

<http://vttfunclub.fr/spip.php?article1639>

les Cyclos Cross

- Ecole Française de Cyclisme Infos -



Date de mise en ligne : samedi 25 octobre 2014

Copyright © Vtt Fun Club - Tous droits réservés

VEUILLEZ NOTER LA DATE DES PROCHAINS CYCLO-CROSS, tout proches,
QUE NOUS VOUS CONSEILLONS

ENTRAINEMENT SUPER EN HIVER :

très court, explosif, remplaçant avantageusement un entraînement puisqu'il y a des adversaires, et des supporters.....

vous pouvez avoir tous les renseignements concernant les épreuves sur le site du club, à droite sur le PAVE COMITE REGIONAL, en page d'accueil clic sur CYCLO-CROSS et vous avez la liste de toutes les compétitions. vous cliquez à droite sur le détail et vous avez tout.

INSCRIPTIONS AUPRES DE BENOIT AU PLUS TARD LE MERCREDI POUR LA COURSE LE DIMANCHE

Prendre épingles de sûreté pour accrocher le dossard dans le dos, 2 Euros pour la caution de plaque de cadre, possibilité de prendre un vtt (sauf pour le CHAMPIONNAT) - ravitaillements interdits (pas de bidon)

pour information : Julien ABSALON et son frère REMY viennent souvent sur les cyclo-cross :

LE 09/11/2014 par NANCY COURONNE CYCLISME Parc de brabois au départ du Château de Remicourt à VILLERS

poussins 5 mn, pupilles 7 mn, benjamins 10 mn, minimales 15 minutes - dossards à partir de 12 H Départ 13 h

Juniors 40 mn, cadets et dames 30 mn, dossards 13 h pour un départ à 14 h

élites 50 mn, dossards 14 h pour un départ à 15 h

MARDI 11 NOVEMBRE 2014 par NEUVES-MAISONS CYCLISME site ex INRS Rue Antoine Becquerel à NEUVES-MAISONS

jeunes le matin dossards 11 h 30 pour un départ 12 H 30

cadets juniors, dames dossards à 13 h pour un départ 14 h

élites : dossards 14 h pour un départ 15 h

14/12/2014 : OMNISPORTS FROUARD-POMPEY sur le Plateau de l'Avant Garde à POMPEY

07/12/2014 : CHAMPIONNAT DE LORRAINE à SAULXURES SUR MOSELOTTE

INTERESSANT A DECOUVRIR, nous comptons sur vous et les petits.

MADO