

PROGRAMME PRÉVISIONNEL LASER RUN

Dimanche 16 Février 2025 / Gujan-Mestras

Plus d'informations : club@gujan-arcachon-pentathlon.fr

Tarifs : 5€ (licenciés) - 10€ (non licenciés) - Gratuit (sport adapté/ sport handicap)

LASER RUN => Complexe sportif Chante-Cigale

9h00 : Accueil et réunion technique

9h30-10h45 : Longue distance (5*1200m – 5m)

11h00 : U9-U11 (2*300m – 5m)

11h30 : U13 – Laser-run pour tous (3*300m – 5m)

12h00-13h30 : PAUSE REPAS

13h30 : M60 (2*600m – 5m)

14h00: Epreuve Sport Adapté – Sport Handicap

15h00: M40+ - M50+ (3*600m – 10m)

15h30 : U15 (3*600m – 10m) – U17 (4*600m – 10m)

16h00 : U19 – U22 – Sénior (5*600m – 10m)

16h45 : Relais Handi-Valide

17h30: Rangement et Nettoyage du site

18h00: Podiums et Remise des récompenses

* Chaque club devra fournir au minimum un chronométreur pour chaque série de combiné.

Avant chaque départ 8 min d'échauffement tir/course pour chaque série.

Chaque participant s'engage à respecter les engagements de développement durable de cette compétition.

Programme prévisionnel pouvant évoluer selon le nombre d'inscrits dans chaque catégorie.