



# Laser-Run dimanche 22 Octobre 2023

Complex sportif du val de l'arc

## Laser-Run Longue distance

- 10h00 / Tous coureurs (5x1200m)

## Laser-Run

- 11h10 / U9 et U11 (2x300m)
- 11h30 / U13 (3x300)

## Relais Laser-Run

- 12h10 / Relais U9, U11, U13 (2x(2x300m))

## 13h00 / Podium U9 à U13 + laser run long

## Laser-Run

- 13h30 U15 (3x600), U17 (4x600m)
- 14h00 / Master 60+, Master 40+ et 50+ (3x600)
- 14h30 / U19, U22 et Sénior (5x600)

## Relais Laser-Run

- 15h00 / Relais U15, U17 (2x(2x600m))
- 15h30 / Relais Master 60+, Master 40+ et 50+ (2x(2x300m))
- 16h00 / Relais U19, U22 et Sénior (2x(3x600m)) *Les athlètes commencent par 600m*

## 16h30 / Remise des récompenses

**Nous vous informons qu'il y aura une buvette.**

Ce planning est prévisionnel, il est susceptible d'évoluer en fonction de la météo et du nombre de participants.

Inscription par mail [aucpenta@gmx.fr](mailto:aucpenta@gmx.fr) avant le 19/10/2023

**Aucune inscription ne sera acceptée le jour de la compétition**

Montant de l'engagement à régler sur place : 5 euros

