



PROGRAMME PREVISIONNEL du Dimanche 4 Décembre 2016 de 8h00 à 13h00					8h00--8h25 DOSSARDS ECHAUFFEMENT		
Heure	Heure	Categorie	Discipline	KM	Tours	Temps	Commentaires
8h00	8h40		echauffement				
8h45	8h50	minimes g+f	Elimination à la DANOISE	1,5km	6 tours	5 min	3 sprints tous les 2 tours
8h50	8h55	cadets--cadettes	Elimination à la DANOISE	1,5km	6 tours	5 min	3 sprints tous les 2 tours
8h55	9h20	Dames juniors seniors	500 m lancés	500m	3,5 tours	25min	CHAMPIONNAT DU NORD juniores 1,5 tours de lancement
9h20	9h45	juniors	km lancé	1km	5,5 tours	25min	CHAMPIONNAT DU NORD 1,5 tours de lancement
9h55	10h00	seniors	Elimination à la DANOISE	1,750km	7 tours	5 min	4 tours groupés sprints tous les tours 3
10h00	11h00	cadets--cadettes	Poursuite	2,5 km	10 tours	60 min	CHAMPIONNAT DU NORD 12 SERIES en opposition au temps
11h00	11h10	minmes g+ f	Course aux points	5km	20 tours	10 min	2 classements
11h10	11h15	Dames juniors seniors	Elimination à la DANOISE	1,5km	6 tours	5 min	3 sprints tous les 2 tours
11h15	11h22	juniors	Scratch	5 km	20 tours	7 min	12 Premiers de chaque séries au général km et scratch qualifiés pour la finale
11h22	11h29	seniors	Scratch	5 km	20 tours	7 min	
11h29	11h50	PAUSE				21min	
11h50	11h50	minimes g+f	Scratch	4km	16 tours	10 min	
11h50	12h05	cadets-- cadettes	Course aux points	10km	40 tours	15min	4 classements
12h05	12h15	Dames juniors seniors	Course aux points	7,5km	30 tours	10 min	3 classements
12h15	12h30	seniors/juniors petite finale	Course aux points	7,5km	30 tours	10 min	25 à 48 3 classements
12h30	12h55	seniors/juniors finale	Course aux points	15km	60 tours	25min	1 à 24 5 Classements
12h55	13h00	classements--protocoles--Fin de Programme					