



**Atletiekclub Waalwijk'66**

**nodigt u uit voor de**

# **44<sup>e</sup> LIDO-CROSS**

welke wordt gehouden op **ZONDAG 19 December 2010** te Waalwijk op het bekende parcours aan de Vijverlaan.

Programma:

11.00 uur :	trimloop over 1700m-2950m- 4200m-5450m of 6700m.	
12.00 uur :	jongens pupillen C en minipupillen	
	meisjes pupillen C en minipupillen	900m .
12.10 uur :	jongens en meisjes pupillen B	1350m .
12.20 uur :	meisjes pupillen A	1350m .
12.30 uur :	jongens pupillen A	1350m .
12.40 uur :	trimloop G-atleten*	900m .
12.50 uur :	meisjes junioren D	1350m .
13.05 uur :	jongens junioren D	2250m .
13.20 uur :	meisjes junioren C en B	2250m .
13.35 uur :	jongens junioren C	2950m .
13.55 uur :	jongens junioren A en B	5450/4200m .
14.20 uur :	vrouwen senioren en V35 , V40	4200m .
	meisjes junioren A	2950m .
14.45 uur :	mannen senioren en M35 , M45 , M55	9200m .

\* Bij de G-atleten zal een splitsing gemaakt worden in leeftijd nl.:

- Jongens en meisjes tot en met 15 jaar
- Dames en heren vanaf 16 jaar

Deelnamekosten : pupillen + G-atleten; € 2.00 ; junioren € 3.00  
senioren en masters € 3.50 ; Trimloop € 2.50  
Na- inschrijving (wedstrijd) € 0.50 extra

**Let op: Na-inschrijven op het parcours!** *(tot 30 min. voor aanvang onderdeel)*

**Inschrijfadres :** Gerard Heijda  
wedstrijd@acw66.nl informatie via [www.acw66.nl](http://www.acw66.nl)

**Sluitingsdatum : voorinschrijving zaterdag 11 december 2010**