

samedi 12 septembre 2009
ROQUEBRUNE CAP MARTIN
Côte d'Azur
6° traversée de la baie de Roquebrune cap martin
Base nautique

- **Épreuves de la coupe régionale**
épreuve du 500 mètres POUSSINS – rassemblement 10 heures – Départ 11 heures
épreuve du 1500 mètres BENJAMINS – rassemblement 10 heures – Départ 11 heures
- **Épreuves de la coupe régionale**
épreuve du 1500 mètres OPEN ouverte aux non-licenciés – rassemblement 11 heures –
Départ 12 heures
- **Épreuve de coupe de France**
épreuve de 5 KMS – rassemblement 12 heures – Départ 14 heures
récompenses hommes et dames : 1er : 150 Euros; 2ème 75 Euros; 3ème 35 Euros.
Compte également pour la coupe régionale
- **Épreuves d'animation**
épreuve du relais 3 X 500 mètres réservée aux poussins & benjamins – rassemblement à
15 heures – Départ 16 heures
- **Épreuves d'animation**
épreuve du relais 3 x 1000 mètres réservée aux benjamins et plus-rassemblement à
15 h 30– Départ à 16h30
- **Activités complémentaires**
restauration aisée sur le site
remise des récompenses à 17 heures accompagnée d'un apéritif

Dimanche 13 septembre 2009
ROQUEBRUNE CAP MARTIN
Côte d'Azur
6° traversée de la baie de Roquebrune cap martin
Base nautique

- **Épreuve de coupe de France**
épreuve de 10 KMS – rassemblement 9 heures – Départ 9 heures 30.
Neutralisation de la course : 12 H 30
récompenses hommes et dames : 1er : 150 Euros; 2ème 75 Euros; 3ème 35 Euros.
Compte également pour la coupe régionale
- **Activités complémentaires**
restauration aisée sur le site
remise des récompenses de l'épreuve et récompenses nationales à 12 H 30 heures