

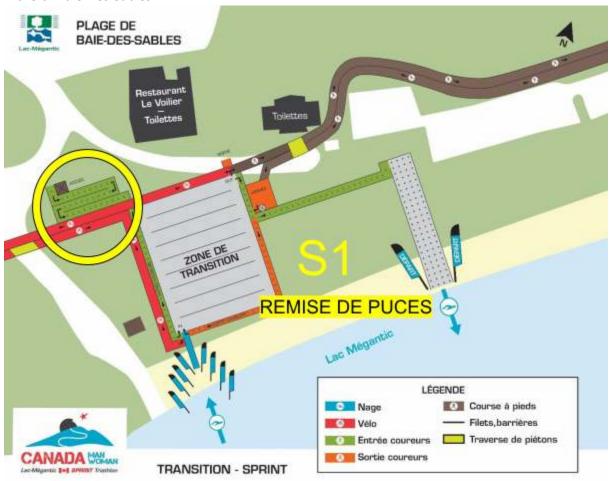




POSTE: S1 – REMISE DE PUCES

Discipline: Sprint

Endroit: Baie-Des-Sables



Heure d'arrivée au poste	Heure estimée 1 ^{er} coureur	Heure estimée dernier coureur
06:00	07:00	08:00

Spécification : Remettre les puces aux coureurs







POSTE: S2 – ENTRÉE DE LA TRANSITION

Discipline: Transition nage / vélo

Endroit: Baie-Des-Sables



Heure d'arrivée au poste	Heure estimée 1 ^{er} coureur	Heure estimée dernier coureur
06 : 00	07 : 00	08 : 00

Spécification : Diriger les nageurs vers l'entrée de la TR. Suivre les instructions de Christopher Plamondon. Ouverture de la transition à 5h30.



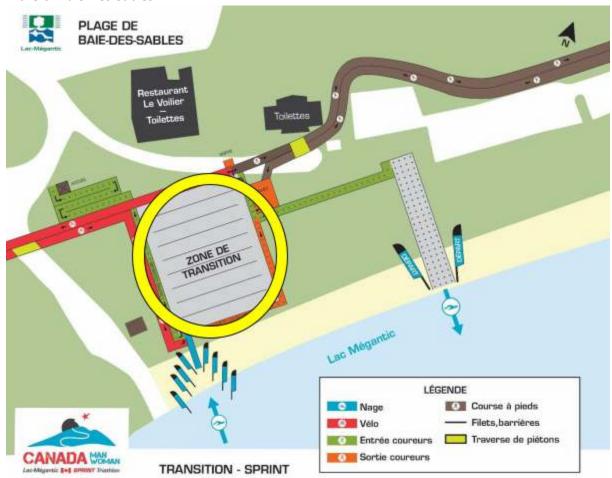




POSTE: S3-TR1

Discipline: Transition nage / vélo

Endroit: Baie-Des-Sables



Heure d'arrivée au poste	Heure estimée 1 ^{er} coureur	Heure estimée dernier coureur
07 : 15	08 : 00	10 : 50

Spécification : Arriver dans la transition au maximum 7h30 pour l'explication de la transition et l'assignation précise des tâches. Christopher Plamondon sera le responsable de la transition sur place.







POSTE: S4-TRAVERSE PIÉTONS

Discipline : Course **Endroit :** Baie-Des-Sables



Heure d'arrivée au poste	Heure estimée 1 ^{er} coureur	Heure estimée dernier coureur
07 : 15	08 : 06	10 : 50

Spécification : Gérer la traverse du corridor de course. Fermer la traverse avec les cordes lorsque des coureurs sortent de la transition. Ouvrir les cordes pour laisser passer les piétons lorsqu'il n'y a pas de coureur.







POSTE: S5 – TRAVERSE POUR LA DESCENTE À BATEAU

Discipline : Course **Endroit :** Baie-Des-Sables



Heure d'arrivée au poste	Heure estimée 1 ^{er} coureur	Heure estimée dernier coureur
07 : 15	08 : 06	09 : 50

Spécification : S'assurer que les voitures et remorques ne bloquent pas le parcours des cyclistes en tous temps. Les voitures doivent effectuer leur déplacement rapidement.







POSTE: S6 LIGNE D'EMBARQUEMENT / DÉBARQUEMENT - VÉLO

Discipline: Vélo

Endroit: Rue de la Baie-Des-Sables



Heure d'arrivée au poste	Heure estimée 1 ^{er} coureur	Heure estimée dernier coureur
07 : 15	08 : 06	09 : 50

Spécification : S'assurer que les cyclistes n'embarquent pas sur leur vélo avant la ligne d'embarquement. S'assurer qu'il tienne la droite sur la route.







POSTE: S7 ENTRÉE DU STATIONNEMENT DE LA BAIE DES SABLES

Endroit : Rue de la Baie-Des-Sables



Heure d'arrivée au poste	Heure estimée 1 ^{er} coureur	Heure estimée dernier coureur
6:30	06 : 30	8 : 45

Spécification: Diriger les voitures voitures et s'assurer de maximiser l'espace.







POSTE: S8 - ROUTE DU CAMPING

Discipline: Vélo

Endroit : Coin de la rue de la Baie des Sables et de la rue de l'entrée du camping



Heure d'arrivée au poste	Heure estimée 1 ^{er} coureur	Heure estimée dernier coureur
07 : 25	08 : 07	09 : 00

Spécification : Faire arrêter les voitures qui entrent ou qui sortent du camping lorsqu'un cycliste arrive.







POSTE: S9 – RUE ERNEST MARTIN / ROUTE 263

Discipline : Vélo

Endroit: Intersection rue ernest martin et route 263



Heure d'arrivée au poste		Heure estimée dernier coureur
07 :25	08:08	11:00

Spécification : Les cyclistes arrivent du chemin du Lac (Ernest Martin) et tournent à gauche sur la route 263. Intersection très passante. Arrêter les voitures des 3 trois directions lorsque des cyclistes arrivent. Indiquer au voiture entrant par ch. de la Baie-des-Sables qu'ils doivent faire un détour par ch. de la sapinière s' ils vont plus loin que la plage. Voir Alexandre pour plus de détails. Il y aura 2 signaleurs routiers pour vous aider.







POSTE : S10 – GESTION DE LA CIRCULATION ENTRE DE LA SAPINIÈRE ET LA LIGNE D'EMBARQUEMENT

Discipline: Vélo

Endroit : Intersection Chemin Ernest-Martin et Chemin de la Sapinière



Heure d'arrivée au poste	Heure estimée 1 ^{er} coureur	Heure estimée dernier coureur
07 : 55	08: 37	09 : 50

Spécification : La route de la Baie des Sables est fermée à la circulation entre l'intersection de la route Ernest-Martin et chemin de la Sapinière et l'entrée du stationnement de la plage de la Baie-des-Sables. S'assurer de détourner les véhicules sur le chemin de la Sapinière pour rejoindre la route 263. Il n'y aura pas de vélo avant 8h40 mais il faut quand-même être présent pour bloquer la route Ernest-Martin et rediriger les voitures sur la rue de la Sapinière.







POSTE: S11 – RUE BAIE VICTORIA / ROUTE 263

Discipline: Vélo

Endroit: Intersection Chemin de la Baie-Victoria et Rte 263



Heure d'arrivée au poste	Heure estimée 1 ^{er} coureur	Heure estimée dernier coureur
07 :15	08:15	09:30

Spécification : Faire tourner les cyclistes à droite de la route 263 vers la rue Baie Victoria. Les cyclistes passent une fois à cette intersection.







POSTE: S12 – DEMI-TOUR

Discipline : Vélo **Endroit :** Route 263



Heure d'arrivée au poste	Heure estimée 1 ^{er} coureur	Heure estimée dernier coureur
07 : 45	08 : 22	09: 10

Spécification : Poste critique — Arrêter les voitures avant et après le demi-tour lorsque des cyclistes approchent du demi-tour vers le chemin du retour.

Une voiture de la sûreté du Québec sera postée en haut de la côte pour avertir les automobilistes de ralentir.

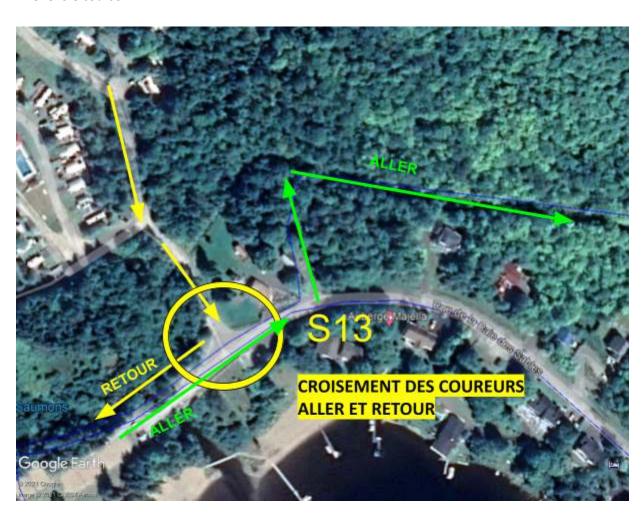






POSTE: S13 – CROISEMENT DES COUREURS ALLER-RETOUR

Discipline : Course **Endroit :** Chemin du Lac Bénévole course #1



Heure d'arrivée au poste	Heure estimée 1 ^{er} coureur	Heure estimée dernier coureur
08 : 00	08 : 41	10: 50

Spécification : Indiquer aux coureurs à l'aller de continuer tout droit, et aux coureurs du retour de tourner à gauche. Arrêter les voitures quand des coureurs arrivent.

Communiquer le numéro de dossard du coureur au retour à l'animateur.

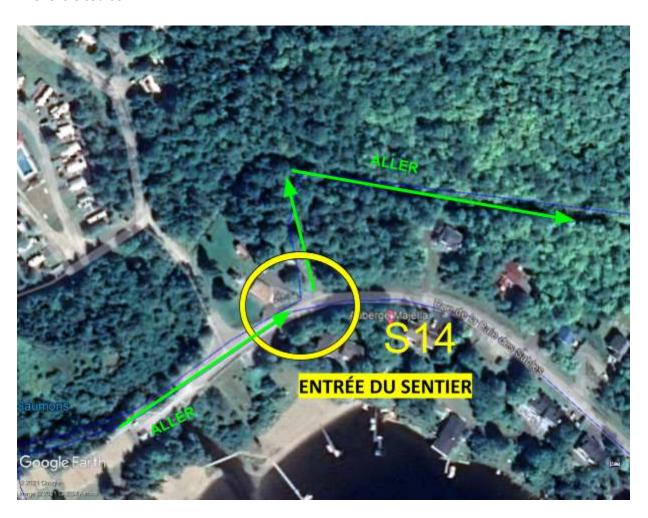






POSTE: S14 – ENTRÉE DU SENTIER

Discipline : Course **Endroit :** Chemin du Lac Bénévole course #2



Heure d'arrivée au poste	Heure estimée 1 ^{er} coureur	Heure estimée dernier coureur
08:00	08:38	10:00

Spécification : Indiquer aux coureurs l'entrée du sentier sur la gauche.







POSTE: S15 – JONCTION DU SENTIER AU BANC

Discipline: Course

Endroit: Banc des amoureux

Bénévole course #3



Heure d'arrivée au poste	Heure estimée 1 ^{er} coureur	Heure estimée dernier coureur
08:00	08:42	10:12

Spécification : Indiquer aux coureurs de passer en arrière du banc et de continuer sur le sentier derrière.







POSTE: S16 – JONCTION À LA PATINOIRE

Discipline : Course **Endroit :** Patinoire Bénévole course #4



Heure d'arrivée au poste	Heure estimée 1 ^{er} coureur	Heure estimée dernier coureur
08:00	08:43	10:18

Spécification : Indiquer aux coureurs où se trouve l'entrée du sentier.

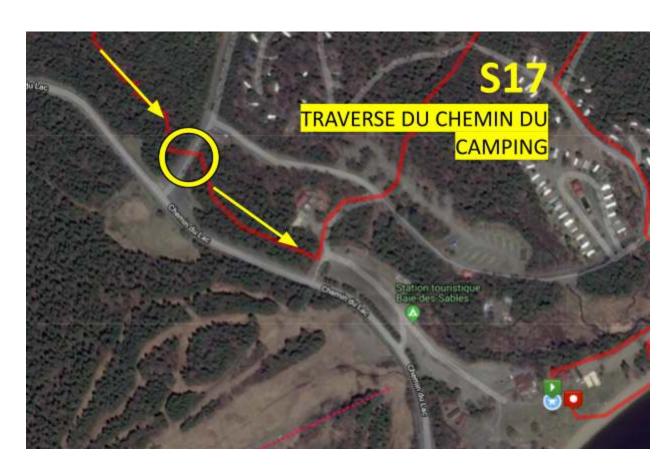






POSTE: S17 – TRAVERSE DU CHEMIN DU CAMPING

Discipline : Course **Endroit :** Camping Bénévole course #5



Heure d'arrivée au poste	Heure estimée 1 ^{er} coureur	Heure estimée dernier coureur
08:00	08:48	10:33

Spécification : Indiquer aux coureurs où se trouve l'entrée du sentier







POSTE: S18 – SORTIE DU SENTIER AU BOUT DU STATIONNEMENT

Discipline : Course **Endroit :** Camping Bénévole course #6



Heure d'arrivée au poste	Heure estimée 1 ^{er} coureur	Heure estimée dernier coureur
8:00	08:48	10:30

Spécification : Indiquer aux coureurs de tourner à gauche.

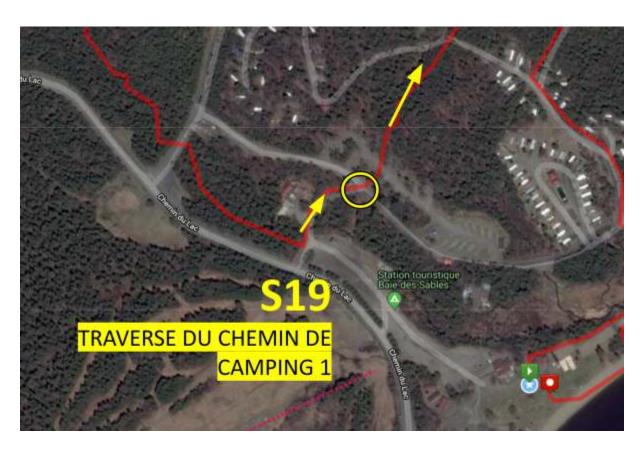






POSTE: S19 – TRAVERSE DU CHEMIN DE CAMPING 1

Discipline : Course **Endroit :** Camping Bénévole course #7



Heure d'arrivée au poste	Heure estimée 1 ^{er} coureur	Heure estimée dernier coureur
08:00	08:48	10:30

Spécification: Bloquer les voitures du camping pour laisser passer les coureurs.







POSTE: S20 – TRAVERSE DU CHEMIN DE CAMPING 2

Discipline : Course **Endroit :** Camping Bénévole course #8



Heure d'arrivée au poste	Heure estimée 1 ^{er} coureur	Heure estimée dernier coureur
08:00	08:48	10:30

Spécification : Bloquer les voitures du camping pour laisser passer les coureurs

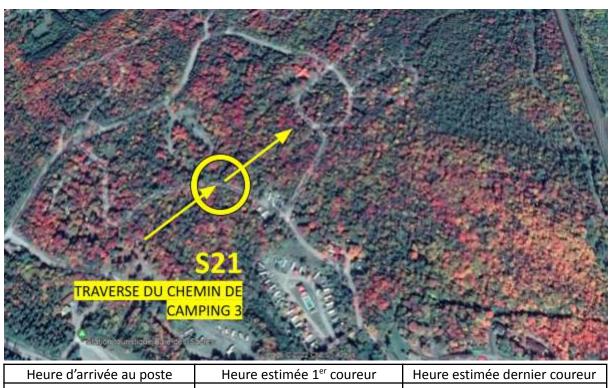






POSTE: S21 – TRAVERSE DU CHEMIN DE CAMPING 3

Discipline: Course **Endroit**: Camping Bénévole course #9



08:00 08:50 10:40

Spécification: Bloquer les voitures du camping pour laisser passer les coureurs.

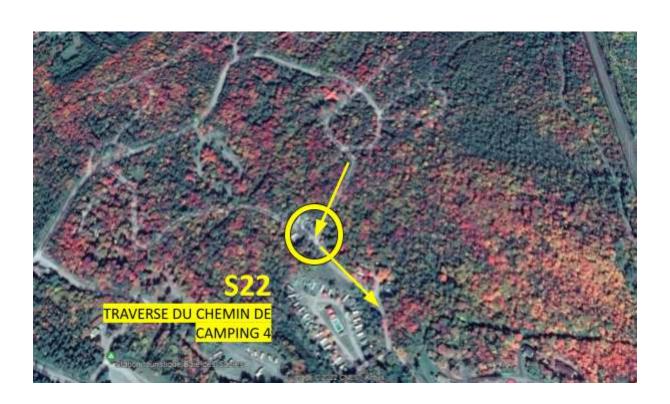






POSTE: S22 – TRAVERSE DU CHEMIN DE CAMPING 4

Discipline : Course **Endroit :** Camping Bénévole course #10



Heure d'arrivée au poste	Heure estimée 1 ^{er} coureur	Heure estimée dernier coureur
08:00	08:50	10:45

Spécification : Bloquer les voitures du camping pour laisser passer les coureurs.







POSTE: S23 – TRAVERSE DU CHEMIN DE CAMPING 5

Discipline : Course **Endroit :** Camping Bénévole course #11



Heure d'arrivée au poste	Heure estimée 1 ^{er} coureur	Heure estimée dernier coureur
08:00	08:50	10:50

Spécification : Indiquer le chemin aux coureurs. Bloquer les voitures du camping pour laisser passer les coureurs.







POSTE: S24 - ARRIVÉE

Discipline: Course

Endroit: Baie-Des-Sables



Heure d'arrivée au poste	Heure estimée 1 ^{er} coureur	Heure estimée dernier coureur
08 : 20	08 : 55	10 : 50

Spécification : Accueillir les coureurs et récupérer les puces à l'arrivée