

DIMANCHE

Programme
45° Cross Sud Ouest



N°course	Description	Distances	Boucles
	7 h 30	Ouverture de la distribution des dossards	
20	8 h 45 Masters masculins 2, 3, 4, 5 nés en 1970 et avant Masters féminines nées en 1980 et avant	4,941 km	2 MB avec grande butte, sans obstacles
21	9 h 10 Cross court masculins et féminins	3,712 km	1 mini boucle + 1 GB avec buttes et obstacles
22	9 h 30 Cadets nés en 2003 et 2004	4,147 km	1 PB + 1 GB avec buttes et obstacles
23	9 h 50 Cadettes nées en 2003 et 2004	3,257 km	1 mini-boucle + 1 MB avec buttes et obstacles
24	10 h 10 Juniors masculins nés en 2001 et 2002	5,903 km	2 GB avec buttes et obstacles
25	10 h 30 Juniors filles nées en 2001 et 2002	4,147 km	1 PB + 1 GB avec buttes et obstacles
26	10 h 45 Le Ruban rose. Trophée comité gironde pour la prévention et le dépistage du cancer du sein	3,486 km	1 mini-boucle + 1 GB sans buttes, ni obstacles
27	11 h 00 Family Run Trophée Carrefour Market (a)	1,431 km	1 PB
28	11 h 25 Course des entreprises Trophée Ville de Gujan-Mestras	2,961 km	1 GB sans buttes, ni obstacles
29	11 h 55 Esprit « Dorian » (b)	2,961 km	1 GB sans buttes, ni obstacles
30	12 h 20 Espoirs Masculins nés en 1998, 1999, 2000 Masters 1 Masculins nés entre 1971 et 1980	7,709 km	2 MB avec grande butte et obstacles + 1 GB avec buttes et obstacles
31	12 h 50 Minimes masculins nés en 2005 et 2006	2,706 km	1 MB avec grande butte, sans obstacles
32	13 h 05 Minimes filles nées en 2005 et 2006	2,391 km	2 PB
33	13 h 20 Benjamins nés en 2007 et 2008	2,391 km	2 PB
34	13 h 35 Benjamins nées en 2007 et 2008	1,956 km	1 mini-boucle + 1 PB
35	13 h 50 Espoirs filles nées en 1998, 1999, 2000 Seniors, AS féminines nées entre 1981 et 1997	5,903 km	2 GB avec buttes et obstacles
36	14 h 15 Poussins nés en 2009 et 2010	1,431 km	1 PB
37	14 h 25 Poussines nées en 2009 et 2010	1,431 km	1 PB
38	14 h 35 Seniors, As masculins nés entre 1981 et 1997 (Sélection championnat d'Europe)	10,182 km	1 MB (départ, BCFGHJKLB) sans grande butte, ni obstacles + 3 GB avec buttes et obstacles
39	15 h 15 Éveil Athlétisme filles nées en 2011 et après	0,996 km	1 mini-boucle
40	15 h 25 Eveil Athlétisme masculins nés en 2011 et après	0,996 km	1 mini-boucle
41	15 h 35 Balade des Pitchouns (a) - scolarisés en CP / CE1	1,000 km	

(a) Epreuve ne nécessitant pas de certificat médical

(b) Athlètes de toutes spécialités, dirigeants, tous ensemble dans une course conviviale

