



_____ : aanloop (50m) – aankomst (+50m)

+++++++ : ronde 1 (655m) R1

..... : ronde 2 (800m) R2

----- : ronde 3 (1485m) R3

ADD
ATLETIEKLUB
DE DEMER

1 : Kantine

2 : Podium

3 : Inschrijvingen

4 : Kleedkamers en douches

5 : Tribune

ADD TONGEREN - VELDLOOP
Sportpark De Motten
Limburgs Cross Criterium (LCC)
zondag 3 november 2019

www.addemer.com - www.addtongeren.be

Inkom toeschouwers : € 3,00 (via ingang Parking De Motten of ingang Parking de Velinx)

Inschrijvingsgeld: € 2,50

startuur	categorie	geboortejaar	ronden	afstand
11.40u	G-sporters		R1 (start 2) + aankomst	600m
11.50u	KAN meisjes	2013-2014	R1 (start 2) + aankomst	600m
11.55u	KAN jongens	2013-2014	R1 (start 2) + aankomst	600m
12.00u	BEN Vr	2012	aanloop + R2 + aankomst	900m
12.06u	BEN Vr	2011	aanloop + R2 + aankomst	900m
12.12u	BEN Ma	2012	aanloop + R2 + aankomst	900m
12.18u	BEN Ma	2011	aanloop + R2 + aankomst	900m
12.24u	PUP Vr	2010	aanloop + R1 x 2 + aankomst	1410m
12.31u	PUP Vr	2009	aanloop + R1 x 2 + aankomst	1410m
12.38u	PUP Ma	2010	aanloop + R1 x 2 + aankomst	1410m
12.45u	PUP Ma	2009	aanloop + R1 x 2 + aankomst	1410m
12.52u	MIN Vr	2008	aanloop + R2 x 2 + aankomst	1700m
13.01u	MIN Vr	2007	aanloop + R2 x 2 + aankomst	1700m
13.10u	MIN Ma	2008	aanloop + R2 x 2 + aankomst	1700m
13.19u	MIN Ma	2007	aanloop + R2 x 2 + aankomst	1700m
13.30u	CAD Vr	2005-2006	aanloop + R2 x 3 + aankomst	2500m
13.45u	CAD Ma	2005-2006	aanloop + R3 x 2 + aankomst	3070m
13.57u	SCH Vr MAS Vr +50	2003-2004 03-11-1969 = 50j	aanloop + R2 + R3 x 2 + aankomst	3870m
14.15u	SCH Ma MAS Ma +50	2003-2004 03-11-1969 = 50j	aanloop + R2 x 2 + R3 x 2 + aankomst	4670m
14.35u	JUN Vr SEN Vr MAS Vr -50	2001-2002 2000 03-11-1984 = 35j	aanloop + R3 x 4 + aankomst	6040m
15.00u	SEN Ma	2000	aanloop + R3 x 6 + aankomst	9010m
15.45u	JUN Ma MAS Ma -50	2001-2002 03-11-1984 = 35j	aanloop + R2 + R3 x 4 + aankomst	6840m