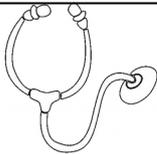




LE DEROULEMENT DE LA JOURNEE

- Inscription à partir de 9h00 à la salle des fêtes de Rumigny
- Départs groupés à 9h30
- Ravitaillement sur les parcours
- Les règles de la sécurité routière doivent être respectées
- Possibilité de repas tiré du sac sur place le midi (avec mise à disposition d'un barbecue - charbon de bois fourni)



LE CÔTÉ MEDICAL

- ♥ Des plaquettes d'information sur la nutrition et les sports santé seront mises à disposition
- ♣ Exposition prévention « NUTRITION »
- ♥ DÉPISTAGE : par une équipe médicale
 - Glycémie
 - Tension
 - Souffle

LE CÔTÉ STANDS

- ♣ CASDEN/Banque Populaire du Nord

BUFFET OFFERT PAR



RESTAURATION