

Club Nautique et Athlétique de Rouen

20, rue de l'Industrie

76000 ROUEN

02.35.71.41.79

CHAMPIONNAT INTERREGIONAL D'ERGOMETRE

DIMANCHE 4 DECEMBRE 2016

Réunion des délégués au gymnase Saint-Exupéry à 9H30

PROGRAMME PREVISIONNEL DES COURSES

N° COURSE	Distance	HORAIRES	MANCHES	CATEGORIES
1	1000m	10H00	Manche I	Vétéran - Loisir femmes
2	1000m	10H10	Manche I	Vétéran - Loisir hommes
		10H20	Manche II	
3	Relais 2000m	10H30	Manche I	Offre jeunes (J12 femmes + hommes)
4	Relais 2000m	10H45	Manche I	Offre jeunes (J14 femmes)
5	Relais 2000m	11H00	Manche I	Offre jeunes (J14 hommes)
6	Relais 2000m	11H15	Manche II	Offre jeunes (J14 mixte)
7	1000m	11H30	Manche I	Scolaires (hommes et femmes)
8	500m	11H40	Manche I	femmes "Deep rowing" + "femmes en rose"
		11H50	Manche II	
9	1000m	12H00	Manche I	Handisport + sport adapté
		12H15	Manche II	
12H45			Remise des prix	
P A U S E				
10	1500m	13H30	Manche I	J16 femmes
		13H45	Manche II	
10	1500m	14H00	Manche I	J16 hommes
		14H15	Manche II	
		14H30	Manche III	
		14H45	Manche IV	
		15H00	Manche V	
11	2000m	15H15	Manche I	J18 femmes
12	2000m	15H30	Manche I	J18 hommes
		15H45	Manche II	
13	2000m	16H00	Manche I	Senior femmes TC et PL
14	2000m	16H15	Manche I	Senior hommes PL
15	2000m	16H30	Manche I	Senior hommes TC
16H45			Remise des prix	