

LES 17 COURSES DU CROSS DU COURRIER DE L'OUEST

9h Course n°1 - Les Grandes Foulées du Parc - 10,5 km

2 000 participants

Cette course est ouverte à tous les non-licenciés FFA H et F à partir de la catégorie Junior (né(e)s en 2001 et avant), à tous les licenciés FFA H de la catégorie Juniors (nés en 2001 et avant) et Masters (nés en 1979 et avant) et FFA F à partir de la catégorie Masters (nées en 1979 et avant).

Les Juniors F FFA courent obligatoirement avec les As F.

10h15 Course n°2 - Les Foulées du Parc - 6,9 km

2 000 participants

Cette course est ouverte à tous les non-licenciés FFA H et F à partir de la catégorie Junior (né(e)s en 2001 et avant), à tous les licenciés FFA H de la catégorie Juniors (nés en 2001 et avant) et Masters (nés en 1979 et avant) et FFA F à partir de la catégorie Masters (nées en 1979 et avant).

Les Juniors F FFA courent obligatoirement avec les As F.

11h Course n°3 - Minimes Filles - 2,2 km

Né(e)s en 2004 et 2005

11h15 Course n°4 - Benjamines - 2,2 km

Né(e)s en 2006 et 2007

11h30 Course n°5 - Benjamins - 2,2 km

Né(e)s en 2006 et 2007

11h45 Course n°6 - Lanceurs - Sprinteurs – Sauteurs - 1,5 Km

Réservé aux licenciés (femmes et hommes) de la Ligue des Pays de la Loire n'ayant jamais participé à des courses d'une distance supérieur à 400 m

11h55 Course n°7 - Parcours Familles - 950 m

Courses ouverte à tous, jeunes et familles

Père, mère et enfant (s) courent et arrivent ensemble. Engagements et dossards sur place à partir de 9h30

13h45 **Course n°8 - Minimes Garçons - 3 km**

Né(e)s en 2004 et 2005

14h **Course n°9 - Cadettes - 3 km**

Né(e)s en 2002 et 2003

14h20 **Course n°10 - Parcours Découverte Fille - 1,1 km**

Né(e)s entre 2010 et 2012

14h30 **Course n°11 - Parcours Découverte Garçon - 1,1 km**

Né(e)s entre 2010 et 2012

14h40 **Course n°12 - Les petites Foulées du Parc - 4,3 km**

Challenge Entreprises 1 200 participants

Ouvert à tous les non-licenciés FFA H et F à partir de la catégorie Junior (né(e)s en 2001 et avant).

Le challenge Entreprises récompense les 3 premières entreprises ayant le plus grand nombre de participants.

Les licenciés FFA peuvent y participer, à la seule condition de courir sous les couleurs d'une entreprise ou association autre que FFA.

15h15 **Course n°13 - Cadets - 4,3 km**

Né(e)s en 2002 et 2003

15h40 **Course n°14 - As Femmes - 4,3 km**

Licenciées FFA nées en 2001 et avant. (Seniors, Espoirs, Juniors et Masters)

16h05 **Course n°15 - Poussines - 1,5 km**

Né(e)s en 2008 et 2009

16h15 **Course n°16 - Poussins - 1,5 km**

Né(e)s en 2008 et 2009

16h30 **Course n°17 - As Hommes - 8,6 km**

Licenciés FFA nés entre 1980 et 1999. (Seniors, Espoirs et Invités)