



# Le « CROSS DES VIGNES »

Dimanche 15 février 2015

N° des courses	Horaires	Courses	Distance
1	10h00	Marche nordique <i>Nouveau</i>	2 h 00
2	13h00	Cross court Cadet à Vétérans H et F	4 260 m
3	13h35	Minimes H et Cadettes	3 360 m
4	14h00	Benjamins H et F + Minimes F	2 260 m
5	14h20	Ecole d'athlétisme H et F	780 m
6	14h35	Poussins H et F	1 140 m
7	14h50	Sport adapté : course courte	1 140 m
8	15h10	Sport adapté : course longue	2 000 m
9	15h30	Cross long Juniors à Vétérans H et F	8 460 m

Inscription gratuit pour les licenciés FFA **avant le 8 février 2014**. 5€ après cette date.

5 € pour les non licenciés et les licenciés hors 49

Gratuit pour toutes les courses jeunes à tout moment.

Marche nordique : 5 € pour tous. (prévoir vos bâtons)

Non-licenciés : certificat médical de « non contre indication à la pratique de la course à pied en compétition » **obligatoire**.

Inscriptions auprès de :

Sébastien COCHET

1 rue des Amandiers

49620 La Pommeraye

02 41 77 33 74

[sebastien.cochet@neuf.fr](mailto:sebastien.cochet@neuf.fr)