



Championnats de France Laser Run

24/25 Juin 2023 BOMPAS (66)

Championnats de France
LASER RUN



PROGRAMME

Vendredi 23 juin : réunion technique à 20h

1^{er} étage, Halle des sports, Avenue François Cassagnes, 66430 BOMPAS

Samedi 24 juin 2023 : Épreuves individuelles

8h30 – 9h Échauffement collectif

9h00 Longue distance Mixte

9h45 U13 F (série2)

10h05 U13 H (série 2)

10h25 U13 F (série 1)

10h45 U13 H (série 1)

11h05 U15 F

11h25 U15 H

11h50 U17 F

12h15 U17 H

Pause repas – Challenge Laser Run MGEFI Languedoc Roussillon

14h00 U19 / U22 F

14h30 U19 / U22 H

15h00 Sénior F

15h30 Sénior H

16h00 Master 40+ F

16h30 Master 40+ H

17h00 Master 50+ Mixte

17h30 Master 60+ / 70+ Mixte

18h U9 Animation Mixte

18h15 U11 Animation Mixte

18h30 Pot de l'amitié

20h00. Soirée de Gala et remise des récompenses

Dimanche 25 juin 2023 : relais mixte

8h30–9h Échauffement collectif

9h00 U11 (animation)

9h30 U13

10h00 U15

10h30 U17

11h00 U19/U22/Sénior

11h30 Masters

12h00 HANDI

12h45 Remise des récompenses des relais mixtes et Handi

13h45 Départ des équipes

BUVETTE SUR PLACE TOUTE LA JOURNÉE



Le programme pourra être modifié en fonction des conditions météorologiques ainsi que du nombre d'engagés notamment catégorie U13/U15 avec des séries multiples et classement au meilleur temps réalisé (Cf règlement national)

ENGAGEMENT : 15€ à régler au plus tard à la réunion technique

PANIERS REPAS : 10€ à réserver avant le 12 juin 2023 minuit

Samedi midi:

- Taboulé oriental
- Sandwich poulet
- Eau 50cl
- 2 brownies

Dimanche midi:

- Pomme de terre-thon
- Sandwich viennois au poulet
- Eau 50cl
- 1 pomme

REPAS FESTIF du Samedi soir (sur place) : 20€ à réserver avant le 12 juin minuit

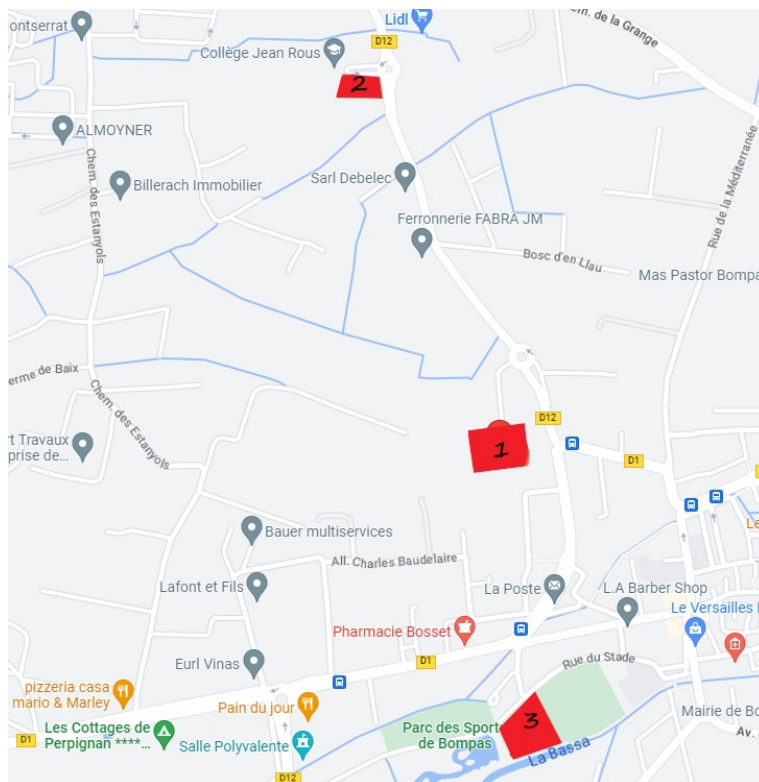
REPAS PENTATHLON DU 24 JUIN 2023

	Entrée :Salade tomate, poivrons, oignons, oeuf
	Plat : Assiette catalane saucisse, ventrèche, boudin, pommes de terre grenaille, aioli
	Verre de vin rouge
	Fromage
	Fougasse

20 Euros

Les clubs regroupent leurs participants et renvoient le fichier joint à l'adresse suivante : francelr.bompas2023@gmail.com

STATIONNEMENT SUR LE SITE :



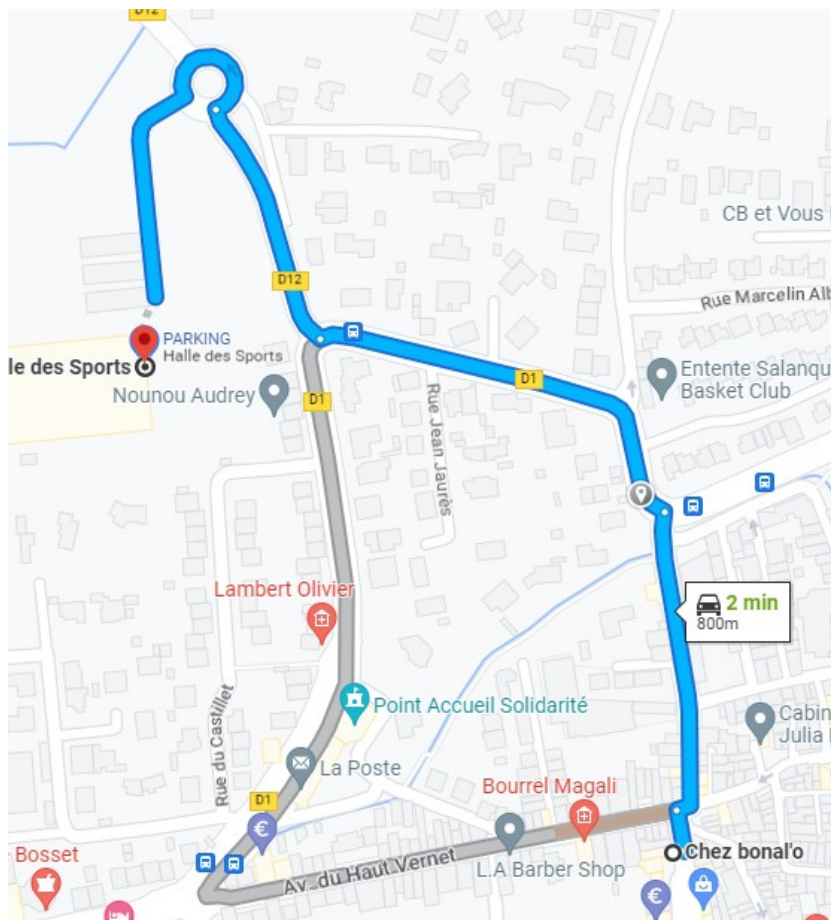
Parking 1 : Halle des sports
Sur place

Parking 2 : Collège Jean Rous
1 min en voiture, 9 min à pied (piste cyclable)
Stationnement Bus

Parking 3 : Parc des sports
3 min en voiture, 10 min à pied

Parking 4 : Autre possibilité, salle polyvalente (derrière le pain du jour)
3 min en voiture, 14 min à pied

RESTAURATION POSSIBLE HORS SITE : (village qqs minutes)



Chez Bonal'O





Contacter directement 06.12.13.22.71 pour réservation

CAMPING – RESTAURATION : Les cottages de Perpignan 04.48.07.23.51.

