



# DE HELDENSE BOSSEN VERLOSCROSS PARCOURS



ATLETIEK  
HELDEN  
MET CROSS  
SPONSOR

Verloskundige praktijk  
Janneke van Hal

RONDE A  
BLAUW

RONDE B  
ROOD

RONDE C  
GEEL

RONDE D  
GROEN



Speelpark

Heldense  
Bossen



Parkeerterrein De Heldense Bossen

S¹ = Start 1 met start richting (pijl)

S² = Start 2 met start richting (pijl)

F = Finish

Hal:  
Secretariaat  
Kleedhokken  
EHBO  
Horeca

|       |                                            |
|-------|--------------------------------------------|
| 10.30 | Lange cross                                |
| 11.30 | Korte cross + mannen U20 + U18             |
| 12.15 | <b>Prijsuitreiking korte + lange cross</b> |
| 12.30 | Vrouwen U20 + U18 + mannen U16             |
| 13.10 | Vrouwen U16                                |
| 13.25 | Mannen U14                                 |
| 13.40 | Vrouwen U14                                |
| 14.00 | <b>Prijsuitreiking Junioren</b>            |
| 14.15 | Mannen U12                                 |
| 14.25 | Vrouwen U12                                |
| 14.35 | Mannen U10 + vrouwen U10                   |
| 14.45 | Mannen U9 + vrouwen U9 + mini's U8         |
| 15.00 | <b>Prijsuitreiking pupillen</b>            |



|                                         |        |
|-----------------------------------------|--------|
| 5 x ronde <b>A</b>                      | 9050 m |
| 3 x ronde <b>B</b>                      | 4600 m |
| 1 x ronde <b>D</b> + 2 x ronde <b>C</b> | 2950 m |
| 2 x ronde <b>D</b> + 1 x ronde <b>C</b> | 2100 m |
| 2 x ronde <b>D</b> + 1 x ronde <b>C</b> | 2100 m |
| 1 x ronde <b>C</b>                      | 1300 m |
| 1 x ronde <b>C</b>                      | 1300 m |
| 1 x ronde <b>C</b>                      | 1300 m |
| 2 x ronde <b>D</b>                      | 900 m  |