

Club Nautique et Athlétique de Rouen

20, rue de l'Industrie

76000 ROUEN

02.35.71.41.79

CHAMPIONNAT INTERREGIONAL D'ERGOMETRE

DIMANCHE 9 DECEMBRE 2019

Réunion des délégués au gymnase Saint-Exupéry à 9H00

PROGRAMME PREVISIONNEL DES COURSES

N° COURSE	Distance	HORAIRES	MANCHES	CATEGORIES
1	1000m	09H30	Manche I	Offre jeunes (J12, J13, J14 femmes)
2	1000m	09H40	Manche I	Offre jeunes (J12, J13, J14 hommes)
	1000m	09H50	Manche II	Offre jeunes (J12, J13, J14)
3	1000m	10H00	Manche I	Vétéran - Loisir femmes
4	1000m	10H10	Manche I	Vétéran - Loisir hommes
		10H20	Manche II	
10	500m	10H30	Manche I	Femmes "Deep rowing" + "femmes en rose"
11	1000m	10H45	Manche I	Handisport + sport adapté
		11H05	Manche II	
		11H20	Manche III	
6	Relais 2000m	11H40	Manche I	Offre jeunes (J12, J13, J14 femmes + mixtes)
	Relais 2000m	12H00	Manche I	Offre jeunes (J12, J13, J14 hommes)
12H30			Remise des prix	
P A U S E				
12	2000m	13H00	Manche I	J16 femmes
		13H15	Manche II	
13	2000m	13H30	Manche I	J16 hommes
		13H45	Manche II	
		14H00	Manche III	
		14H15	Manche IV	
		14H30	Manche V	
14	2000m	14H45	Manche I	J18 femmes
15	2000m	15H00	Manche I	J18 hommes
		15H15	Manche II	
		15H30	Manche III	
16	2000m	15H45	Manche I	Senior femmes TC et PL
17	2000m	16H00	Manche I	Senior hommes PL
18	2000m	16H15	Manche I	Senior hommes TC
16H30			Remise des prix	