



## UNSS - mercredi 21 novembre

publié le 17/11/2018

### Descriptif :

Au programme de ce mercredi 21 novembre, le cross départemental à Ma Campagne, et vos entraînements de rugby et de handball/futsal.

Lisez bien les horaires et les détails dans la suite ....

### **CROSS DÉPARTEMENTAL.**

Venez tous courir, par équipes ou en individuel.

*Formule équipe :*

- ▶ 6 concurrents en Collège Benjamin mixte (3 garçons et 3 filles)
- ▶ 6 concurrents en Collège Minime mixte (3 garçons et 3 filles )

Classement fait sur les 5 premiers.

**APPORTEZ VOS ÉPINGLES A NOURRICE + une tenue adaptée à la météo du jour.**

DÉPART du bus à 12h45

**RETOUR vers 17h45**

voir documents joints pour le plan du parcours etc ...

### **RUGBY**

entraînement

Fin à 15h00

### **HANDBALL / FUTSAL**

entraînement pour toutes les catégories.

Fin à 15h00

### **BOXE FRANÇAISE**

début des entraînements le mercredi 28 novembre !

#### Documents joints

 [plan-cross-dep-angou-21nov2018](#) (PDF de 1.5 Mo)

 [planning\\_horaire-21nov2018](#) (PDF de 413.8 ko)