

Camp. Nac. de Corta-Mato Sub-18 (Juvenis), Sub-20 (Juniore), Absolutos e Veteranos Longo

Vale de Cambra -

Domingo - 15 de Março de 2020					
09:10	Juniore	Fem	6 km	Camp. Nacional de Juniore	3 voltas pequenas + 2 voltas grandes
09:40	Juniore	Masc	8 km		2 voltas pequenas + 4 voltas grandes
10:20	Seniore	Fem	8 km	Camp. Portugal Absolutos Longo	2 voltas pequenas + 4 voltas grandes
	Veteranos	Fem	8 km	Camp. Nacional Veteranos 35, 40, 45	
11:05	Veteranos	Masc	10 km		Camp. Portugal Absolutos Longo
	Seniore	Masc	10 km		
11:58	Juvenis	Fem	4 km	Camp. Nacional de Juvenis	1 volta pequena + 2 voltas grandes
12:25	Juvenis	Masc	5 km		2 voltas pequenas + 2 voltas grandes
13:00	Veteranos	Fem	5 km	Camp. Nacional Veteranos 50+	2 voltas pequenas + 2 voltas grandes
	Veteranos	Masc	5 km		

Partida ao percurso	264 metros
Volta pequena	900 metros
Volta grande	1 470 metros
Percurso à meta	150 metros