



**SOIREE POPULAIRE SUR PISTE  
5'000m et 10'000m  
CHAMPIONNATS FRIBOURGEOIS  
Freiburger Meisterschaften**

**BULLE, Stade de Bouleyres , Vendredi 26Août 2011  
Freiburger Volkslauf-Cup / Freitag, 26 August 2011**

**COUPE FRIBOURGEOISE DES COURSES POPULAIRES.  
COUPE JOURNAL « LA GRUYERE »**

**Organisateur /**

Sporting Athlétisme Bulle (SAB), Case postale 73, 1630 Bulle

**Organisator**

**Inscriptions / Anmeldung**

Jusqu'au lundi 22 août 2010

*Meldeschluss : Montag, 22 August 2011*

e-mail: [benoit.fragniere@websud.ch](mailto:benoit.fragniere@websud.ch)

**Aucune inscription ou modification ne pourra être acceptée sur place.**

**Les séries seront limitées à 50 participants.**

***Keine Anmeldung oder Änderung wird vor Ort angenommen.***

***Die Serien wird auf 50 Teilnehmer begrenzt werden***



**No de la série, Heure de départ :**

Nom, Prénom, Année de naissance, catégorie, club et adresse



**Serie Nr, Startzeit :**

*Name, Vorname, Jahrgang , Kategorie, Verein und Wohnort*

**Finance d'inscription /  
Startgeld**

La finance d'inscription de CHF 14.- sera perçue sur place lors de la remise des dossards au bureau du stade, **60 minutes avant le départ de la série.**

*Die Einschreibungsfinanzen von CHF 14.- wird vor Ort bei der Überreichung des Startnummer im Büro, 60 Minuten vor dem Beginn der Serie bezahlt.*

**Les athlètes courant pour le titre de champion Fribourgeois devront être en possession d'une licence valable 2011. (licence d'un jour à CHF 25.-). Le port du maillot officiel du club est obligatoire (selon RO).**

***Gemäss WO müssen die AthletenInnen welche an der Freiburger Meisterschaft teilnehmen wollen, im offiziellen Vereinskleidung und Lizenz 2011 starten. (Tages Lizenz CHF 25.-)***

**Rassemblement /  
Startversammlung**

Appel : 10 minutes avant le début de l'épreuve dans l'aire de départ.

*Appell: 10 Minuten vor Beginn des Wettkampfs im Startbereich*

**Assurance / Versicherung**

Les athlètes doivent être assurés personnellement. L'organisateur décline toute responsabilité en cas d'accidents, de vol, etc.

*Die AthletenInnen müssen sich selbst versichern. Der Veranstalter lehnt jede Haftung bei Unfall, Diebstahl u.s.w ab.*

**Renseignements/**

**Auskunft**

**Résultats / Rangliste**

Benoît Fragnière, Ch. du Comte Michel 6, 1630 Bulle, Tél.: 026 912 40 53

e-mail: [benoit.fragniere@websud.ch](mailto:benoit.fragniere@websud.ch)

[www.sabulle.com](http://www.sabulle.com)

[www.chronometrage.ch](http://www.chronometrage.ch)





**SOIREE POPULAIRE SUR PISTE**  
**5'000m et 10'000m**  
**CHAMPIONNATS FRIBOURGEOIS**  
**Freiburger Meisterschaften**

**BULLE, Stade de Bouleyres , Vendredi 26Août 2011**  
*Freiburger Volkslauf-Cup / Freitag, 26 August 2011*

**\*COUPE FRIBOURGEOISE DES COURSES POPULAIRES.**

**\*COUPE JOURNAL « LA GRUYERE »**

**Horaire Zeitplan :**

<b>5'000m</b>	<b>Catégories</b>	<b>Dames Juniores / Weibliche</b>	<b>*F17 , *F19 (1992-1997)</b>
	<b>Kategorien :</b>	<b>Juniors / Männliche</b>	<b>*M17, *M19 (1992-1997)</b>
	<b>( open )</b>	<b>Dames / Frauen</b>	<b>*F20 (1972-1991)</b>
		<b>Dames / Damen</b>	<b>*F40, *F50 (1961-1971)</b>
		<b>Hommes Vétérans / Senioren</b>	<b>*M50 , *M60 (1961-1971)</b>

Série Serie	Horaire Zeitplan	Appel Appell	Distance Distanz	Temps de course Laufzeit	Championnat Fribourgeois Freiburger Meisterschaften
1	18.00	17.50	5'000m	< 20' ( 3'30''/km )	Juniors U20M (92-97)
2	18.25	18.15	5'000m	20'...23' ( 4'00''/km )	Dames-Juniores U20W (92-97) Dames / Frauen W ( -91)
3	18.50	18.40	5'000m	> 23' ( 4'30''/km )	

4      19.25      19.15      5000m      série supplémentaire en réserve  
 (avec la série 5 : 10000m / mit Serie 5 : 10000m)      *Zusätzliche Serie*

<b>10'000m</b>	<b>Catégorie</b>	<b>Hommes / Männer</b>	<b>*M20 (1972-1991)</b>
	<b>Kategorien :</b>	<b>Hommes Vétérans / Senioren</b>	<b>*M40 (1962-1971)</b>
	<b>( open )</b>		

Série Serie	Horaire Zeitplan	Appel Appell	Distance Distanz	Temps de course Laufzeit	Championnat Fribourgeois Freiburger Meisterschaften
5	19.25	19.15	10'000m	> 45' ( 4'30''/km )	
6	20.25	20.15	10'000m	41'...45' ( 4'15''/km )	
7	21.25	21.05	10'000m	37'...41' ( 4'00''/km )	Hommes / Männer M ( -91)
8	22.20	22.10	10'000m	< 37' ( 3'30''/km )	

