

CHARTRE ÉCO-REONSABLE DU COUREUR CONNECTÉ

Tous conscients qu'à partir de la phase 1 du déconfinement depuis le 11 mai 2020, l'événement «Les KM Solidaires MGPS» devra se faire dans le respect strict des règles transmises par le gouvernement et de nos valeurs environnementales, l'objectif de cette « Charte éco-responsable du coureur connecté » est d'encadrer le bon déroulement de l'événement.

Chaque participant de « Les KM Solidaires MGPS» s'engage à :

- Ⓢ Pour les coureurs, cyclistes et nageurs, participez seul ou en respectant impérativement une distance de 10 mètres entre deux personnes et si vous participez en groupe dans la limite de 10 personnes maximum.
- Ⓢ Pour les marcheurs, marcher seul ou en respectant impérativement une distance de 4 mètres entre deux personnes et si vous courez en groupe dans la limite de 10 personnes maximum.
- Ⓢ Ne pas participer aux «KM Solidaires MGPS» si vous présentez des symptômes du COVID-19.
- Ⓢ Ne pas participer aux «KM Solidaires MGPS» si vous avez présenté les derniers symptômes du COVID-19 il y a moins de 14 jours (vous devez rester confiné).
- Ⓢ Être en forme physique et avoir l'habitude d'effectuer régulièrement la distance choisie (ou plus) selon le challenge choisi (marche, course à pied, vélo ou nage).
- Ⓢ Ne pas réaliser l'épreuve sur un tapis, home-trainer, vélo d'appartement ou piscine... (votre montre ne vous fournira pas de données GPS, faites le challenge en extérieur (et en eau libre pour la nage).
- Ⓢ Marcher, courir, pédaler ou nager sans bénéficier de vestiaires qui peuvent être mis à disposition pour les activités en plein air.
- Ⓢ Respecter le code de la route.
- Ⓢ Respecter les règles spécifiques en vigueur sur votre territoire.
- Ⓢ Ne pas cracher.
- Ⓢ Afin de s'identifier à l'événement, porter le dossard imprimé.

Avoir un comportement Eco-responsable

- Ne pas jeter mes déchets sur la voie publique.
- Respecter et laisser les lieux publics propres.
- Privilégier une gourde ou poche d'eau réutilisable plutôt qu'une bouteille plastique à usage unique.
- Privilégier de marcher, courir, pédaler ou nager proche de son domicile sans utiliser de moyen de transport.
- Préférer la douche au bain, même après l'effort !
- Pensez à la préservation de la nature.