

Cross-Country de INTER-DISTRICT (Cross qualificatif pour le départemental)

Aux GLAISINS à ANNECY-LE-VIEUX, MERCREDI 15 OCTOBRE 2025

RDV 10h45, rang EPS / retour 17h15. Tu dois prévoir certaines affaires :

- **un pique-nique pour le midi.**
- Des fruits et/ou céréales pour après la course (pommes, clémentines ou autres...)
- 1 ou 2 morceaux de sucre.
- De l'eau !!
- Un gobelet pour le goûter (1 boisson offerte en fin de course)
- Des vêtements pour la course et le change après la course
- 5 euros si tu n'es pas déjà licencié à l'AS

Les élèves seront appelés sur la ligne de départ 2' avant le départ de la course

Numéro	Catégorie d'âge et sexe	Distance	Entrée sur zone d'échauffement	Début de la course	Podium
1	BF	2300 m	13h35	13H50	14h45
2	BG1	2500 m	14h00	14h15	15h00
3	BG2	2500 m	14h25	14h40	15h30
4	MF CF	2500m	14h50	15h10	15h45
5	MG CG	2875 m	15h20	15h40	16h15

CROSS INTERDISTRICT - 2025



