

# CROSS USAA – Lac de Frace – Aigrefeuille d'Aunis

Dimanche 08 décembre 2024

Horaires / N° Course	Catégories	Distance	Parcours en boucle
9h00 MN 6 / MN 10	<b>MARCHE NORDIQUE Championnat départemental</b>	6 kms découverte ou 10 Kms chronométrée	<b>6 kms soit 6030 m :</b> Départ + 3 Moyennes + 1 Grande + Arrivée <b>10 kms soit 9970 m :</b> Départ + 1 Petite + 2 Moyennes + 3 Grandes + Arrivée
11h30 Course 1	Cross Court à partir d'Espoirs (F / M) + Cadets	3630 m	Départ + 1 Moyenne + 1 Grande + Arrivée
11h50 Course 2	Minimes Masculin Cadettes + Juniors Féminines	2910 m	Départ + 2 Petites + 1 Moyenne + Arrivée
12h10 Course 3	Benjamins	2630 m	Départ + 2 Moyennes + Arrivée
12h30 Course 4	Minimes Filles	2630 m	Départ + 2 Moyennes + Arrivée
12h50 Course 5	Benjamins	2170 m	Départ + 1 Petite + 1 Moyenne + Arrivée
13h10 Course 6	Poussines	970 m	Départ + 1 Petite + Arrivée
13h30 Course 7	AS Féminins : ES / SE / MA + Juniors masculins	4370 m	Départ + 1 Petite + 1 Moyenne + 1 Grande + Arrivée
14h10 Course 8	Poussins	970 m	Départ + 1 Petite + Arrivée
14h30 Course 9	AS Masculins : ES / SE / MA	8030 m	Départ + 1 Moyenne + 3 Grandes + Arrivée
15h10 Course 10	Eveil Athle	870 m	1 Petite boucle de 740m + Arrivée tous ensemble 130 m
15h30	Fin des Epreuves		Remise des Médailles Eveil Athle

Inscription par mail à [usaa17@orange.fr](mailto:usaa17@orange.fr) jusqu'au jeudi 5 décembre à 13h00

## Distances des boucles :

Départ = 100 m

PB (vert) = 740 m

MB (vert+jaune/PB+MB) = 1200

GB (rouge) = 2200 m

Arrivée 130 m

## Infos, Organisation, Inscriptions :

**US Aigrefeuille Athlétisme**



**07.88.940.300**

[usaa17@orange.fr](mailto:usaa17@orange.fr)

## Catégorie et Années de naissance :

Masters / VE = 1990 et Avant

Seniors / Se = 1991 à 2002

Espoirs / ES = 2003 à 2005

Juniors / JU = 2006 et 2007

Cadets / CA = 2008 et 2009

Minimes / MI = 2010 et 2011

Benjamins / BE = 2012 et 2013

Poussins / PO = 2014 et 2015

Eveil Athle / EA = 2016 à 2018