

## LA SAISON DE CROSS-COUNTRY ADULTES AU R.C.N.



### LES REGROUPEMENTS INTERNES TOUTES SECTIONS (OUVERTS AUX CATEGORIES MINIMES A MASTERS FEMMES ET HOMMES)

Dimanche 6 décembre : Hippodrome du Petit-Port à Nantes (rendez-vous au parking à 10h20).

Dimanche 13 décembre : Plan d'eau du Chêne à Saint-Julien-de-Concelles (rendez-vous au parking du Plan d'eau côté camping à 10h20).

Dimanche 3 janvier : Parc de la Gournerie à Saint-Herblain (rendez-vous au parking des Etangs à 10h20).

### LES COMPETITIONS ET CHAMPIONNATS

Dimanche 20 décembre : Cross-country du R.C.N. et Départementaux 44 de cross court et relais cross à Nantes (Petit-Port).\*

Dimanche 10 janvier : Départementaux 44 de cross à Saint-Herblain.\*

Dimanche 24 janvier : Régionaux de cross à Laval (53).\*

Dimanche 7 février : Interrégionaux de cross à Verrie (49). \*

Samedi 27 et dimanche 28 février : Championnats de France de cross à Montauban (82).\*

\*Cross pris en compte pour le classement du Challenge National des clubs et les points FFA.

S'ajouteront à ce programme les régionaux de relais cross.



De la participation, du plaisir, de l'enthousiasme, de l'ambiance :  
**BONNE SAISON A TOUS !!!**

Contact : David Ferré (06/85/95/97/49 et davidferre.rcn@gmail.com)