

DERNIERES CONSIGNES ... Rappels.....

TENTES /

- Comme pour les éditions précédentes nous mettrons à disposition des athlètes et de leurs accompagnateurs des tentes de 10 x 4 mètres et/ou 3 x 3 m . (2 accompagnateurs en même temps dans les stands par athlète)
- Dans chaque tente, tables et chaises et quelques tables en fond de tente pour mettre vos sacs . 1 table pour 2 athlètes.

TENTE MICRO ONDES ET BOUILLOIRE /

- 1 tente spécifique 3 x 3 , située dans la ligne droite du 100m est installée **AVEC** micro ondes, bouilloire et prises pour recharger vos portables, ordinateurs.....

En aucun cas vous ne devez brancher d'autres appareils car l'installation n'a pas la puissance nécessaire pour le branchement de chauffage portatif, bouilloire ou autres.

REPOS /

- Une salle de repos sera à votre disposition dans le Gymnase Cosec attenant au circuit mais **uniquement pour la nuit du samedi.**
(Amenez vos matelas et duvet).

ECRAN GEANT /

- Des écrans vous permettrons de visualiser vos temps de passage, kms, places, tous les tours.

PUCE / DOSSARDS

Puce (Changement de dernière minute)

- Cette année nous utiliserons la « puce active » dans un bracelet, système le plus fiable actuellement. A placer sur votre cheville
- 24 heures / 2 dossards à disposition

- 1 dossard à placer **IMPERATIVEMENT DEVANT** de façon très lisible
- et 1 dossard de rechange.

SYMPOSIUM MEDICAL /

Cyprien Bourrilhon , médecin de l'équipe de France des 24 heures interviendra **lors du Symposium médical** et vous fera partager sa grande expérience des compétitions d'ultra endurance.

Venez nombreux vendredi 16 octobre à 18 heures au stade (temps environ 1 heure) pour profiter de ses précieux conseils qui vous aideront à améliorer vos performances en préservant votre intégrité physique.

RELISEZ LE REGLEMENT /

Vous avez de nombreuses informations concernant la fin de course et divers renseignements importants.

SPEAKER / Nouvelle ANIMATRICE BARBARA

Des NEWS à passer....., ceux qui le souhaitent peuvent faire parvenir leurs performances diverses et objectifs pour qu'elle puisse les communiquer.

Contact : didier.thiriot2@orange.fr

PARKINGS /

IMPERATIF pour les campings carsstationnement sur le **parking P3** (à l'arrière du stade Rue Raymond Sommer ALBI)

(Impératif pour les campings cars)