



CETTE ANNÉE, SORTEZ VOS FRONTALES !

Samedi 18 nov. 19h30

10 km nature Groupe Legendre (de nuit)

Renseignements et inscriptions : www.crossrennesmetropole.fr

Engagement par la poste ou internet : 12€, sur place : 15 €

OBLIGATOIRE : certificat médical d'aptitude à la course à pied en compétition de moins d'un an
ATTENTION : PAS DE PRE-INSCRIPTIONS, SEULEMENT 1000 DOSSARDS ATTRIBUES !

ORGANISÉS DANS LE CADRE DU CROSS NATIONAL DE RENNES MÉTROPOLE PACÉ.



www.rmg.fr - Ne pas jeter sur place

Nom : Prénom :

Date de naissance : Club/association :

N° de Licence : Course : 10 km

Adresser avec votre **certificat médical** ou **copie de licence** et **chèque** de 12 € à :
Pacé En Courant - BP 24 229 - 35742 - PACÉ Cedex 2

Pacé, site de l'étang

Pacé CROSS

Rennes Métropole

NOUVEAUTÉS
" LES
RELAIS-CROSS " Entrée
libre

Sortez les crocsss !

Inscriptions : www.crossrennesmetropole.fr



samedi 18 novembre

- 13h30 : Randonnée pédestre de la MJC
- 14h30 : Marche Nordique Tour compétition FFA
- 16h00 : La virée nordique loisir
- 18h00 : Canicross nocturne contre la montre
- 19h30 : 10 km nature de nuit Groupe Legendre

dimanche 19 novembre

- 12h00 : Canicross enfants 1
- 12h20 : Canicross enfants 2
- 12h45 : Cross benjamins (es) et minimes G et F
- 13h15 : Cross court toutes catégories + cadets et cadettes
- 13h45 : Cross des As femmes
- 14h30 : Canicross adultes
- 15h15 : Cross des As hommes
- 16h00 : Relais cross des tous petits
- 16h20 : Relais cross des poussins et poussines
- 16h45 : Relais cross des adultes



www.rmc.fr