



## RETRAIT DES DOSSARDS

📍 Salon du Running  
Parc-expo du Breil à Saumur

🕒 Vendredi 12 mai / 15h-20h  
Samedi 13 mai / 10h-19h

### AUCUN DOSSARD REMIS LE DIMANCHE

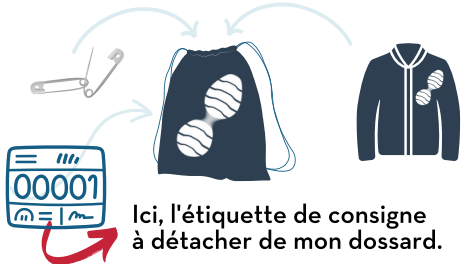
Ma check-list pour récupérer mon dossard :

- ☑ Le QR code que je vais recevoir par e-mail quelques jours avant la course.
- ☑ Ma carte d'identité
- ☑ Mon certificat médical ou ma licence si mon dossier est incomplet  
[Voir les licences acceptées ici.](#)

JE COMPLÈTE MON DOSSIER ➔

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

Ce que je vais récupérer :



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.

### ATTESTATION SUR L'HONNEUR

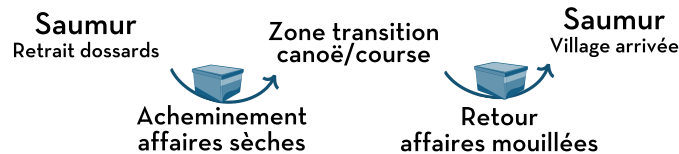
Lors du retrait du dossard, je dois signer une attestation de capacité à nager au moins 25 mètres (à faire au départ de la course pour l'option envoi de dossard).



## 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 avant 15h au village arrivée.



### OPTION ENVOI DE DOSSARD :

UNIQUEMENT si j'ai choisi l'option envoi de dossard, il est possible de déposer mes affaires le dimanche, directement 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 7h.
- ☑ Récupération au même endroit, jusqu'à 15h.
- ☑ J'utilise le sac remis lors du retrait de dossard. Aucun autre sac ne sera accepté\*.
- ☑ Je ne laisse pas d'objet fragile ou de valeur.

\*Option envoi de dossard : un autre sac de petite taille sera accepté.

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



## PRENDRE LE DÉPART

Briefing et équipement : 7h30 - 8h15

Préparation à la mise à l'eau : 8h15 - 8h45



DÉPART : 8H45



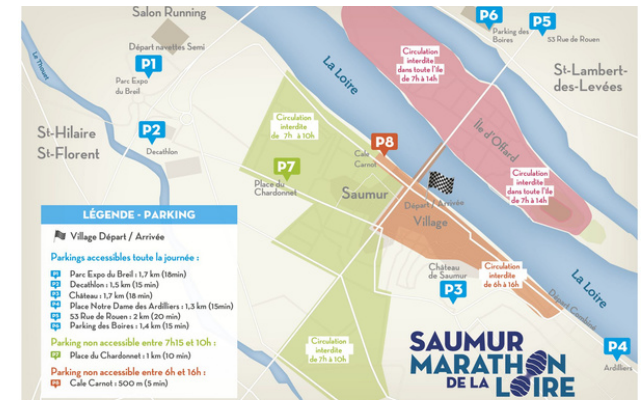
N°38 CALE MAYAUD

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

**TOUT PARTICIPANT SE PRÉSENTANT APRÈS 8H15 SE VERRA REFUSER L'ACCÈS.**

### ACCÈS

Je consulte [la carte des fermetures de route et des parkings ici.](#)



[Cliquez 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.

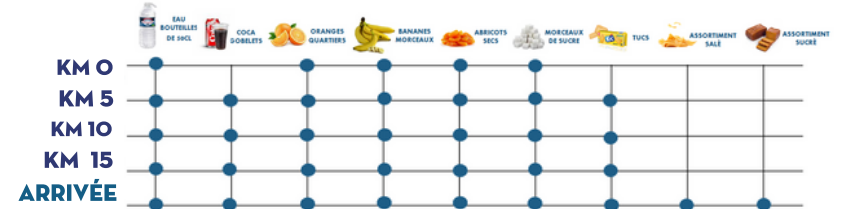
⚠ Impératif, sous peine de pénalités.



Le temps tourne toujours quand 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.



### 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.  
Gymnase Lassalle (à 500 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 15h30.

### REMISE DES PRIX

Scène - Village arrivée  
12h-13h

### NAVETTES CENTRE-VILLE

Des navettes sont mises en place pour me ramener aux parkings 1 et 2 (voir plan en page 1)

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

De 10h à 15h, toutes les 20 min

