

**CAMPIONATO REGIONALE INDIVIDUALE DI CROSS
ASSOLUTO E DI CATEGORIA
GRESSAN (loc. 'Les Iles') – DOMENICA 8 MARZO 2009
RITROVO ORE 9.00 - CHIUSURA ISCRIZIONI ORE 9.30 - INIZIO GARE ORE 10.00**

ORGANIZZAZIONE

L'organizzazione tecnica è a cura dell'A.S.D. Atletica Cogne Aosta

PROGRAMMA TECNICO

GARE UOMINI

SENIORES /PROMESSE km 10
JUNIORES km 8
MASTER km 6
ALLIEVI km 5

GARE DONNE

SENIORES/PROMESSE km 8
JUNIORES km 6
ALLIEVE km 4
MASTER km 4

ORARIO GARE

Ore 10.00 – cross maschile seniores/promesse/master km 10
Ore 10.50 – cross femminile seniores/promesse/master e cross juniores maschile km 8
Ore 11.30 – cross juniores femminile e cross master maschile km 6
Ore 12.00 – cross allievi km 5
Ore 12.20 – cross allieve e master femminile km 4

REGOLAMENTO

Le iscrizioni si accettano direttamente sul campo. È comunque gradita la prescrizione che potrà essere inviata tramite mail a: atletica.cogne@libero.it entro le ore 12 di sabato 7 marzo.

Alla gara Seniores e Promesse possono partecipare gli atleti/e italiani/e appartenenti alle categorie Seniores, Promesse e Master (Gli atleti della categoria Master che scelgono di correre nella gara dei 10km concorrono solamente al titolo assoluto). Al vincitore è assegnato il titolo di campione regionale assoluto.

Alle gare Juniores MF possono partecipare atleti/e italiani/e della categoria juniores e concorrono al titolo di categoria Juniores MF.

Alle gare Allievi/e possono partecipare atleti italiani e stranieri della categoria allievi e concorrono al titolo di categoria Allievi/e.

Alle gare Master MF possono partecipare atleti italiani della categoria Master e concorrono al titolo di categoria; verranno assegnati i seguenti titoli: Master A maschili (M35-M40), Master B maschili (MM45-MM50), Master C maschili (over MM55) e Master femminili (categoria unica).

Valida come prova per l'assegnazione del Trofeo Mauro e Giuseppe FOGU

PROMOCROSS

**GRESSAN (loc. 'Les Iles') – DOMENICA 8 MARZO 2009
RITROVO ORE 11.30 - CHIUSURA ISCRIZIONI ORE 12.00 – INIZIO GARE ORE 12.45**

ORGANIZZAZIONE

L'organizzazione tecnica è a cura dell'A.S.D. Atletica Cogne Aosta

CATEGORIE E PROGRAMMA TECNICO

ESORDIENTI M/F A-B-C	km 0.5
RAGAZZE-RAGAZZI	km 1.0
CADETTE-CADETTI	km 1.5

REGOLAMENTO

Le iscrizioni si accettano direttamente sul campo. È comunque gradita la prescrizione che potrà essere inviata tramite mail a: atletica.cogne@libero.it entro le ore 12 di sabato 7 marzo.

I titoli di categoria ragazzi e cadetti MF saranno assegnati ai vincitori di ciascuna categoria.

ORARIO GARE

Ore 12.45 – cross Esordienti A/B/C MF	km 0.5
Ore 12.50 – cross Ragazze/Ragazzi	km 1.0
Ore 13.00 – cross Cadette/Cadetti	km 1.5