

## FICHE INFORMATIONS & SECURITE

**PC SECURITE : +33 (0)6 37 33 35 21**

### Informations techniques parcours

- **Fléchage** : balises fluorescentes bleues environ tous les 50m. Si vous ne voyez plus de balises sur plus de 100m faites demi-tour,
- **Attention sentiers glissants**, racines, pierres, souches et branches à mi-hauteur (attention aux yeux),
- Sur les parties du parcours empruntant la **voie publique**, chaque participant devra **se conformer au code de la route et respecter scrupuleusement les consignes des signaleurs**.

### Respect de l'environnement

- L'Origole s'est engagé dans une démarche éco-responsable. **Les milieux que vous traversez sont sensibles** :
  - **Suivre strictement le parcours balisé** sans jamais couper les sentiers.
  - Adopter une **attitude responsable** et la faire partager : **merci de ne jeter aucun emballage** sur le parcours.
  - **Bâtons interdits**

### Informations courses

- Passage obligatoire à tous les points de contrôle sous peine de disqualification,
- Pointage à l'arrivée et au départ de chaque boucle obligatoire et bien porter le **dossard sur l'avant**,
- Attention des **contrôles du matériel** obligatoire pourront avoir lieu sur le parcours.
- Temps limite des courses : **100 km : 18h45 / 75 km : 13h50 / 50 km : 9h / 25 km : 4h** au-delà pas de classement,
- Tout concurrent arrivant après les barrières horaires sera arrêté.

### Informations sécurité

- COVID : pass sanitaire obligatoire . Voir fiche détaillée protocole COVID
- En cas de doute sur votre état de santé, manifestez-vous auprès secours ou contacter le PC sécurité. **Le responsable médical est habilité à mettre hors course tout coureur inapte** à continuer l'épreuve.
- **L'assistance médicale** est habilitée à **faire évacuer** par tout moyen les coureurs qu'ils jugeront en danger.
- Merci d'avoir avec vous une fiche précisant tout traitement médical en cours et les contre-indications.
- **PAR MAUVAIS TEMPS** : brouillard intense, fortes pluies, orages, neige, verglas :
  - Cherchez à constituer des petits groupes
  - N'hésitez pas à faire demi-tour
  - Respectez les consignes spécifiques des signaleurs
- **ACCIDENT** : CONSIGNES DE SECOURS si vous êtes victime ou témoin d'un accident :
  - **Contactez les secours**
    - en appelant le PC sécurité au **+33 (0)6 37 33 35 21**. En cas d'impossibilité de joindre le PC course (zone à très faible couverture radio), appeler directement les organismes de secours en composant le **numéro d'urgence 112**,
    - en rejoignant le poste de secours ou de contrôle le plus proche
    - en demandant à un autre coureur de prévenir les secours et/ou le PC le plus proche
  - **Signalez votre position**
    - par téléphone : dernier pointage, dernier point d'eau, kilométrage approximatif
    - par l'usage du sifflet si nécessaire et de votre frontale
  - **Changez vos vêtements** si possible, couvrez-vous et utilisez votre **couverture de survie** si nécessaire. (les difficultés d'accès au parcours à certains endroits peuvent rallonger le temps d'intervention),
- **Abandon**
  - En cas d'abandon, **le signaler ABSOLUMENT** à un point de contrôle et y **laisser son dossard**,
  - En cas d'abandon **entre 2 points de contrôle**, il est impératif de se **rendre au point de contrôle le plus proche** (sauf blessure), signaler son abandon au responsable de poste et remettre son dossard.
  - Un concurrent ayant abandonné **préviendra le PC course, afin d'éviter des recherches inutiles**.
- **Assurance individuelle accident**
  - Vous devez **obligatoirement être assuré par une assurance individuelle accident** couvrant notamment : responsabilité civile, décès, invalidité permanente, frais de recherche et de secours, assistance rapatriement.
- **Prévention**
  - Afin de préserver votre sécurité et santé, **pensez à bien vous alimenter et à vous hydrater** même s'il fait froid.

**Merci d'emporter cette fiche avec vous. Le respect de l'ensemble de ces consignes et du règlement de la course permettra à tous de passer un excellent week-end! Merci à tous.**