



PROGRAMME DU LASER-RUN PACA N° 3
Les Pennes Mirabeau - Saison 2024-2025

Dimanche 2 février 2025

Complexe Sportif Jean Roure, 32 Chemin de la Capelane, Les Pennes Mirabeau

Epreuves

- Laser-Run Longue distance

09h30 - Tous coureurs (5x1200m / 4tirs)

- Laser-Run par catégories

10h20 - U9 pré-pupilles & U11 Pupilles (2x300m)

10h40 - U13 Poussins (3x300m)

11h00 - Podium Longue distance, U9 à U13

11h20 - U15 Benjamin(e)s (3x600m) & U17 Minimes (4x600m)

11h45 - U19 Cadet(te)s / U22 Juniors / Séniors (5x600m / 4tirs)

12h15 - M40 & M50 (3x600m) / M60 (3x300m) / M70 (2x300m)

12h40 - Relais U9 à U13 (2x(2x300m)) & U15 à Master (2x(2x600m))

13h00 - Podium Adolescents et Adultes et relais

Rendez-vous au minimum ½h avant l'heure de départ de votre catégorie

Pré inscriptions : mercredi 29 janvier 2025 dernier délai

Engagement : 5€ / athlètes à régler sur place.

Pour tous renseignements : info@pentathlon-pennois.fr
Jean-Christophe Perrier - 06 77 76 39 09
Benoit Vincens - 06 52 50 36 16
Jean-Luc Dejardin - 06 08 69 93 41
Laetitia Madec - 06 76 48 00 83





PLAN DU PARCOURS A : par beau temps



PLAN DU PARCOURS B : Par mauvais temps



www.pentathlon-pennois.fr

