

M.M.A.C. CONVOCATION DE COMPETITION CROSS

Cross ACLR
Hippodrome des terres noires

Lundi 11 novembre 2020

Transport en famille. Présence 45 minutes avant la course pour échauffement et dossard à prendre auprès d'un responsable du club présent près de l'accueil près de l'oriflamme du club (dans la salle de sport).

Horaire des courses

13 H 00 – COURSE 1 : Relais mixte BEG BEF 2008 - 2009 -	4 x 1100 m
13 H 50 - COURSE 2 : Relais mixte PO 2010 – 2011	4 x 900 m
14 H 30 – COURSE 3 : Cross court Féminin : JUF ES SE MA -	3905 m
14 H 55 - COURSE 4 : Cross Court Masculin : CA JU ES SE MA -	3905 m
15 H 30 - COURSE 5 : Course en individuel : MIM - MIF - CAF et BEM - BEF – 2990m	
15 H 45 – COURSE 6 : ES SE MA Féminin & Masculin	8350 m

Info sur le site aclrvendee.athle.com

Confirmation de votre participation **avant le 5 novembre** en répondant au mail ou mmac85@orange.fr

Épingles à nourrice, Chaussures pointes 9 à 12 mm ou Training semelle tout terrain
Short ou cuissard, maillot du club (prêté), coupe-vent.

Voir toutes les informations sur le site de l'ACLR ou CD athlé 85