

# Trail des sentiers du colporteur

## Consignes de sécurité et rappels

### **SECURITE :**

Nous vous invitons à bien relire le règlement de l'épreuve et vous rappelons que, malgré la présence de signaleurs bénévoles qui seront là pour vous protéger, vous devez impérativement rester prudents et respecter le code de la route.

En cas d'accident, un n° de téléphone figure sur votre dossard, mais, si possible, prévenir un des nombreux bénévoles qui seront sur le parcours et qui ont des consignes pour déclencher les secours.

Des cordes faciliteront votre progression sur certains passages.

N'oubliez pas votre équipement obligatoire. Nous ne laisserons pas partir les coureurs qui ne l'auront pas, d'autant que la météo risque d'être un peu humide.

Merci de faciliter les pointages en laissant votre dossard bien visible et en annonçant votre n° si besoin.

### **RAVITAILLEMENT :**

Un poste de ravitaillement solide (salé/sucré) et liquide (eau plate et gazeuse + thé) sera mis en place entre les km 11 et 12. ATTENTION, ECO GOBELET OBLIGATOIRE, car il n'y aura pas de gobelets plastiques à votre disposition.

Pas de ravitaillement sur le 7 km.

A l'Arrivée, soupe chaude derrière la ligne + ravitaillement salé/sucré

BUFFET CAMPAGNARD pour tous les coureurs à la salle à partir de 11h30 (sur présentation du dossard)

### **BARRIERES HORAIRES :** uniquement sur le 24 km

Les 6 derniers km du 24 km étant assez techniques, deux barrières horaires aux km 18 et 20 seront mises en place afin de limiter les risques d'accidents. Pour passer ces barrières, une vitesse moyenne de 6km/h sera nécessaire. En cas de retard, vous serez orientés sur un itinéraire plus court et plus accessible qui vous permettra de rejoindre l'arrivée, et vous serez classés après ceux qui auront réalisé l'intégralité du parcours.

En cas d'abandon, il faudra remettre votre dossard à un membre de l'organisation. L'organisation fera ensuite le nécessaire pour vous rapatrier sur la ligne d'arrivée.

### **BALISAGE :**

Rubalise CAP 03 blanche et rouge accrochée aux arbres ou sur piquets jalons.

Flèches et points roses au sol sur bitume.

Flèches directionnelle verte sur fond blanc