



RUSTA Tourmai Asbl  
**1903-2020**  
Rue Des Dîmes 5  
7530 Gaurain  
Matricule 9 LBFA

**HANDICROSSCUP 2019-2020**



LIGUE  
HANDISPORT  
FRANCOPHONE

## Championnat du HAINAUT CROSS LBFA 2019-2020

**DIMANCHE 02 FEVRIER 2020**

\*Cross découverte : Premier Tour sous la conduite d'un régulateur d'allure.

<b>10h40 *</b>	Kangourous F *	2 T Intérieur *	550 M *
<b>10h45 *</b>	Kangourous G *	2 T Intérieur *	550 M *

### Epreuves du Championnat

<b>11h00</b>	Benjamines 2012	1T Extérieur	660 M
<b>11h06</b>	Benjamines 2011	1T Extérieur	660 M
<b>11h12</b>	Benjamins 2012	1T Extérieur	660 M
<b>11h18</b>	Benjamins 2011	1T Extérieur	660 M
<b>11h24</b>	Pupilles F 2010	2T Intérieur + 1 T Moyen	1110 M
<b>11h31</b>	Pupilles F 2009	2T Intérieur + 1 T Moyen	1110 M
<b>11h38</b>	Pupilles G2010	2 T Intérieur + 1 T Moyen	1110 M
<b>11h45</b>	Pupilles G2009	2T Intérieur + 1 T Moyen	1110 M
<b>11h55</b>	HANDICROSSCUP TC H-D	2T Intérieur + 1 T Moyen	1110 M
<b>12h05</b>	Minimes F 2008	1 T Intérieur +1 T Extérieur + 1 T Moyen	1718 M
<b>12h13</b>	Minimes F 2007	1 T Intérieur +1 T Extérieur + 1 T Moyen	1718 M
<b>12h21</b>	Minimes G 2008	2 T Intérieur + 1 Grand T	1900 M
<b>12h29</b>	Minimes G 2007	2 T Intérieur + 1 Grand T	1900 M
<b>12h40</b>	HANDICROSSCUP TC H-D	2 Grands T	3000 M
<b>PAUSE</b>			
<b>13h15</b>	Cadettes Cross Court Dames	1 T Intérieur + 1 Grand T	1750 M
<b>13h30</b>	Scolaires Dames	2 Grands Tours	3000 M
<b>13h50</b>	Cadets Cross court Hommes	2 Grands Tours	3000 M
<b>14h05</b>	Scolaires Hommes	3 Grands Tours	4500 M
<b>14h25</b>	Juniores (dames) Masters (dames) Séniiores (dames)	3 Grands Tours 4 Grands Tours	4500 M 6000 M
<b>14h55</b>	Juniors (hommes) Masters (hommes) Seniors (hommes)	4 Grands Tours 6 Grands Tours	6000 M 9000 M

Plans du parcours sur [www.rusta.club](http://www.rusta.club)

**DOSSARDS 2020 OBLIGATOIRES** pour toutes les catégories y compris BPM.

**ATTENTION** : Tous les athlètes de cadets à Masters doivent **obligatoirement** passer par le secrétariat pour y retirer une carte d'inscription de la couleur correspondant à leur catégorie. Les athlètes recevront en outre une "plaquette" à apposer au dos du maillot pour qu'ils (elles) puissent se "repérer" entre eux (elles).

Entrée public 3 €



## Tour Moyen



## Grand Tour

