



FICHE COUREUR

Départ à 10h

990 m de D+



Retrait des DOSSARDS

Salle des sports - chemin haut
59270 Saint Jans Cappel

Vendredi 17 et samedi 18 avril
de 9h à 20h

**AUCUN DOSSARD NE SERA REMIS
LE JOUR DES COURSES**

**Votre check-list pour récupérer
votre dossard :**

- Le QR code que vous allez recevoir par e-mail quelques jours avant la course ;
- Votre carte d'identité ;
- Votre PPS ou votre licence si le dossier est incomplet.

Complétez votre dossier sur votre espace personnel (à retrouver sur votre mail de confirmation d'inscription)

Un proche peut récupérer votre dossard s'il est en possession des documents ci-dessus.

Ce que vous allez récupérer

Une bouteille de bière, un tshirt,
votre dossard

Option envoi de dossard: si vous avez souscrit à l'option envoi du dossard, un espace sera indiqué pour que vous puissiez récupérer votre lot (bouteille et t-shirt) le jour des courses sur présentation du dossard.

PENSEZ À APPORTER

- Épingle à nourrice ;
- Gobelet réutilisable (aucun verre ou gobelet ne sera fourni)

PRENDRE LE DÉPART

Accès au SAS de départ dès 9h30
uniquement sur présentation du dossard

DÉPART À 10H
par vague de 200 personnes.

ATTENTION: le départ sera donné rue Chieux à Saint Jans Cappel (lieu de départ différent du lieu d'arrivée).



PENDANT la course

- Les bâtons ne sont pas autorisés
- Tout abandon devra être signalé au responsable du poste de contrôle le plus proche

REMISE DE PRIX

- Car podium du Département sur l'aire d'arrivée **à partir de 15h**
- Seul les 3 premiers hommes et femmes seront récompensés

RAVITAILLEMENT PARCOURS



1 ravitaillement
au km 21,6 au moulin de
BOESCHEPE (solide et eau).



1 ravitaillement
au km 34,7 Parking KOSMOS
Mont Rouge Belgique
(solide et eau).

**Aucun accompagnant autorisé
dans la zone de ravito**

RAVITAILLEMENT ARRIVÉE

**Gratuit et accessible uniquement
aux coureurs**, les accompagnants ne
sont pas autorisés à entrer dans la salle



BARRIÈRE HORAIRE

ARRIVÉE AVANT 18H30

soit 8h30 de course

MÉDAILLE FINISHER

Vous recevrez votre médaille Finisher originale à l'issue de la course,
après avoir franchi la ligne d'arrivée !

CHRONOMÉTRAGE

La puce électronique est collée sur mon dossard. Attention à ne pas la plier ou à la détériorer. C'est elle qui vous permettra d'être détecté au départ et à chaque point intermédiaire, et classé à l'arrivée.

POUR ÊTRE CLASSÉ

Merci de respecter l'horaire et l'ordre de départ. Enregistrement électronique au passage sous l'arche de départ.

**Pour vous suivre en live, rendez vous sur
www.ntmf.fr rubrique SUIVI LIVE**

NAVETTES

Des bus en rotation
Bailleul / Saint Jans / Bailleul
seront mis à disposition entre 7h et 18h.
Attention, les navettes ne pourront
acheminer tous les coureurs sur l'aire
de départ.

COMMENT VENIR ?

Nous vous conseillons de vous garer à Bailleul et de venir à pied (10mn). Des navettes seront mises à disposition entre la rue du collège/ rue de Cassel à Bailleul et Saint Jans Cappel.

**Saint Jans Cappel, village fermé
à la circulation le dimanche de 7h à 18h**

PARCOURS 42 KM

