

## CHAMPIONNATS DE ZONE – ¼ FINALES DE CROSS

Il sera organisé 2 championnats de Zone le dimanche 30 janvier et 06 février 2022 :

Zone EST (CDA 11, 30, 34, 48, 66) à Alès (30)

Zone OUEST (CDA 09, 12, 31, 32, 46, 65, 81, 82) à Tarbes (65)

Ces courses sont ouvertes aux athlètes ayant une licence Athlé Compétition des catégories Benjamins à Masters.

Tous les arrivants de chacun de ces 2 cross seront qualifiés pour les ½ finales du championnat de France de cross.

Il est obligatoire de participer aux ¼ de FINALES de cross pour prétendre participer à la ½ finale-championnat LAO de cross.

Des coupes et médailles seront remises lors des ¼ FINALES de cross.

Les inscriptions tardives (à compter du vendredi midi) ou sur place aux ¼ FINALES sont payantes 10€.

Les clubs doivent bien vérifier que tous leurs athlètes sont bien engagés !!

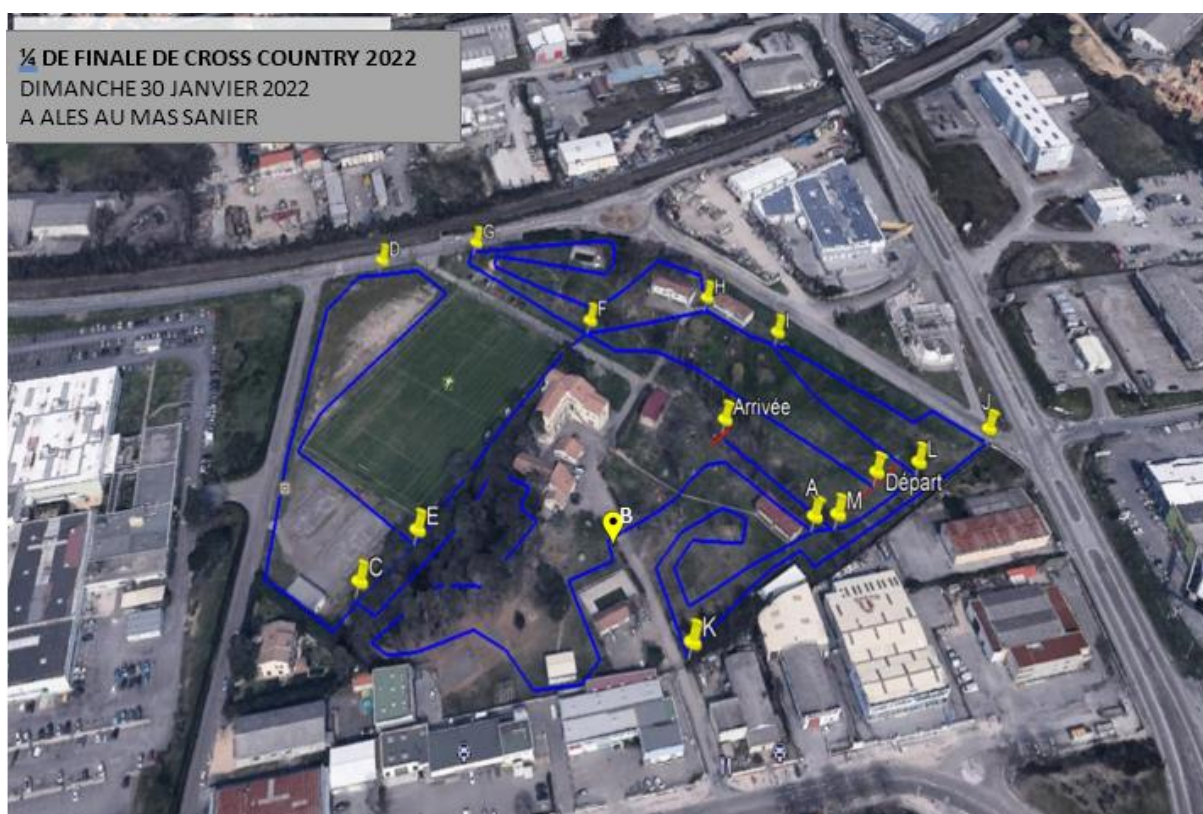
Les DNS et DNF doivent apparaître dans les résultats des ¼ de finales de cross.

Chaque responsable de club devra récupérer les dossards et les puces de ses athlètes.

## DIMANCHE 30 JANVIER 2022 – ALES (30) (260474)

Engagement jusqu'au mercredi 26 Janvier 2022 sur le site d'engagement (<http://engagements.athle-occitanie.fr/>)

| HORAIRES | CATEGORIES            | PROGRAMMES                   | DISTANCES |
|----------|-----------------------|------------------------------|-----------|
| 10H30    | MASTER                | Départ + 4 GB + Arrivée      | 9080M     |
| 11H25    | BENJAMINES            | Départ + GB + Arrivée        | 2840M     |
| 11H45    | BENJAMINS             | Départ + GB + Arrivée        | 2840M     |
| 12H05    | MINIMES FILLES        | Départ + PB + MB + Arrivée   | 3220M     |
| 12H25    | MINIMES GARCONS       | Départ + 2MB + Arrivée       | 3880M     |
| 12H55    | CROSS COURT FILLES    | Départ + 2MB + Arrivée       | 3880M     |
| 13H20    | CROSS COURT MASCULINS | Départ + 2MB + Arrivée       | 3880M     |
| 13H45    | CADETTES              | Départ + 2MB + Arrivée       | 3880M     |
| 14H10    | CADETS                | Départ + 2GB + Arrivée       | 4920M     |
| 14H40    | JUNIORS FILLES        | Départ + 2 GB + Arrivée      | 4920M     |
| 15H10    | JUNIORS HOMMES        | Départ + 1MB + 2GB + Arrivée | 6480M     |
| 15H50    | CROSS LONG FILLES     | Départ + PB + 3GB + Arrivée  | 7900M     |
| 16H35    | CROSS LONG HOMMES     | Départ + 4 GB + Arrivée      | 9080M     |



### PARCOURS MAS SANIER

DEPART: Départ +F/G/H/I/L/M= 700M

PETITE BOUCLE (PB): M/A/B/C/E/F/H/I/L/M= 900M

MOYENNE BOUCLE (MB): M/A/B/C/E/F/G/H/I/J/K/A= 1560M

GRANDE BOUCLE (GB): M/A/B/C/D/E/F/G/H/I/J/K/A= 2080M

ARRIVEE : M + Arrivée= 55M

ARRIVEE : A/M + Arrivée= 60M