

Challenge hivernal EA PO du Gers

Trail | Running | Athlé | Cross | walk | Santé



Astarac Fond Club

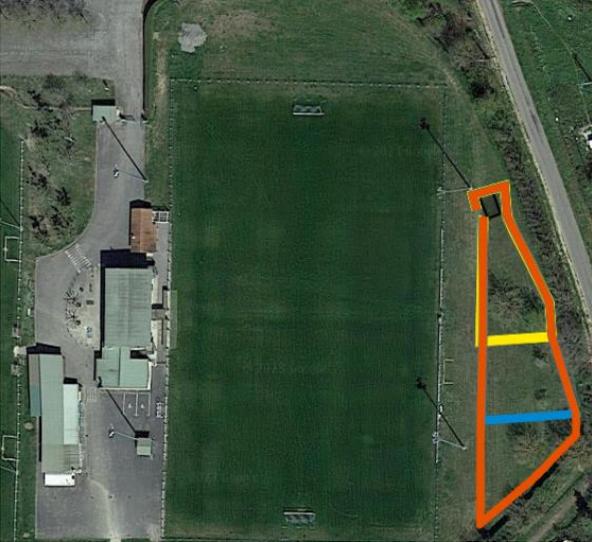


Athlétic Club Auscitain

Dimanche 21 janvier à partir de 13h 15

1ère Etape à l'Isle Jourdain – Installations de foot (chemin de St Lys)

Horaire	Catégorie	Course
13h15/13h30	Accueil des participants – Remise des dossards – Constitution équipes	
13h30	Echauffement collectif	
14h00 14h30	EA1-EA-EA3	Course aux bouchons avec obstacles
	PO2	LE REGULO : 3 boucles
14h30 15h00	PO1	Course aux bouchons
15h30	Relais interclubs – Toutes catégories	
16h00 17h00	Goûter et Remise des récompenses	

<p>Circuit EA1 EA2 et EA3 (120 m)</p>  <p>Plat avec bottes de pailles</p>	<p>Circuit PO1 (150m)</p>  <p>Avec bottes de pailles et bute de 1.5m à monter</p>	<p>Circuit PO2 régulo (boucle jaune 100 m / boucle bleu 150 m / boucle rouge 200m)</p>  <p>Avec bottes de pailles et bute de 1.5m à monter sur les 3 circuits</p>
<p>Relais EA PO (partie rose EA 100m / partie orange PO1 200 m / PO2 partie rouge 400m)</p> 		