

# PENTATHLON PENNOIS

Association loi 1901 - JO le 22 septembre 97 N° 1/21102 - Agrément Ministère Jeunesse et Sports N° 1672 S/98 du 09/12/98

## PROGRAMME DU LASER-RUN PACA N° 4 Les Pennes Mirabeau - Saison 2022-2023

*Dimanche 19 mars 2023*

Complexe Sportif Jean Roure, 32 Chemin de la Capelane, Les Pennes Mirabeau

### Epreuves

#### - Laser-Run Longue distance

- 09h30 – Tous coureurs

#### - Laser-Run par catégories

- 10h30 – U9 pré-pupilles & U11 Pupilles
- 10h50 – U13 Poussines
- 11h20 – U13 Poussins
- 12h00 – Relais U9, U11 & U13
  - **Podium** Longue distance, U9 à U13 individuel et Relais – (12h50)
- 13h20 – U15 Benjamin(e)s & U17 Minimes
- 13h50 – Master 40+ / 50+ / 60+
- 14h20 – U19 Cadet(te)s / U22 Juniors / Séniors
- 15h00 – Relais Master 40+ / 50+ / 60+
- 15h30 – Relais U15, U17, U19, U22 & Sénior
  - **Podium** Adolescents et Adultes à la suite de la dernière série – (16h00)

*Chaque athlète doit venir avec son pistolet*

*Rendez-vous au minimum 3/2h avant l'heure de départ de votre catégorie*

Pré inscriptions : mercredi 15 mars 2023 dernier délai

Engagement : 5€/ athlètes à régler sur place.

En cas d'inscription sur place, quel qu'en soit la raison, l'engagement sera de 10€

Pour tous renseignements : Jean-Christophe Perrier – 06 77 76 39 09 – [jc.perrier7@orange.fr](mailto:jc.perrier7@orange.fr)

Thomas Fleurot – 06 27 63 75 05

Laetitia Madec – 06 76 48 00 83

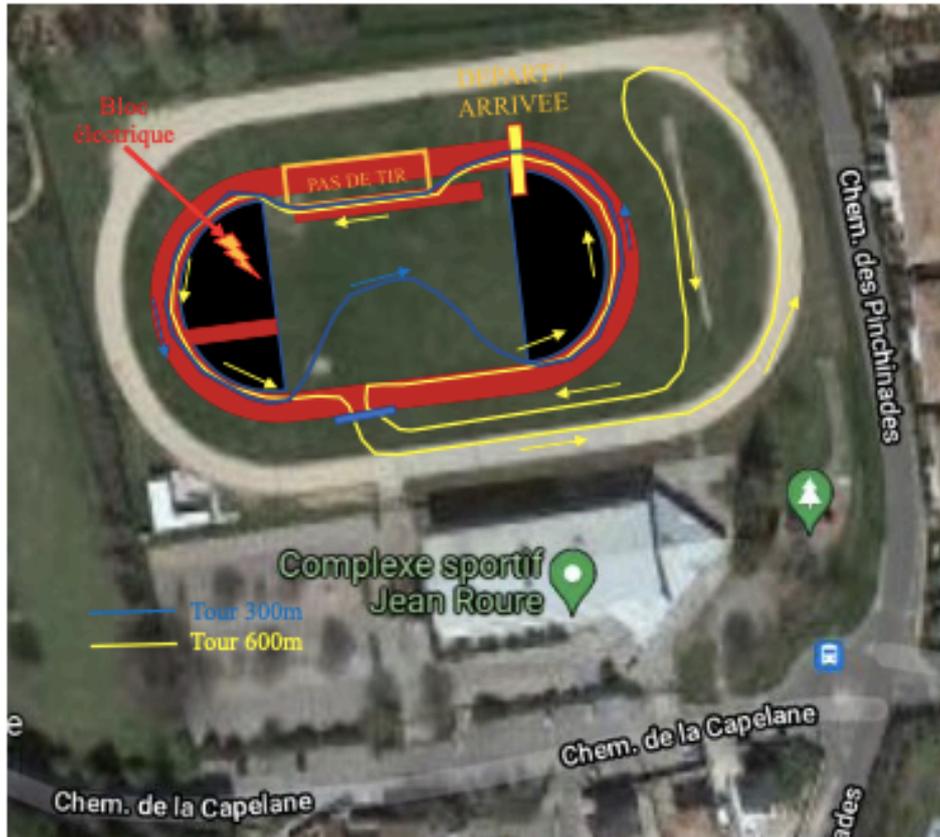


# PENTATHLON PENNOIS

Association loi 1901 - JO le 22 septembre 97 N° 1/21102 - Agrément Ministère Jeunesse et Sports N° 1672 S/98 du 09/12/98

## PROGRAMME DU LASER-RUN PACA N° 4 Les Pennes Mirabeau - Saison 2022-2023 *Dimanche 19 mars 2023*

PLAN DU PARCOURS : Plan A (par beau temps)



Plan B (en cas de mauvais temps)

