



CLUB ATHLÉTIQUE FRIBOURG

Organisateur de la course nationale pédestre commémorative MORAT-FRIBOURG

Case postale 189 CH-1701 Fribourg

Tél. : +41(0)26/323.23.48 Fax : +41(0)26/323.23.86 Email : info@caf.ch

www.caf.ch

www.morat-fribourg.ch



Cross interne de la St-Nicolas (avec Visite de St-Nicolas et de son Père-Fouettard)

Dimanche 5 décembre 2010

- Lieu :** forêt de Belle-Croix à Villars-sur-Glâne.
- Départ et arrivée :** réservoir d'eau de la forêt de Belle-Croix.
- Participants :**
- tous les athlètes, collaborateurs, membres actifs et passifs des diverses sections du CA Fribourg, ainsi que leurs familles (parents, frères, sœurs, ...);
 - membres du Budo-Center Fribourg.
- Inscriptions :** auprès de vos responsables de club ou par mail à info@caf.ch (en mentionnant vos nom, prénom, club, année naissance et catégorie).

Catégories et horaire provisoire (1 tour complet= env. 1350m):

09h45	Poussin(e)s Ecoliers/ères C	(2003 et plus jeunes) (2001-2002)	800m 800m
10h00	Ecoliers/ères B Ecoliers/ères A	(1999-2000) (1997-1998)	1350m
10h20	Cadets + Cadettes B Cadets + Cadettes A	(1995-1996) (1993-1994)	2700m
10h20	Walking/Nordic Walking	(1990 et plus âgés)	4050m
10h45	Juniors/Juniores Populaires hommes/femmes	(1991-1992) (1990 et plus âgés)	4050m
11h00	<i>Jeu d'attrape réunissant l'ensemble des enfants ayant participé aux courses de 800m, 1350m et 2750m. Durant ce jeu, les participant(e)s sont regroupés en deux équipes mixtes et chaque enfant reçoit un sautoir de couleur. Durant 10', les deux équipes vont tenter d'attraper un maximum de sautoirs de leurs adversaires. L'équipe ayant comptabilisé le plus de sautoirs adverses l'emporte.</i>		
11h15	VISITE DE ST-NICOLAS ET REMISE D'UN CADEAU A CHAQUE PARTICIPANT !		

Soyez nombreux à nous rejoindre et à participer à cette réunion de la famille du CAF !

Le Comité