

INFORMATIONS COUREURS KER LANN TRAIL

Bonjour les coureurs du **Ker Lann Trail**,

Tout d'abord merci pour votre confiance.

Ce petit récapitulatif pour vous donner quelques informations concernant la course. 😊

Pour cette première édition du Ker Lann Trail, la course sera lancée ce **Jeudi 12 Octobre à 18h**.

Vous traverserez 7 écoles et 3 entreprises, toutes situées sur le campus à Bruz.

10 bâtiments pour **10 kms de course** ! Que vous soyez en équipe ou en individuel la course est la même pour tous (même distance, même départ).

Seul le classement est différent car à l'issue de la course nous aurons un vainqueur individuel Homme, une vainqueure individuelle Femme et un meilleur temps école et entreprise.

Donc restez bien à l'issue de la course pour remporter vos récompenses !

D'un point de vue pratique voici quelques informations :

- Vous avez la chance de passer par des bâtiments exceptionnellement ouverts au public à cette occasion, merci de faire preuve de la plus grande vigilance à l'intérieur de ces derniers. Même si des tapis sont prévus à cet effet sur certaines parties, d'autres endroits pourront être glissants dans les bâtiments, merci de prévoir des **chaussures peu glissantes**.
- La **remise des dossards** est prévue le Mercredi 11 Octobre de 16h à 19h00 à l'accueil IHECF (1 rue Pierre de Maupertuis 35170 Bruz) et le Jeudi 12 Octobre de 8h30 à 16h45 à l'IHECF et ensuite de 17h à 17h40 au niveau du Gymnase du Campus de Ker Lann (Rue Maryse Bastié – Bruz), là où sera donné le départ.
- Pour celles et ceux qui n'ont pas encore communiqué leur certificat médical qui stipule précisément « **une non contre indication à la pratique de la course à pied en compétition** » auprès de NextRun, merci de le fournir dès que possible et au plus tard le jour de la course. Sans cette indication nous ne pourrions pas vous donner un dossard et votre temps ne pourra pas être comptabilisé par notre prestataire ChronoWest le jour de la course. Plusieurs cabinets médicaux peuvent encore vous en fournir même si vous êtes nouveau patient (Cabinet Médical Rennes Le Gast par exemple...)
- Pour les dossards, merci de prévoir un **porte dossard** ou des épingles à nourrice, car nous n'en fournissons pas.

- Pour les personnes qui pensent faire les 10 kms en plus de 1h30, nous vous conseillons de prévoir **une lumière** car certains endroits du campus peuvent être plus sombres au coucher du soleil.

Nous espérons que vous prendrez du plaisir à participer à cette première édition 😊.

Si vous avez des collègues encore intéressés par l'évènement il reste encore quelques places (nous limitons à 249 participants cette année).

Inscriptions exclusivement sur **NextRun** jusqu'à Mercredi 16h (pas d'inscription possible le jour de la course).

Si vous avez la moindre question ou interrogation je reste disponible par mail, ou sur mon téléphone professionnel : 07 60 01 70 41

A très bientôt,

Gaëtan FLIPO

Responsable KER LANN TRAIL

07 60 01 70 41

gaetan.flipo@ihecf.fr

