



# 10<sup>K</sup> M BLETTERANS

LE RETOUR D'UNE DES COURSES LES PLUS RAPIDES DE BFC



SAMEDI  
29  
AVRIL  
2023

Marché couvert de Bletterans  
[www.lonsathle39.fr](http://www.lonsathle39.fr)

# PROGRAMME

## COURSES ENFANTS

**16H00**

Benjamins F & H (2010 et 2011) : 1200m

Minimes F & H (2008 et 2009) : 2400m

**Animation sportive pour les enfants nés après 2011  
au stade !**

## COURSE DES AS

**17H00**

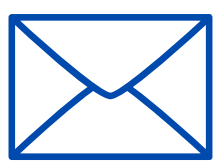
Cadets & + (2007 et avant) : 10km

### Engagements



Inscriptions par internet sur à l'adresse :

[www.lonsathle39.fr](http://www.lonsathle39.fr)



Inscriptions papier disponible à l'impression sur notre site internet :

[www.lonsathle39.fr](http://www.lonsathle39.fr)

Les frais d'inscription sont de :

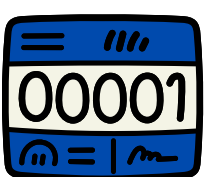


17€\* pour le 10km

**GRATUITS** pour la course enfants

(\*) : majorés de 3€ le jour de la course

### Retrait des dossards



Les dossards seront à retirer à partir de 15h00 le samedi 29 Avril 2023 au marché couvert de Bletterans.

# Parcours



# Règlement



Le règlement complet de l'épreuve est disponible sur :

[www.lonsathle39.fr](http://www.lonsathle39.fr)

# Qualification au Ch. de France

Minima 2023 10 km		
Catégories	Hommes	Femmes
Cadets	38'	47'
Juniors	37'	46'
Espoirs	35'	44'
Séniors	34'15	43'
Masters 0	35'	44'
Masters 1	36'30	47'
Masters 2	37'	49'
Masters 3	39'30	50'
Masters 4	40'30	52'
Masters 5	45'	53'
Masters 6	47'	56'
Masters 7	50'	60'
Masters 8	53'	64'
Masters 9	56'	67'
Masters 10	60'	70'