



REGLEMENT RANDO

BOISSONS CHAUDES



11 décembre 2016

La section randonnée pédestre « Les Pieds Agités » de l'Amicale Laïque de Bouguenais organise le 11 Décembre 2016 une marche à allure libre « RANDO des BOISSONS CHAUDES »

DEPARTS et ARRIVEES

Les distances à parcourir sont de 20 - 13 et 9 Km et 13 km pour la marche nordique. Les parcours se situent sur la commune de Bouguenais.

Les départs et arrivées se font de la salle de l'Amicale Laïque, chemin de la Pierre Levée, parking du cimetière du Bourg.

Départ groupé à 8 h 30 POUR LES 20 km

Départ de 9h00 pour les 13 km, 9h30 pour la marche nordique, 10h00 pour les 9 km

POUR RAISON DE SECURITE RESPECTER LES HORAIRES DE DEPARTS.

RAVITAILLEMENTS

Ravitaillement commun 20,13, 9km et marche nordique sur le site de la carrière de Roche Ballue. Café boissons chaudes , fruits, eau, etc.. seront servis aux ravitaillements

A l'arrivée en plus des boissons chaudes un casse croûte sera remis en échange d'un ticket qui aura été remis au départ. GARDEZ LE PRECIEUSEMENT. Un tirage au sort, pendant la randonnée attribuera des lots aux participants.

Il ne sera pas fourni de gobelets jetables, venir avec votre propre gobelet.

SECURITE SUR LE PARCOURS

Les randonneurs doivent respecter le code de la route, marcher sur le bord de la chaussée en file indienne lorsque le parcours emprunte une route

Les randonneurs doivent se conformer aux consignes des commissaires

Les randonneurs devront emprunter les passages piétons lorsqu'ils existent

L'organisation assurera la sécurité des randonneurs aux carrefours ou traversées de route importants. Les commissaires seront vêtus d'un gilet fluorescent

L'organisation a souscrit une assurance manifestation temporaire auprès de L'APAC

En CAS d'INCIDENT, de BLESSURE ou AUTRE, appelez la salle au 02 40 65 22 88 ou le 06 21 10 30 91 ou 112