



PENTATHLON BEARNAIS



COMITÉ RÉGIONAL DE NOUVELLE-AQUITAINE DE

PENTATHLON MODERNE

LASER RUN de Pau

Dimanche 7 Avril 2024

2^{ième} Edition

Lieu de la compétition

Gymnase du collège Jeanne d'Albret
30, avenue Bié-Moulié, Pau

Programme

9h00 Ouverture de l'accueil des participants dans le Gymnase du collège Jeanne d'Albret.

Les courses débuteront à 10 heures.

Les horaires de chaque série seront définis en fonction du nombre d'inscrits par discipline.

Échauffement 15 minutes avant chaque série.

Frais d'inscription : 5€ pour les licenciés Pentathlon et Laser-Run (10€ pour les non licenciés avec certificat médical)

Inscriptions : pentathlon.bearn@gmail.com / tel :06.87.99.63.27

Merci de préciser : Catégorie / Date de Naissance / Nom du club / Sexe

Date limite d'inscription recommandée : Mardi 2 avril 2024

Une buvette sera mise à la disposition du public.

PENTATHLON BEARNAIS

pentathlon.bearn@gmail.com / www.penta64.fr



penta_64_officiel

Programme prévisionnel LASER-RUN PAU 2024

Dimanche 7 Avril 2024

9h00 : Accueil et réunion technique

10h00 : U9-U11 (2*300m – tir à 5m) - OPEN (3*300m – tir à 5m)

10h30 : U13 - HANDI - OPEN (3*300m – tir à 5m)

11h00 : U15 – M50+ (3*600m – tir à 10m)

11h30 : U17 (4*600m – tir à 10m)

12h00 : M40+ (3*600m – tir à 10m)

12h30 : M60+ (2*600m – tir à 5m)

12h45 : Podiums et Remise des récompenses

13h00-14h00 : PAUSE REPAS

14h00 : U19 – U22 – Séniors (5*600m – tir à 10m)

14h30 : Relais U9-U11-U13-Handi (2*(2*300m – tir à 5 m))

15h00 : Relais U15 - U17- M40+ - M50+ (2*(2*600m – tir à 10m))

15h30 : Relais U19-U22-Sénior (2*(3*600m – tir à 10m))

15h45-16h45 : Rangement et Nettoyage du site

17h00 : Podiums et Remise des récompenses

*Chaque club devra fournir au minimum un chronométreur pour chaque série de combiné.

Avant chaque départ, 12 min d'échauffement tir/course pour chaque série.

Programme prévisionnel pouvant évoluer selon le nombre d'inscrits dans chaque catégorie. Pour cette raison, il est recommandé d'arriver sur site au moins une heure avant le départ de sa course.

L'heure indiquée dans le programme est l'heure de départ des courses.

PENTATHLON BEARNAIS

pentathlon.bearn@gmail.com / www.penta64.fr



penta_64_officiel

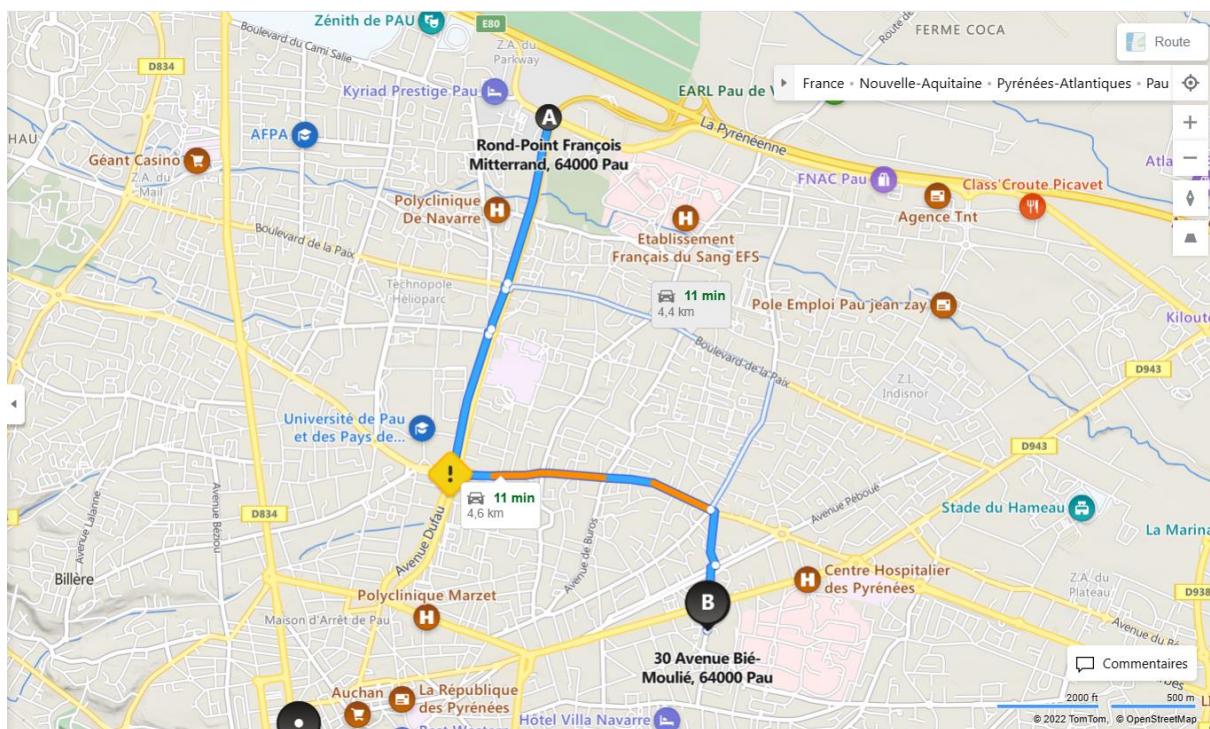
LASER-RUN PAU 2024

Dimanche 7 Avril 2024

Comment s'y rendre :

Adresse : 30 Av. Bié-Moulié, 64000 Pau

Depuis la sortie de l'autoroute :



Parking :

Devant le gymnase, ou à l'entrée du collège Jeanne d'Albret : 46 avenue des Lauriers, Pau

PENTATHLON BEARNAIS

pentathlon.bearn@gmail.com / www.penta64.fr



penta_64_officiel