5	12h45	PM	1070m	1PG + DA	
6	13h	MM CF	3140m	1PB + 1GB + DA	3,5 à 4km
7	13h30	CM CCM JF CCF	3560m	1MB + 1GB + DA	4 km
		JM	5630m	1MB + 2GB + DA	6 km
	14h	Animation Eveils			
8	14h15	CLF	6900m	2MB + 2GB + DA	7 km
9	15h	CLM	8550m	1PB + 1MB + 3GB + DA	8,5km

Petite Boucle 850m
 Moyenne Boucle 1270m
 Grande Boucle 2070m
 Départ Arrivée 220m