

# PROGRAMME PRÉVISIONNEL LASER RUN

**Dimanche 11 Février 2024 / Gujan-Mestras**

Plus d'informations : [club@gujan-arcachon-pentathlon.fr](mailto:club@gujan-arcachon-pentathlon.fr)

Tarifs : 5€ (licenciés) - 10€ (non licenciés) - Gratuit (sport adapté/ sport handicap)

## **LASER RUN => Complexe sportif Chante-Cigale**

9h00 : Accueil et réunion technique

9h30-10h45 : Longue distance (5\*1200m – 5m)

11h00 : U9-U11 (2\*300m – 5m)

11h30 : U13 – Laser-run pour tous (3\*300m – 5m)

12h00-13h30 : PAUSE REPAS

13h30 : M60 (2\*600m – 5m)

14h00: Epreuve Sport Adapté – Sport Handicap

15h00: M40+ - M50+ (3\*600m – 10m)

15h30 : U15 (3\*600m – 10m) – U17 (4\*600m – 10m)

16h00 : U19 – U22 – Sénior (5\*600m – 10m)

16h45 : Relais Handi-Valide

17h30: Rangement et Nettoyage du site

18h00: Podiums et Remise des récompenses

\* Chaque club devra fournir au minimum un chronométreur pour chaque série de combiné.

Avant chaque départ 8 min d'échauffement tir/course pour chaque série.

Chaque participant s'engage à respecter les engagements de développement durable de cette compétition.

Programme prévisionnel pouvant évoluer selon le nombre d'inscrits dans chaque catégorie.