



Programme et horaires des courses
38^{ème} CROSS NANTES le 26 Novembre 2023

Courses	Lettre Dossard	Horaires	Catégories	H/F	Distances	Circuit
course 1		9h00	Trail-Erdre	H et F	12000m	2 GB+extérieurs
course 2	J	10h30	Cross Court licenciés (2000 et avant) Juniors Filles (2005-2006)	H et F	3950m	D+2GB+A
course 3	C	11h00	Cadets (2007-2008) Juniors (2005-2006)	H H	3950m 5750m	D+2GB+A D+3GB+A
course 4		11h40	Poussines (2013-14)	F	1150m	D+1PB+A
course 5		11h55	Poussins (2013-14)	H	1150m	D+1PB+A
course 6		12h10	Parcours d'éveil Athlétique en famille (2014>)	H et F	1150m	D+1PB+A
course 7		12h25	Benjamines (2011-12)	F	2850m	D+2MB+A
course 8		12h50	Benjamins (2011-12)	H	2850m	D+2MB+A
course 9		13h10	Minimes (2009-2010)	F	2850m	D+2MB+A
course 10		13h30	Minimes (2009-2010) Cadettes (2007-2008)	H F	3400m	D+1MB+1GB+A
course 11		13h55	Masters (1984 et avant)	H	8800m	D+1MB+4GB+A
course 12		14h50	Seniors (1990 à 2004) Masters (1984 et avant)	F F	5750m	D+3GB+A
course 13		15h30	Seniors et M0 (1985 à 2004)	H	8800m	D+1MB+4GB+A

Attention modification : afin d'être en phase avec la FFA, les Masters M0 H nés entre 1985 et 1989 courront avec les séniors (course 13)

