

# CROSS INTERNATIONAL DU VAL DE MARNE 2010

PARC INTERDEPARTEMENTAL DES SPORTS

PARIS VAL DE MARNE

**DIMANCHE 21 NOVEMBRE 2010**

## HORAIRES ET PARCOURS

COURSE	HORAIRE	ANNEES	CATEGORIE	DISTANCE	PARCOURS
	8H 30				<u>OUVERTURE DU SECRETARIAT</u>
1	9H30	Adultes	mini TRAIL	9km	(sans pointes)
2*	11H00	70 et avant	VM	8720m	Départ +1PG+3GB + Arrivée
3	11 h55	93 & 94	CM	4560m	Départ +1MG+1GB + Arrivée
4	12h20	95 & 96	MF	2180m	Départ +1MB + Arrivée
5	12h40	95 & 96	MG	3030m	Départ +1GB + Arrivée
6	13h05	97 & 98	BF	2180m	Départ +1MB + Arrivée
7	13h20	97 & 98	BG	2180m	Départ +1MB + Arrivée
8	13h35	93 & 94	CF	3030m	Départ +1GB + Arrivée
9	13h55	91, 92 & 93	JH+CM2	6240m	Départ 1PB+2GB + Arrivée
10	14h15	91,92,93 & 88.89,90	CF2 JF EF	5490m	Départ 1PB+1MB+1GB + Arrivée
		87 et avant	SFVF		
11	14h50	88.89.90 & 71 à 87	EM & SM	9320m	Départ +1MB +3GB + Arrivée
12*	15h40	01,02 & 03	EAF	1050m	Départ + Arrivée
13*	15h45	01,02 & 03	EAG	1050m	Départ + Arrivée
14*	15h50	99 & 00	PF	1580m	Départ + PB + Arrivée
15*	15h55	99 & 00	PG	1580m	Départ + PB + Arrivée

**NOTA LES COURSES 9, 10 ET 11 SERONT QUALIFICATIVES DANS LES CATEGORIES JUNIORS ET ESPOIRS FEMMES ET HOMMES POUR LES CHAMPIONNATS D'EUROPE DE CROSS 2010**

Les cadets et cadettes deuxième année pourront participer aux courses 9 & 10 afin de postuler à la sélection.

Pour les courses 12 & 13 des meneurs d'allure réguleront les départs  
Ces courses seront sans classement individuel.

\* (années rectifiées)