

## Uurschema en afstanden Cross Cup Roeselare 29 november 2009

St = Start = 90m  
 A = 250m  
 B = 300m  
 C = 190m  
 D = 240m  
 E = 250m  
 F = 220m  
 Fi = Finish = 100m

DFAC 900m  
 DFABC 1200m  
 DEFAC 1150m  
 DEFABC 1450m

11u30	03-02	Benjamins meisjes	St+A+C+Fi	630m
11u35	01	Benjamins meisjes	90+250+190+100	
11u40	03-02	Benjamins jongens		
11u45	01	Benjamins jongens		
11u50	00	Pupillen meisjes	St+A+B+C+Fi	930m
11u56	99	Pupillen meisjes	90+250+300+190+100	
12u02	00	Pupillen jongens		
12u08	99	Pupillen jongens		
12u14	98	Miniemen meisjes	St+A+C+(DFAC)+Fi	1530m
12u22	97	Miniemen meisjes	90+250+190+900+100	
12u30	98	Miniemen jongens		
12u38	97	Miniemen jongens		
12u46	96-95	Cadetten meisjes	St+A+B+C+(DFABC)+Fi	2130m
			90+250+300+190+1200+100	
12u56	96-95	Cadetten jongens	St+A+C+(DFAC)+(DFABC)+Fi	2730m
			90+250+190+900+1200+100	
13u10	94-93	Scholieren meisjes	St+A+C+(DFAC)+(DFABC)+Fi	2730m
			90+250+190+900+1200+100	
13u24	94-93	Scholieren jongens	St+A+C+3(DFABC)+Fi	4230m
			90+250+190+(3x1200)+100	
13u45	>92	Korte cross heren	St+A+C+(DFAC)+(DFABC)+Fi	2730m
			90+250+190+900+1200+100	
14u00		Cross Cup senioren dames	St+A+C+4(DEFABC)+Fi	6430m
			90+250+190+(4x1450)+100	
14u30		Cross Cup senioren heren	St+A+C+6(DEFABC)+Aank	9330m
			90+250+190+(6x1450)+100	
15u00	92-91-90 >35jaar	Junioren dames - 1ste jaars sen Masters dames	St+A+C+3(DFABC)+Fi	4230m
			90+250+190+(3x1200)+100	
15u25	92-91-90	Junioren heren - 1ste jaars sen	St+A+C+4(DEFABC)+Fi	6430m
			90+250+190+(4x1450)+100	
15u50	>35jaar	Masters heren	St+A+C+4(DEFABC)+Fi	6430m
			90+250+190+(4x1450)+100	