

# Consignes de course

Voici quelques précisions quant à l'organisation de la course régionale longue distance prévue à Saint-Sever (Le Mesnil) le 30 août 2020.

Etant donné la situation sanitaire actuelle, nous vous transmettons également pour rappel la fiche éditée par le ministère des sports « les bons réflexes à adopter »

En ce qui concerne la course régionale du dimanche 30 août voici quelques précisions :

- Lors de votre arrivée, veillez à respecter les règles de distanciation : 1m entre chaque personne.
- Evitez tout contact corporel
- **En dehors du temps de course, le port du masque est obligatoire notamment à l'accueil et à la GEC.**
- Lors de l'accueil, venez une personne à la fois. (Envoyer un représentant pour les clubs).
- Les pointeurs fournis auront été désinfectés.
- Du gel hydro-alcoolique sera à votre disposition.
  
- Il n'y aura pas de ravitaillement après la course. Il y aura juste de l'eau. Prévoyez votre propre ravitaillement et votre bouteille d'eau ainsi qu'un gobelet si besoin.
  
- L'accès au départ est rubalisé sur 700 m, prévoyez suffisamment de temps pour vous y rendre. Merci de rester sur le chemin et de ne pas aller en zone de course.
  
- L'appelle se fait à H-3
  
- Pour les loisirs, aucune heure de départ n'est définie, départ libre entre 10h et 11h 30
  
- La fermeture des circuits se fera 2h après le dernier départ, c'est-à-dire à 13h.
  
- L'ancienne carte du massif sera affichée sur place (accueil + atelier départ), sur cette dernière, des zones de chablis non cartographiés y seront présentées, merci d'en tenir compte lors de votre parcours.
  
- **Lors de la course, veuillez conserver une distance minimum de 2m entre coureurs**
- **Veuillez ne pas stationner au poste, se décaler pour lire sa carte si besoin**
- **Soyez fair-play, Priez de ne pas dévoiler les circuits aux autres participants non partis**

**Merci de bien prendre en considération ces précisions afin que la course se déroule de façon sereine et dans le respect des règles strictes qui nous sont demandées.**

