



# Cross National de la RUSTA

Samedi 26 novembre 2022



Entrées : 5 rue des Dîmes / 18 rue Gros Fidèle  
7530 Gaurain



LIGUE  
HANDISPORT  
FRANCOPHONE

11H50 *	<b>Kangourous F *</b>	2 Tours A *	650 M *
11H55 *	<b>Kangourous G *</b>	2 Tours A *	650 M *
12H00	<b>Benjamines</b>	1Tour B	650 M
12H06	<b>Benjamins</b>	1Tour B	650 M
12H12	<b>Pupilles F</b>	2Tours A + 1 Tour B	1100 M
12H18	<b>Pupilles G</b>	2 Tours A + 1 Tour B	1100 M
12H25	<b>Minimes F</b>	2 Tours A + 1 Tour B	1100 M
12H33	<b>Minimes G</b>	1 Tour A + 1 Tour C	1510 M
12h40	<b>Handicrosscup court</b>	3 Tours A + 1 Tour B	1650 M
12H50	<b>Juniors (hommes)</b>	3 Tours D	4500 M
	<b>Masters (hommes)</b>	4 Tours D	6000 M
	<b>Seniors (hommes)</b>	5 Tours D	7500 M
13h30	<b>Handicrosscup long</b>	2 Tours B + 2 Tours C	2950 M
13H55	<b>Sprint cross (hommes)</b>	1Tour B + 1Tour C	1510 M
14H00	<b>Cadettes</b>	2 Tours A + 1 Tour D	2000 M
	<b>Cross Court (dames)</b>		
14H15	<b>Cadets</b>	2 Tours A + 1 Tour D	2000 M
14H25	<b>Scolaires G</b>	2 Tours D	3000 M
	<b>Cross Court (hommes)</b>		
14H40	<b>Scolaires F</b>	1 Tour C + 1 Tour D	2500 M
	<b>Juniors (dames)</b>	1 Tour C + 2 Tour D	4000 M
	<b>Séniors (dames)</b>	1 Tour C + 2 Tour D	4000 M
	<b>Masters (dames)</b>	1 Tour C + 2 Tour D	4000 M
15H00	<b>Sprint Cross (Dames)</b>	2 Tour A + 1 Tour B	1100 M

\*Premier Tour sous la conduite d'un régulateur d'allure

**Entrée: 3 €, gratuit pour les athlètes et -12ans**

Réservé aux athlètes en ordre d'affiliation et dossardés 2022-2023.

Dossards d'1 jours possible pour kangourou et BPM à demander sur place

Podium / catégorie, sauf pour les cross courts (1 seul classement)

Médaille pour chaque Kangourou participant.