



## **Préposés aux stations de ravitaillement en eau**

Les préposés aux stations de ravitaillement veillent à la préparation et à la distribution de l'eau et des boissons sportives à tous les participants au site de départ/arrivée ou lorsqu'ils courent/marchent le long du parcours. Ils aident également à installer la station de ravitaillement, puis à la démonter et à nettoyer les lieux.

La Coupe DIX30 compte trois postes de ravitaillement

- Site départ/arrivée
- Km 2,5/7,5
- Km 5

## **Lieu d'arrivée**

- Le jour de l'événement, vous devez arriver à 7 h et vous présenter au responsable des bénévoles dans le hall du Théâtre l'Étoile. Vous recevrez votre matériel et vous rencontrerez votre responsable de ravitaillement
- Vous vous rendez par la suite à votre poste de ravitaillement

Installation :

- Procéder à l'installation finale des tables, des chaises et des poubelles
- Mélanger les boissons sportives dans les contenants isothermes désignés
- Commencer à verser l'eau et les boissons sportives dans les gobelets désignés
- Disposez les gobelets remplis sur les tables
- Placez vos poubelles de récupération des gobelets

## **Tâches à réaliser**

- À l'approche des coureurs, crier « EAU » ou « BOISSON SPORTIVE » (selon ce que vous avez entre les mains)
- Le coureur tendra la main en direction du gobelet, le laisser doucement partir entre la main du coureur
- Il se peut aussi que certains coureurs préfèrent prendre eux-mêmes un gobelet sur la table (certains le font tout en courant, d'autres s'arrêtent de courir et prennent un gobelet en marchant).
- Prendre immédiatement un autre gobelet
- Continuer de remplir les gobelets sur la table et de les distribuer jusqu'au passage du dernier participant.

Après le passage du dernier participant :

- Mettre tous les gobelets dans des sacs à ordures.
- Plier les tables et les empiler ensemble.
- Ramasser tous les gobelets jetés et autres déchets qui traînent autour de votre station de ravitaillement et les mettre dans les sacs à ordures.
- Verser les liquides en trop dans l'égout ou dans un autre récipient approprié; si aucun n'est accessible, laisser les liquides dans leurs contenants isothermes jusqu'à ce qu'ils soient ramassés.
- Regrouper tous les contenants isothermes, sacs à ordures, chaises, poubelles et fournitures en surplus à proximité des tables pliées.
- L'équipe technique ramassera le matériel.
- Rendez vous ensuite à la Place Extasia pour prendre part aux autres activités de l'événement