



ZATERDAG 10 EN ZONDAG 11 JANUARI 2009

Programma/Programme:

Zaterdag 10 januari/ Le samedi 10 janvier

09.30: Parcoursverkenning/Reconnaissance de parcours

11.00: Masters "C" (renners geboren in : 1959 en vroeger/coueurs nés en: 1959 et avant)

12.00: Masters "B" (renners geboren tussen 1960 & 1969/coueurs nés entre: 1960 & 1969)

13.00: Parcoursverkenning/Reconnaissance de parcours

14.00: Nieuwelings/Débutants

15.00: Junioren/Juniors

Zondag 11 januari/Le dimanche 11 janvier

09.30: Parcoursverkenning/Reconnaissance de parcours

11.00: Amateurs (renners geboren tussen 1980 & 1990 /coueurs nés entre: 1980 & 1990) &

Masters A (renners geboren tussen 1970 & 1979/coueurs nés entre: 1970 & 1979)

12.00: Dames Elite & Dames Jeugd/Jeunesse

12.50: Parcoursverkenning Elite/Reconnaissance de parcours Elite

13.30: Beloften/Espoirs (renners geboren in/coueurs nés en '87-'88-'89-'90)

15.00: Elites zonder contract & Elites met contract/Elites sans contrat & Elites avec contrat

Officiële training & parcoursverkenning/ Entraînement officiel & Reconnaissance de parcours :

Woensdag 7 januari van 14u00 tot 16u00.

Le mercredi 7 janvier à partir de 14h00 jusqu'à 16h00

Geen training op andere dagen.

Aucun entraînement à d'autres jours.