



Cross Dongio – 11 novembre 2018

Iniziano i cross della stagione 2019, invitiamo tutti gli interessati ad iscriversi presso i propri monitori entro mercoledì 7 novembre o comunicarlo via mail entro mercoledì 7 novembre alle 21:00, a info@uscatletica.ch. **Per partecipare alle gare è necessaria la divisa USC!**

10.00 U10 W (scolare C)	700 m	11.00 U16 W (ragazze B)	2 km
10.10 U10 M (scolari C)	700 m	11.10 U18 W (ragazze A) / U 16 M (giovani B)	3 km
10.20 U12 W (scolare B)	1,5 km	11.30 Attive, da W40, da W50, U 20 W (junior F), U18 M (giovani A), cross corto	4 km
10.30 U12 M (scolari B)	1,5 km	12.00 Attivi	8 km
10.40 U14 W (scolare A)	1,5 km	U20 M (junior M), M40+45 (veterani 1) da M50 (veterani 2), da M60	6 km
10.50 U14 M (scolari A)	2 km		

Chi ha bisogno di un passaggio con il furgone è pregato di annunciarsi comunicando a Anna 0786325115 o Jonathan o via mail a brighela.USC@gmail.com

Ritrovo Arena Capriasca alle ore 8.20, rientro ore 14.00 circa.

Chi sale autonomamente deve essere **sul posto almeno un'ora prima dell'inizio della gara.**

Vista la stagione invitiamo tutti a vestirsi adeguatamente e portare il necessario per cambiarsi, assolutamente da non dimenticare la **maglietta USC e una sana voglia di divertirsi correndo.**

Ciao e ... a domenica. I vostri monitori

Sabato 10 novembre corsa s'orientamento USC, info su www.uscatletica.ch

Prossimi appuntamenti:

Cross Camignolo	sabato 24 novembre
CROSS DI POM TESSERETE	domenica 9 dicembre – NON MANCATE
Cross Mendrisio	domenica 16 dicembre
Cross Gordola	sabato 12 gennaio
Cross Banco	domenica 3 febbraio
Cross Vezia	sabato 9 febbraio

