



**suva**

## **Echauffements Suva Course de l'Escalade, Genève**

**Samedi 1<sup>er</sup> décembre 2018**

<b>Horaire échauffement</b>	<b>Départ course</b>	<b>Catégorie</b>	
11H30	12H00	Course 3	Course blocs d'allures – femmes
12H10	12H40	Course 2	
12H40	13H10	Course 1	
12H55	13H25	Course 4	Course blocs d'allures – hommes
13H45	14H15	Course 3	
14H30	15H00	Course 2	
15h15	15H45	Course 1	
15H45	16H15	Mix2	
16H30	17H00	Mix3	

**Dimanche 2 décembre 2018**

<b>Horaire échauffement</b>	<b>Départ course</b>	<b>Catégorie</b>
09H30	10H00 10H10	Poussines B6 Poussins B6
09H55	10H25 10H35	Poussines B7 Poussins B7
10H20	10H50 11H00	Poussines A8 Poussins A8
10H45	11H15 11H25	Poussines A9 Poussins A9
11H10	11H40 11H50	Ecolières B10 Ecoliers B10
11H35	12H05 12H15	Ecolières B11 Ecoliers B11
12H00	12H30 12H40	Ecolières A Ecoliers A
12H25	12H55 12H55	Cadettes A Cadettes B
12H45	13H15 13H15	Cadets A Cadets B
14H30	15H00	Mix2
15H00	15H30	Mix3