



## RETRAIT DES DOSSARDS

📍 Salon du Running  
Parc-expo du Breil à Saumur

🕒 Samedi 9 mai / 9h-19h

### AUCUN DOSSARD REMIS LE DIMANCHE

Ma check-list pour récupérer mon dossard :

- ☑ Le QR code que je vais recevoir par e-mail quelques jours avant la course.
- ☑ Ma carte d'identité (ou sa copie)
- ☑ Mon PPS ou ma licence si mon dossier est incomplet.

### ➔ COMPLÈTE TON DOSSIER SUR TON ESPACE PERSONNEL

(à retrouver sur ton mail de confirmation d'inscription)

👤 Un ami peut récupérer mon dossard s'il est en possession des documents ci-dessus.

Ce que je vais récupérer :



La veste Bodycross



Mon dossard

👉 Ici, l'étiquette de consigne à détacher de mon dossard.

### OPTION ENVOI DE DOSSARD :

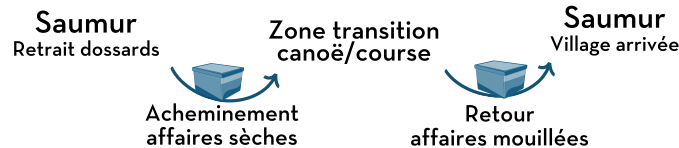
Je retire mes dotations après la course, sur le village arrivée à Saumur.



## CONSIGNE SPÉCIALE SERVICE GRATUIT

**POSSIBILITÉ DE DÉPOSER MES AFFAIRES SÈCHES DANS UNE BOÎTE POUR ME METTRE AU SEC APRÈS LE CANOË.**

- ☑ Dépôt de mes affaires lors du retrait du dossard.
- ☑ 1 boîte par binôme.
- ☑ La taille des boîtes supporte : deux paires de baskets, deux paires de chaussettes, et deux petites serviettes. Attention, je ne laisse pas d'objet fragile ou de valeur.
- ☑ Récupération entre 12h45 et 15h au village arrivée.



### OPTION ENVOI DE DOSSARD :

**UNIQUEMENT** si j'ai choisi l'option envoi de dossard, je peux déposer mes affaires le dimanche, cale Mayaud avant le départ de l'épreuve.



## CONSIGNES VILLAGE SERVICE GRATUIT

**POSSIBILITÉ DE LAISSER UN PETIT SAC LE MATIN DE LA COURSE, QUI RESTE À SAUMUR.**

- ☑ Dépôt au village d'arrivée, Place de la République à partir de 7h30.
- ☑ Récupération au même endroit, jusqu'à 15h.
- ☑ J'utilise un petit sac, type cordelette. Je pense à le prévoir, il n'y aura pas de sac remis avec le dossard.
- ☑ Je ne laisse pas d'objet fragile ou de valeur.

L'organisation se décharge de toute responsabilité en cas de perte, de casse ou de vol.



## PRENDRE LE DÉPART

Briefing et équipement : 8h45 - 9h00

Préparation à la mise à l'eau : 9h15 - 9h45



**DÉPART : 9H45**



**N°38 CALE MAYAUD**

Je me présente directement cale Mayaud, les équipements me seront remis sur place. Zone accessible sur présentation du dossard.

**TOUT PARTICIPANT SE PRÉSENTANT APRÈS 9H00 SE VERRA REFUSER L'ACCÈS.**

### ACCÈS

Je consulte la carte des fermetures de route et des parkings ici.



[Clique sur l'image pour agrandir](#)

## LES ÉQUIPEMENTS QUI ME SERONT REMIS



Un canoë biplace insubmersible (sit on top)



Deux gilets de sauvetage homologués



Deux pagaies doubles

De mon côté, je pense à :

- M'équiper de chaussures fermées pour le canoë
- Apposer mon dossard de façon à ce qu'il soit visible pendant la course à pied.



## PENDANT LA COURSE

### CHRONOMÉTRIE

Mon chrono se déclenche au passage du tapis au niveau de la mise à l'eau. Un second tapis est positionné en sortie de cale à Saint-Clément, après la zone de transition.



### ZONE DE TRANSITION

Je sors mon canoë de l'eau et je dépose les équipements dans les zones prévues, une équipe sera présente pour me guider.

Je récupère ma boîte et je fais l'échange avec mes vêtements secs.

Je remets les vêtements mouillés dans la boîte et je ferme le couvercle.

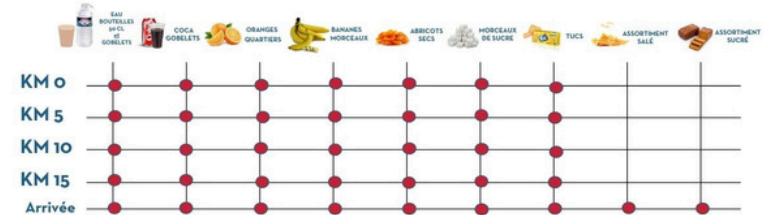
**⚠ Impératif, sous peine de pénalités.**



Le temps tourne toujours quand je suis dans cet espace !

### RAVITAILLEMENTS

Disposés tous les 5 km environ. Uniquement sur la partie course à pied. 1er ravitaillement au niveau de la zone de transition. Fruits frais, fruits secs, sucre, tucs, eau, coca.



Clique sur l'image pour agrandir

### POINTS D'ÉPONGEMENT

Disposés tous les 5 km environ. Aucune éponge ne sera distribuée.

### POINTS D'ANIMATION

Un point d'animation tous les km, je consulte le détail ici.

**PAS DE HALTE AUTORISÉE ENTRE LE DÉPART ET L'ARRIVÉE EN ZONE DE TRANSITION.**

## APRÈS LA COURSE

### ESPACE SOINS

Kinésithérapeutes, ostéopathes et podologues seront présents pour me prodiguer des soins de récupération. Gratuit et accessible à tous les coureurs.

Théâtre de Saumur  
9h-15h

### DOUCHES

Collectives et gratuites.

Stade de l'île d'Offard (à 900 m de l'arrivée) 10h-15h

### DOTATIONS APRÈS COURSE

Pour les coureurs ayant pris l'option envoi de dossard, récupération près de l'arrivée à Saumur jusqu'à 15h.

### REMISE DES PRIX

Scène - Village arrivée  
12h30-13h30

### NAVETTES CENTRE-VILLE

Des navettes sont mises en place pour vous ramener après votre arrivée aux Parkings 1, 2 et 3.

Quai Carnot > Parc-expo du Breil (P1)  
> Parking de Decathlon (P2)  
> Parking du Leclerc (P3).

De 10h à 14h30, toutes les 20 min

