



AVIRON
LIFA

CROSS DES RAMEURS



**AVANT PROGRAMME DU CROSS DES RAMEURS QUI SE TIENDRA LE
DIMANCHE 10 DECEMBRE 2023 SUR LA BASE DE CERGY PONTOISE**

Adresse :

Plaine des Moulines, Rue des Étangs, Neuville-sur-Oise

Lien pour du co-voiturage : <https://togetzer.com/covoiturage-evenement/lkchvj>

3 distances de parcours :

- J12 et J14 : 3000m
- J16 et Master de 27 à 42 ans et Master +43 ans : 5000m
- J18 et Seniors : 7000m

Modalité d'inscription :

Inscription sur le serveur fédérale en 1X

Ouverture des inscriptions lundi 20 novembre fermeture des inscriptions le dimanche 3 décembre

Tarif d'inscription : 5€/rameurs (les CDA prendront en charge 2€ pour un total de 7€/rameurs)

Chronométrage assuré par une société spécialisée dans les cross (avec puce et dossard)

LOT A GAGNER

1 ergomètre Concept 2 pour le vainqueur

1 bon d'achat Concept 2 de 800€ pour le deuxième club

1 bon d'achat Concept 2 de 600€ pour le troisième club

Répartition des points :

Classement				
1er	31			
2eme	30			
3ème	29			
4ème	28			
5ème	27			
6ème	26			
7ème	25			
8ème	24			
9ème	23			
10ème	22			
11ème	21			
12ème	20			
13ème	19			
14ème	18			
15ème	17			
16ème	16			
17ème	15			
18ème	14			
19ème	13			
20ème	12			
21ème	11			
22ème	10			
23ème	9			
24ème	8			
25ème	7			
26ème	6			
27ème	5			
28ème	4			
29ème	3			
30ème	2			
31 et plus	1			

Médaille aux trois premiers de chaque catégorie

1 boisson offerte après le parcours à tous les participants

Compétition ouverte aux clubs hors lifa mais lot réserver aux clubs de la ligue

F. Andolfi
Président LIFA

J.P Bremer
Président C. S

M. Farelle
T.S.R