

**Distances pour les cross - saison 2009/2010 :**

<b>CATEGORIES</b>	<b>GARCONS/HOMMES DISTANCES</b>		<b>FILLES/DAMES DISTANCES</b>	
	<i>MIN</i>	<i>MAX</i>	<i>MIN</i>	<i>MAX</i>
<b>Du 01.11.2009 au 31.03.2010</b>				
BEN 01/02 **	800	1000	800	1000
PUP 99/00	800	1000	800	1000
CAD 95/96			1500	2000
<b>Du 01.11.2009 au 31.12.2009</b>				
MIN 97/98	1200	1500	1000	1200
CAD 95/96	1500	2000		
SCOL 93/94	3000	4000	2000	2500
JUN 91/92	6000	7000	3500	4000
SEN 90 (jusqu'à 35 ans -1 jour)			4000	5000
SEN 90 (jusqu'à 35 ans -1 jour)	8000	10000		
MASTERS D (jour où l'athlète atteint 35 ans)	3500	4000		
MASTERS H (jour où l'athlète atteint 35 ans)			6000	7000
<b>Du 01.01.2009 au 31.03.2010</b>				
MIN /9897	1500	1800	1200	1500
CAD 95/96	2000	2500		
SCOL 93/94	4000	5000	2500	3000
JUN 91/92	7000	8000	4000	4500
SEN 90 (jusqu'à 35 ans)			5000	6000
SEN 90 (jusqu'à 35 ans)	10000	12000		
MASTERS D (jour où l'athlète atteint 35 ans)	4000	4500		
MASTERS H (jour où l'athlète atteint 35 ans)			7000	8000
CROSS COURT à partir de JUN	H : 3000		D : 1500	

**\*\* Pour les benjamins nés en 2001/02 :**

**Pour les distances de 1000m, les benjamins doivent être accompagnés sur les 500 premiers mètres.**

**Les dossards des benjamins 2003/04 seront barrés.**