

ASCENSION DU MSA/SWIX

25 septembre 2010



Inscriptions : 8 h 30 à 9 h 30 Chalet de ski alpin

Distances/Coûts : 1 km 5\$ (13 ans et moins)
6 km 15\$ (14 ans et plus)

Départs : 10 h 6 km (marche à pied)
10 h 15 1 km (13 ans et moins)
10 h 45 6 km (cani-cross)
11 h 6 km (14 ans et plus)

Reconnaisances : 13 h Chalet de ski alpin

Records : 1 km - Femme 4'11" Frédérique Gervais (2006)
1 km - Homme 3'48" Raphaël Couturier (2006)
6 km - Femme 34'37" Anne-Marie Comeau (2009)
6 km - Homme 28'25" Jean Paquet (2005)

Bourses AMSF : 50 \$ (1 km); 300 \$ (6 km); 100 \$ (catégorie d'âge)
pour record battu au plus rapide

Informations : Gilles Carrier • 418 827-4541
gilles.carrier@ville.beaupre.qc.ca
Station MSA • 418 827-4561



SWIX



MADSHUS



sports experts

PEPS Université Laval
Spécialiste de la marche
et de la course à pied à Québec

Mont-Sainte-Anne



www.circuitdescouleurs.com

2010
20^e ÉDITION