

# Laser Run Perpignan

## Dimanche 20 janvier 2019

### Programme prévisionnel

Lieu : Parc des sports du moulin à vent, av Paul Alduy

Stade ou gymnase suivant le temps

#### Programme :

10h00-10h45 Ouverture du stand de Tir à tous les participants pour un échauffement libre.

Ensuite pour chaque série : 8' d'échauffement Tir/ Course puis départ.

10h45 Série 1 **U9 G et F** (2x200m) Tir 5m 2 mains autorisées

11h00 Série 2 **U11 Filles** (2x400m) Tir 5m 2 mains autorisées

11h20 Série 3 **U11 Garçons** (2x400m) Tir 5m 2 mains autorisées

11h40 Série 4 **Laser run pour tous mixte** (3x400m) Tir 5m

12h00 Série 5 **U13 F** (3x400m) Tir 5m

12h20 Série 6 **U13 G** (3x400m) Tir 5m

12h40 Remise des prix 1 (Pré pupilles a poussins)

12h40 Série 7 **Longue distance 8000m** et **Masters 2 et 3** (5 x 1600 m/ Tir 10 m)

13h30 Série 8 **U15 F** (4x 5cibles 400m) Tir à 10m / **Masters 1 H(7)** (4x 5cibles 400m) Tir à 10m

13h50 Série 9 **U15 G** (4x 5cibles 400m) Tir à 10m / **Masters 1 F (5)** (4x 5cibles 400m) Tir à 10m

14h10 Série 10 **U17 G et F** (3x 5 cibles 800m) Tir à 10m

14h30 Série 11 **U22 U19 Senior G / F**(4x 5 cibles 800m) Tir à 10m

15h00 Remise des prix n°2

15h30 Série relais mixte U9 /U11

15h50 Série relais mixte U13

16h10 Série relais mixte U15

16h20 Série relais mixte U17

16h40 Série relais mixte U19-U22-Sénior

16h50 Série relais mixte Masters 1-2-3

17h20 remise des prix
-----------------------

Engagements a régler sur place avant votre épreuve