

# RSEQ

## CROSS-COUNTRY

### FESTIVAL DE CROSS-COUNTRY

Lundi 01 octobre 2018

Parc Nature Les Forestiers

2800 Chemin Lotbinière

Saint-Lazare, QC J7T 3H9

## HORAIRE OFFICIEL

Prendre note qu'il y aura un battement d'au maximum 3 minutes entre chaque départ d'une même course  
Tous les coureurs de cette catégorie doivent se rendre au départ au moins 10 minutes avant le début de la course.

09h00		Arrivée des participants
9h00 à 10h00		Reconnaissance des parcours
09h30		Réunion des entraîneurs/accompagnateurs
10h30	1km	Féminin <b>Départ A</b>
10h50	1km	Masculin <b>Départ A</b>
11h10	2km	Féminin <b>Départ A -B</b>
11h35	2km	Masculin <b>Départ A -B</b>
12h00		Pause du midi
12h30	3km	Féminin <b>Départ A</b>
13h00	3km	Masculin <b>Départ A</b>
13h30		Fin (approximative) Festival

### Étiquettes de départ :

Les étiquettes de couleurs seront préalablement installées sur chacun de vos dossards.

Départ A ► Aucune étiquette

Départ B ► ROSE