



CROSS DEPARTEMENTAL mercredi 29 novembre

publié le 24/11/2023 - mis à jour le 26/11/2023

Mercredi 29 novembre : **cross départemental à Jonzac**

Heure de rdv : **10h40** pour un départ en car à 11h.

Heure de retour : **18h05 au gymnase**

Prévoir un pique-nique, des affaires chaudes, des vêtements de pluie (si besoin) et une tenue complète de rechange (chaussures, chaussettes, tee-shirt, pantalon...)

Prévoir des **épingles à nourrices** pour accrocher le dossard

Déroulement des courses :

13h30 : minimes garçons 2500m

13h50 : minimes filles 2300m

14h30 : benjamines filles 1800m

14h50 : benjamins garçons 2000m

15h30 : course au score promotionnelle, parcourir la plus grande distance possible en 30 minutes par équipes de 2 à 6 élèves