

# PROTÉGEONS-NOUS LES UNS LES AUTRES



Lavez-vous très régulièrement les mains



Utilisez un mouchoir à usage unique et jetez-le



Toussez ou éternuez dans votre coude ou dans un mouchoir



Saluez sans se serrer la main, évitez les embrassades



Respectez une distance d'1 mètre



Port du masque obligatoire pour toute personne ne courant pas



## COMPOSITION DES EQUIPES

Les équipes au Prologue sont limitées à 14 coureurs (ils peuvent être différents des 14 coureurs des équipes qui participent à toute la Course). Pas de pré-Prologue.

Aucun accompagnateur d'équipe ni bénévole non nécessaire au déroulement du Prologue ne doit être présent dans l'aire réservée au départ du Prologue.

Tous les participants présents au Prologue doivent être nominativement inscrits (traçabilité en cas de souci sanitaire) et doivent bien entendu respecter le protocole sanitaire (test PCR & fiche déclarative Covid).



## AVANT LE DÉPART DE LA COURSE DU COEUR

**A partir de J-5** : un test PCR doit être effectué par tous les participants (coureurs, coureurs greffés, accompagnateurs, bénévoles). Résultats à adresser à Trans-Forme au plus tard le mardi 13 octobre 18h.

Si le test n'est pas reçu avant cette date, le participant sera considéré positif Covid et ne pourra participer à la Course du Cœur.



## PROLOGUE & PREMIERE ETAPE DE LA COURSE

Coureurs, bénévoles : Masques obligatoires !

Merci de respecter idéalement une distanciation physique d'1m. min.



## BENEVOLES

Les bénévoles constituent une « brigade » veillant au respect des gestes barrières : Merci de suivre leurs recommandations.