



Cross Banco – 3 febbraio 2019

Quinto cross della stagione 2019, invitiamo tutti gli interessati ad iscriversi presso i propri monitori o comunicarlo via mail entro martedì 29 gennaio alle 21:00, a info@uscatletica.ch.

Per partecipare alle gare è necessaria la divisa USC!

10.00	Scoiattole	2012 /	370 m	1 piccolo
10.05	Scoiattoli	2012 /	370 m	1 piccolo
10.10	U10W	2010 / 2011	650 m	1 medio
10.20	U10M	2010 / 2011	650 m	1 medio
10.30	U12W	2008 / 2009	1500 m	1 grande
10.45	U12M	2008 / 2009	1500 m	1 grande
11.00	U14W	2006 / 2007	1500 m	1 grande
11.10	U14M	2006 / 2007	3000 m	2 grandi
11.30	M20	1980 / 1999	9000 m	6 grandi
	U20M*	2000 / 2001	6000 m	4 grandi
	M40*	1970 / 1979	6000 m	4 grandi
	M50*	1960 / 1969	6000 m	4 grandi
	M60* / 1959	6000 m	4 grandi
12.20	U16W	2004 / 2005	3000 m	2 grandi
12.40	U18W	2002 / 2003	3000 m	2 grandi
	U16M	2004 / 2005	3000 m	2 grandi
13.00	W20	1980 / 1999	4500 m	3 grandi
	W40	1970 / 1979	4500 m	3 grandi
	W50 / 1969	4500 m	3 grandi
	U20W	2000 / 2001	4500 m	3 grandi
	U18M	2002 / 2003	4500 m	3 grandi
13.30	Cross corto	età libera	3000 m	2 grandi

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 8:30, rientro ore 14.30 circa.

Chi va 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

Prossimi appuntamenti:

Cross Vezia

sabato 9 febbraio



info su www.uscatletica.ch