

1

Choisissez votre équipier pour **EFFECTUER LE DÉPART** et assurez-vous qu'il porte correctement son **DOSSARD** et la **PUCE D'ÉQUIPE**.

Toute l'équipe pourra prendre le départ mais **UN SEUL PARTICIPANT** portera le dossard et la puce d'équipe.



Réunissez-vous à la **LIGNE DE DÉPART** en face du Marriott à 11 h samedi matin.



Portez attention à vos **VÊTEMENTS ET CHAUSSURES**.

Tout peut changer rapidement. Nous sommes en hiver !

À « Go » votre marcheur/coureur désigné empruntera **LE PARCOURS DANS LE VILLAGE** piétonnier pour amorcer votre 24h.

Le nombre de **BOUCLES DE 5 KM** qu'il effectuera est à votre discrétion. Réfléchissez-y!



Seuls les participants avec un **BRACELET** sont admis dans la **ZONE DE TRANSITION**. Les spectateurs, famille et amis doivent demeurer dans les zones réservées à cet effet.

Peu avant ton tour, tu devras aller te positionner dans **L'AIRE DE RELAIS**, en attente de ton équipier.

À l'arrivée de ton coéquipier, vous procéderez à l'échange du **DOSSARD ET DE LA PUCE** d'équipe dans l'Aire de relais.



Seulement après avoir complété cet échange, tu pourras te diriger vers l'extérieur de l'Aire de relais en direction du parcours.

**LE CABRIOLET EN FAIT PARTIE !**

**EN AUCUN CAS**, la **TRANSITION** entre deux participants se fera en dehors de l'**AIRE DE RELAIS**.

Motivés  
par les  
enfants

## La Puce de chronométrage



- La **puce électronique** et le **dossard** vous seront remis **lors de votre enregistrement** au bureau du service aux participants.
- **NOUVEAU\*** Nous vous invitons à désigner un membre de votre équipe, à participer à la rencontre d'information qui aura lieu dans la zone de transition à la base de la montagne, **samedi le 8 décembre à 8 h.**
- **NOUVEAU\*** Chaque équipe doit rapporter **TOUS** ses dossards, le dimanche midi au plus tard, dans les bacs à cet effet, situés dans la zone de transition.
- **Chaque équipe est responsable de la puce** de chronométrage et seulement les tours enregistrés par le système électronique seront comptabilisés. Si elle reste au condo...
  - › **TOUS** les marcheurs (et hybride) porteront une puce pour des résultats personnels.
  - › Les équipes de marche auront en plus une puce d'équipe à échanger pour les résultats d'équipe. **OUI**, il vous arrivera de porter deux puces!
  - › Les coureurs n'auront qu'une seule puce pour les résultats d'équipe.
- **Aucune altération** à la puce n'est permise.
- **La puce ne vous appartient pas et elle coûte 125 \$.** Elle vous sera facturée si vous la perdez ou si vous oubliez de la rapporter. Des bacs à cet effet seront visibles dans la Zone de transition. Vous pouvez également la rapporter à l'Espace Info 24h en tout temps.
- Chaque équipe est responsable du suivi de ses résultats, de s'assurer de leur exactitude et d'aviser le centre de chronométrage en cas d'anomalies.
- Seulement les passages complétés avant dimanche midi (12 h) seront comptabilisés.

## LE CODE DU PARTICIPANT 24h

- Je participe au 24h Tremblant, motivé par les enfants !
- Je respecte les autres participants, peu importe leur niveau.
- Je marche/cours du côté droit du parcours en tout temps, sauf lors de dépassements.
- Je peux marcher/courir en groupe mais jamais à plus de deux participants de large pour des raisons d'accessibilité.
- De 16 h le samedi à 7 h le dimanche, je porte une lampe frontale pour marcher/courir.
- Je peux emprunter le parcours dans la direction que je préfère, mais je dois parcourir la totalité du 5 km dans une seule direction.
- Je respecte les officiels et les bénévoles en tout temps peu importe mon classement.
- Je respecte les consignes de sécurité en tout temps sous peine de pénalité.
- Mon dossard est bien visible en tout temps.
- Je suis conscient de mon environnement.

Le parcours est divisé en quatre sections, identifiées par couleur et un **ENCADREUR** y est à chaque section afin de vous **MOTIVER, répondre à vos questions** et vous **AIDER** au besoin.