

## **PROJET CROSS 2017 - 2018**

La saison de cross vient de débuter, notamment par les cross militaires ou [Anna Jhn](#) vient de terminer 7 du national sénior !

Sachez qu'un projet cross est en cours! le but premier est que les coureurs du PCA qui seront sur les cross se connaissent un peu mieux, de la catégorie minimales / cadets à vétérans.

Pour ce, un regroupement vous est proposé lors des congés scolaires. qui sera bien entendu adapté en fonction des catégories et du niveau de chacun. Pas d'obligation de participer à toutes les séances, car plusieurs d'entres vous ne seront pas forcément en congé lors de ces deux périodes ( congé de la toussaint puis de Noël ) .

N'hésitez pas à partager auprès des membres du PCA, sachez que le comité PCA a validé cette action !

Philippe HAEBIG

# PROJET CROSS SAISON 2017 2018



**PCA**  
Pays Colmar  
Athlétisme

<b>REGROUPEMENT</b>	<b>LIEU</b>	<b>DATES</b>
<b>TOUSSAINT</b>	<b>COLMAR ET ENVIRONS</b>	<b>30, 31 OCTOBRE ET 1ER NOVEMBRE</b>
<b>NOEL</b>	<b>COLMAR ET ENVIRONS</b>	<b>27 , 28 ET 29 DECEMBRE</b>
<b>ROUTE ET CROSS</b>	<b>LIEU</b>	<b>DATES</b>
<b>COURSES DNA</b>	<b>COLMAR</b>	<b>dimanche 5 novembre 2017</b>
<b>CROSS 11 NOVEMBRE</b>	<b>NEUF BRISACH</b>	<b>samedi 11 novembre 2017</b>
<b>CROSS DU SAPIN</b>	<b>SELESTAT</b>	<b>samedi 9 décembre 2017</b>
<b>CORRIDA</b>	<b>NEUF BRISACH</b>	
<b>DEPARTEMENTAL</b>	<b>BASE LOISIR COLMAR HOUSSEN</b>	<b>dimanche 7 janvier 2018</b>
<b>1/4 DE FINAL CROSS</b>	<b>BRUMATH</b>	<b>dimanche 4 février 2018</b>
<b>1/2 FINAL CROSS</b>	<b>CHARMES</b>	<b>dimanche 18 février 2018</b>
<b>NATIONAL</b>	<b>BRETAGNE</b>	<b>dimanche 11 mars 2018</b>

# REGROUPEMENT TOUSSAINT



**PCA**  
Pays Colmar  
Athlétisme

<b>DATES</b>	<b>LIEUX</b>	<b>CORPS DE SEANCE</b>
<b>LUNDI 30 MATIN 9H30</b>	<b>VITA COLMAR RDV: SUR ZONE</b>	<b>1H DONT 2X8 A 10X 30"/30"</b>
<b>LUNDI 30 AM 14H30</b>	<b>BORD DE L'ILL SUNDHOFFEN RDV SUR ZONE</b>	<b>1H DONT SEUIL 3X 6' A 8' R: 3'</b>
<b>MARDI 31 MATIN 9H30</b>	<b>VITA BIESHEIM RDV SUR ZONE</b>	<b>1H DONT VARIATIONS D' ALLURE</b>
<b>MARDI 31 AM 14H30</b>	<b>IHRINGEN RDV 14H15 APRES FRONTIERE MAC DO</b>	<b>1H DONT TRAVAIL DE COTE 6 A 8X 1'30/45</b>
<b>MERCREDI MATIN 9H30</b>	<b>ETANGS D' INGERSHEIM RDV SUR ZONE</b>	<b>1H DONT 8'/6'/4'/2' PROGRESSIF</b>
<b>REFERENT</b>	<b>HAEBIG PHILIPPE</b>	<b>0676517579 phaebig@vialis.net</b>