

XXX CAMPEONATO NACIONAL MÁSTER DE CROSS COUNTRY

LA RIOJA 20 ABRIL 2019

CRONOGRAMA

1) VIERNES 19/04:

14 HS. ----> ENTREGA DE KIT, DORSAL Y REMERA.

20 HS. ---> CHARLA TÉCNICA P/ LOS DELEGADOS DE CADA ASOC.

21 HS. ---> CENA PARA LOS ATLETAS.

2) SÁBADO 20/04:

06 HS. ---> SALIDAS DE LOS MICROS A LA LOCALIDAD DE SAN BLAS DE LOS SAUCES.

DURANTE EL VIAJE---> DESAYUNO PARA LOS ATLETAS

10 HS.---> INAGURACIÓN DEL CAMPEONATO Y DESFILE DE LAS DISTINTAS DELEGACIONES.

10:45 HS.---> LARGADA DE LOS 4 KM. CATEGORÍA DAMAS.
PARA LOS ATLETAS > 60 AÑOS: 6 KM.

11:45 HS.---> LARGADA DE LOS 4 KM. CATEGORÍA CABALLEROS.
PARA LOS ATLETAS > 60 AÑOS: 6 KM.

11:30 A 13:30 HS.---> ALMUERZO.

14 HS.---> LARGADA DE LA PRUEBA COMPLEMENTARIA DE 6 KM.

15:15 HS.---> LARGADA DE LOS 8 KM. CATEGORÍA DAMAS.
PARA LOS ATLETAS > 60 AÑOS: 6 KM.

16:30 HS.---> LARGADA DE LOS 8 KM. CATEGORÍA CABALLEROS.
PARA LOS ATLETAS > 60 AÑOS: 6 KM.

18 HS.---> PREMIACIÓN DE TODAS LAS CATEGORÍAS.

19:30 HS.---> REGRESO A LA CAPITAL RIOJANA .

LUGAR DE CONCENTRACIÓN: SEDE DE ARAM. UBICADA EN EL CENTRO DE EDUCACIÓN FÍSICA N°5. AV.ORTÍZ DE OCAMPO Y CARLOS MENEM.

