

# Championnats Régionaux de Cross-Country Ile de France Ouest

**Dimanche 8 Février 2009 à Franconville**

***BOIS DES EBOULURES***



Organisé par:

**F**ranconville **A**thlétisme **V**al d'**O**ise  
La Ligue de l'Ile de France d'Athlétisme  
Le Comité Départemental du Val d'Oise



Avec le concours de :  
La Mairie de Franconville

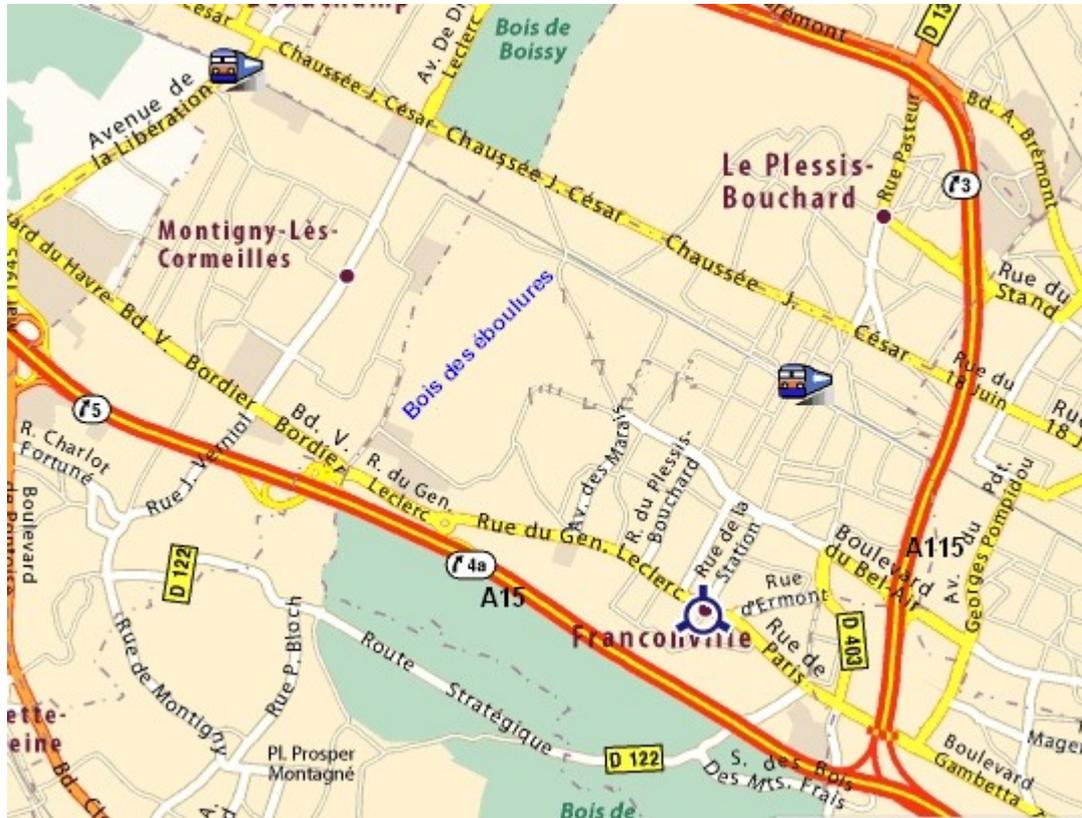


## ACCES AU SITE ET RENSEIGNEMENTS PRATIQUES

### Par la route :

**Autoroute A15 :** prendre la sortie Franconville Epine Guyon et suivre le fléchage

**Autoroute A115 :** prendre la sortie Franconville et suivre le fléchage



### Par le train :

Arrêt Franconville le Plessis Bouchard

**RER C :** Direction Montigny-Beauchamp / Pontoise

**Transilien ligne H** Gare du Nord-Pontoise

### Parking véhicules personnels :

Des aires de stationnement sont prévues autour du site :

- Parking de Leclerc Franconville
- Parking du collège Epine Guyon
- Parking du CSL

### Parking des cars :

Nous recommandons aux cars de déposer leurs passagers près du site de compétition et d'aller se garer au parking de la gare de Franconville.

# Championnats Régionaux de cross-country Ile-de-France Zone Ouest

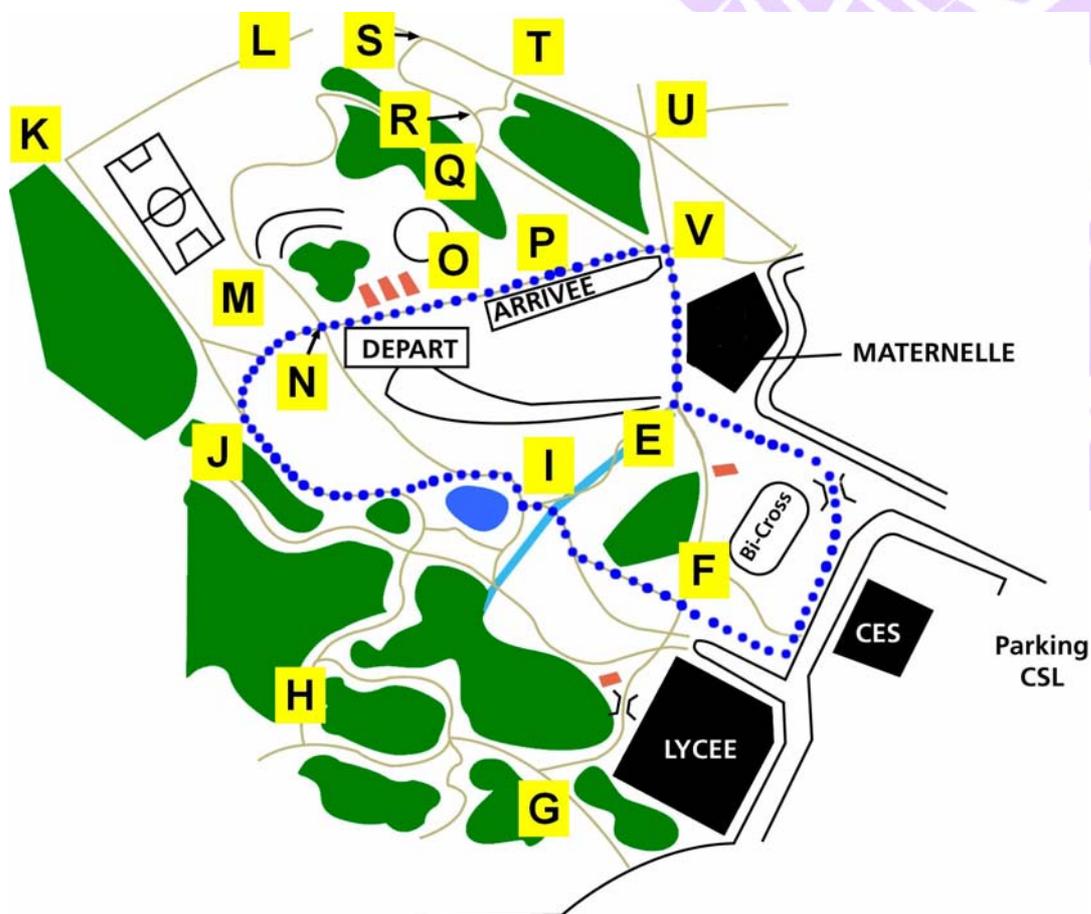
Dimanche 8 février 2009 – Franconville

## Horaires et parcours

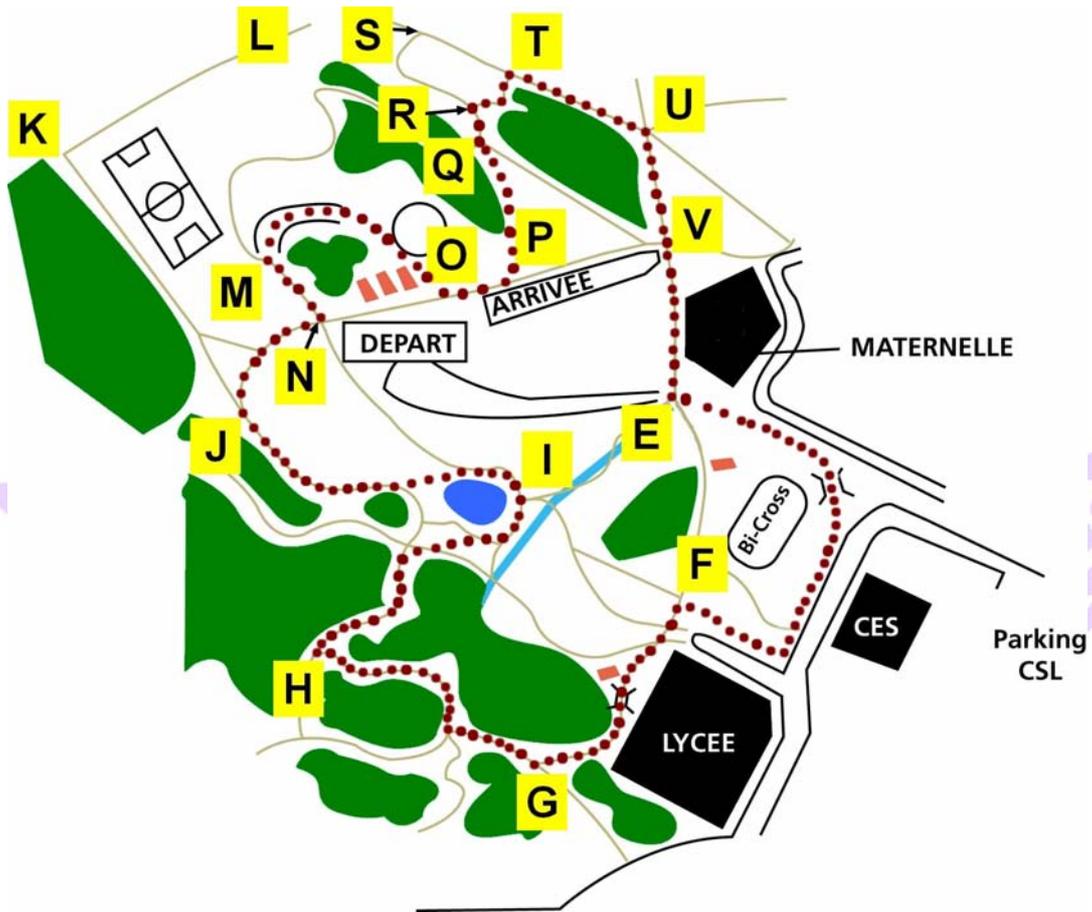
11 h 00	Minimes Filles	2708	1 MB + D + A
11 h 15	Minimes Garçons	2934	2 PB + D + A
11 h 35	Cross Court Femmes	2934	2 PB + D + A
11 h 55	Cadettes & Juniors Femmes	3280	1 GB + D + A
12 h 20	Cross Court Hommes	4079	1 PB + 1MB + D + A
12 h 35	Cadets	4079	1 PB + 1MB + D + A
13 h 00	Juniors Hommes	5796	1 MB + 1GB + D + A
13 H 30	Espoirs-Seniors-Vétérans Femmes	6595	1 PB + 2MB + D + A
14 H 05	Vétérans Hommes	10255	1 PB + 1MB + 2GB + D + A
15 H 00	Espoirs-Seniors Hommes	10255	1 PB + 1MB + 2GB + D + A

BOUCLES	REPERES	DISTANCES
DEPART	DEP	200
ARRIVEE	ARR	100
PETITE BOUCLE	E + F + I + J + N + O + P + V + E	1371
PB sans V E	E + F + I + J + N + O + P	1263
MOYENNE BOUCLE	E + F + G + H + I + J + N + M + O + P + Q + R + T + U + V + E	2170
MB sans V E	E + F + G + H + I + J + N + M + O + P + Q + R + T + U	2170
GRANDE BOUCLE	E + F + G + H + I + J + K + L + M + O + P + Q + R + S + T + U + V + E	3088
GB sans V E	E + F + G + H + I + J + K + L + M + O + P + Q + R + S + T + U	2980

Petite boucle = E + F + I + J + N + O + P + V + E = 1371 m



Moyenne boucle = E + F + G + H + I + J + N + M + O + P + Q + R + T + U + V + E = 2516m



Grande boucle = E + F + G + H + I + J + K + L + M + O + P + Q + R + S + T + U + V + E = 3088 m

