

Laser Run Pentathlon Moderne Stéphanois



Laser- Run à Saint- Estève, stade d'Athlétisme
Le Dimanche 13 Avril 2025

Programme

9h15	Accueil au stade	Distance de Course	Nombre et Distances au Tir
9h35	Masters 60+ Mixte et 70+ Mixte	3* 300 m 2* 300 m	3 Tirs à 5 Mètres 2 T à 5 M
10h	Longues distances Open	5* 1200 m	4 T à 10 M
10h45	U 13	3* 300 m	3 T à 5 m
11h05	U 11	2* 300 m	2 T à 5 M
11h25	U 9 Mixte	2* 300 m	2 T à 5 M
11h45	L.P.T.T. Individuel Relais par 2	3* 300 m 2* (2*300)	3 T à 5 m 4 T à 5 M
12h15	Remise des Récompenses		
13h15	U19 + U 22 + Senior Mixte	5* 600 m	5 T à 10 M
13h45	U 15 Mixte	3* 600 m	3 T à 10 M
14h10	U 17 Mixte	4* 600 m	4 T à 10 M
14h35	Masters 40+ Mixte et 50+ Mixte	3* 600 m 3* 600 m	3 T à 10 M
15h05	Course HANDI	3* 300 m	3 T à 5 M
15h40	Remise des Récompenses		

16h Fin compétition

Date limite pour inscriptions : Jeudi 10 Avril 12h, Merci.

Course Relais par 2 : Chacun effectue 2 * courses et tirs puis donne le Relais

Laser Run pour Toutes et Tous (LPTT) : Course ouverte aux non- licenciés

Buvette : salé, boissons chaudes - froides, et sucré

8' d'échauffement avant départ / Espace libre de Tir à disposition

Frais d'inscription:

8 Euros pour les non-licenciés FFPM, 5 Euros pour les licenciés

Obligatoire, Certificat médical de moins de trois mois.

Contacts LRPMS:

@ : mujernelli@outlook.fr

Site : lrpms66-20.webself.net

Tél : 06-25-33-31-56 / 06-24-61-11-39



OCCITANIE



PENTATHLON

