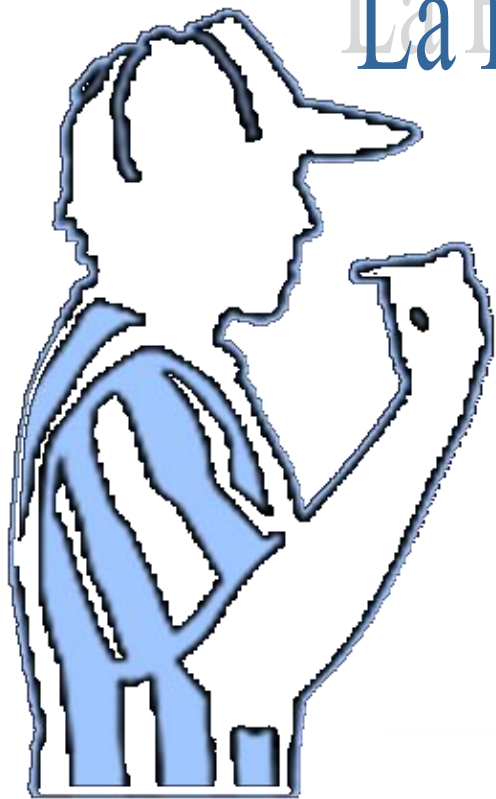


La Règlementation Sportive - Départ, Course à pied et Arrivée



Départ

Le départ est donné par un signal clair

En cas de faux départ -> Coup de sifflet des arbitres blocage du parcours (kayak, rubalise, ...) -> Retour au départ

Bretelles sur les épaules

Pas de casque

Ouverture pas plus bas que le sternum

Ceinture au dessus de la taille

Dossard parfaitement visible de face

Dossard visible devant

Le buste en avant ! Bravo !



Arrivée