

PROCEDURE N°20 - RAVITAILLEMENT

Sommaire :

- 1/. Les denrées par site
- 2/. L'organisation du ravitaillement
- 3/. La gestion des denrées
- 4/. Les consignes de service
- 5/. Les accompagnateurs

1. Les denrées par site

Ravitaillement	Type	Épicerie	Plats chauds	Boissons
Barrac'h - SÉNÉ	Sec	Tuc, chips, pâtes de fruits, chocolat, fruits secs, oranges, bananes, barres énergétiques, snickers, crêpes		Eau, Saint-Yorre, Breizh Cola
Collège Cousteau - SÉNÉ	Sec	Tuc, chips, pâtes de fruits, compotes, chocolat, fruits secs, oranges, bananes, barres énergétiques, snickers, crêpes, quatre-quarts, pain de mie, saucisson, jambon, fromage, riz au lait	Soupe (poulet et légumes)	Eau, Saint-Yorre, Breizh Cola, café, thé
École Vert Marine - LE HÉZO	Sec	Tuc, chips, pâtes de fruits, compotes, chocolat, fruits secs, oranges, bananes, barres énergétiques, crêpes, quatre-quarts	Soupe (poulet et légumes)	Eau, Saint-Yorre, Breizh Cola, Café, Thé
Salle Cosec - SARZEAU	Chaud	Tuc, chips, pâtes de fruits, compotes, boissons isotoniques, gels, chocolat, fruits secs, oranges, bananes, barres énergétiques, snickers, crêpes, quatre-quarts, pain de mie, saucisson, jambon blanc, fromage, riz au lait	Purée, pâtes, soupe (poulet et légumes)	Eau, Saint-Yorre, Breizh Cola, Café, Thé
Port aux Moines - SAINT-GILDAS-DE-RHUYS	Sec	Tuc, chips, pâtes de fruits, compotes, chocolat, fruits secs, oranges, bananes, barres énergétiques, crêpes, quatre-quarts	Soupe (poulet et légumes)	Eau, Saint-Yorre, Breizh Cola, Café, Thé
Complexe Yves Chapron - ARZON	Chaud	Tuc, chips, pâtes de fruits, compotes, boissons isotoniques, chocolat, fruits secs, oranges, bananes, barres énergétiques, snickers, crêpes, quatre-quarts, pain de mie, jambon, saucisson, fromage, riz au lait,	Purée, pâtes, soupe (poulet et légumes)	Eau, Saint-Yorre, Breizh Cola, Café, Thé

Port Navalo - ARZON		Tuc, chips, pâtes de fruits, compotes, chocolat, fruits secs, oranges, bananes, barres énergétiques, snickers, crêpes, quatre-quarts	Soupe (poulet et légumes).	Eau, Saint-Yorre, Breizh Cola, Café, Thé
Espace Les Chênes - CRAC'H	Chaud	Tuc, chips, pâtes de fruits, compotes, chocolat, fruits secs, oranges, bananes, snickers, crêpes, quatre-quarts, pain de mie, jambon, saucisson, fromage, riz au lait	Purée, pâtes, soupe (poulet et légumes)	Eau, Saint-Yorre, Breizh Cola, Café, Thé
Le Port - LE BONO	Sec	Tuc, chips, pâtes de fruits, compotes, chocolat, fruits secs, oranges, bananes, barres énergétiques, snickers, crêpes, quatre-quarts	Soupe (poulet et légumes)	Eau, Saint-Yorre, Breizh Cola, Café, Thé
Centre de vacances Ty Golfe - LARMOR BADEN	Chaud	Tuc, chips, pâtes de fruits, compotes, boissons isotoniques, gels, chocolat, fruits secs, oranges, bananes, barres énergétiques, snickers, crêpes, quatre-quarts, pain de mie, jambon, saucisson, fromage, riz au lait	Purée, pâtes, soupe (poulet et légumes)	Eau, Saint-Yorre, Breizh Cola, Café, Thé
Camping de Penboch - ARRADON	Sec			

2. L'organisation du Ravitaillement

Le ravitaillement devra être organisé de la manière suivante :

- Séparation salé / sucré / chaud
- Utilisation de la signalétique en amont, sur et en aval du site de ravitaillement
- Une équipe de bénévoles s'occupent de la préparation des denrées et de la présentation de ces dernières.
- Différentes équipes s'occupent du service aux concurrent (répartition équipe chaud, sec, liquide)
- Une équipe s'occupe de la gestion des déchets du ravitaillement.

3. La gestion des denrées

IMPORTANT : L'OUVERTURE DES DENRÉES NE DOIT SE FAIRE QU'AU FUR ET À MESURE AFIN D'ÉVITER LE GÂCHIS - N'OUVREZ QUE CE QUI EST NÉCESSAIRE.

Ravitaillement sec :

Les denrées du ravitaillement sec sont accessibles en libre-service par les coureurs. Elles sont à disposer dans les plateaux et saladiers prévus à cet effet.

Les fruits doivent être coupés et présentés dans les saladiers.

Le ravitaillement chaud :

Les coureurs prennent en bout de table, façon self un plateau avant d'aller choisir leur repas. Les bénévoles de l'organisation s'occupent exclusivement du service.

Les plateaux peuvent être utilisés pour se servir en ravitaillement sec.

La chaîne du froid doit être respectée pour les denrées périssables (Fromages, Charcuterie...)

Purée : 3 parts par sachet de 125g, et 4 parts par barquette de pâtes.

Le ravitaillement liquide - La gestion de l'eau :

Le service de la Saint-Yorre, du Coca et de l'eau plate se fait uniquement **AU GOBELET** ; ne pas donner de bouteille ni remplir de Camelbak. **Pas de limitation sur la quantité par coureur.**

Cette année, des palettes d'eau plate sont livrées sur les ravitaillements. En cas de gros flux, l'eau en bouteille peut servir à remplir les gobelets coureurs et les flasques, poches d'eau...

Lors des flux plus faibles, le remplissage des sacs d'hydratation se fait à la rampe à eau.

4/. Les consignes de service :

Les coureurs ont obligatoirement un kit couvert : aucun don de couverts aux coureurs.

Les coureurs ont obligation d'avoir un gobelet pour se faire servir en ravitaillement liquide. **Sur demande**, il est possible de donner un gobelet en carton pour servir la soupe, le café ou le thé uniquement.

Aucun coureur ne peut se servir lui-même en eau, Saint-Yorre, Coca ou ravitaillement chaud.

Les poubelles ne doivent pas être accessibles aux coureurs pour permettre à l'équipe de bénévole chargée du tri de fonctionner correctement : les coureurs jettent leurs déchets dans des sacs uniquement (*voir procédure gestion des déchets pour le détail*).

Tout au long de la course, vous devez contrôler les stocks de vos denrées par course, afin de prévoir d'éventuels manques. Si besoin, le responsable de site peut contacter le responsable logistique, Didier Le Strat, pour se faire réapprovisionner. Son contact est inscrit sur les badges "organisation".

ATTENTION : PLUS DE COUVERTS PLASTIQUES SUR LES RAVITAILLEMENT

4. Les accompagnateurs

Il existe quelques sites où les accompagnateurs sont autorisés :

- GRAND RAID : Séné (Complexe Cousteau), Arzon (Stade Chapron), Crac'h (Espace les Chênes) , Larmor-Baden (Centre de Vacances Ty Golfe).
- RAID : Crac'h (Espace les Chênes), Larmor-Baden (Centre de Vacances Ty Golfe).

Sur l'ensemble de ces sites, les accompagnateurs n'ont pas l'autorisation de se servir aux ravitaillements.

Les coureurs ont tous signé lors de l'inscription une charte accompagnateur, reprenant les règles suivantes :

- Venir seul sur les sites pour faire l'assistance de son coureur.
- La seule personne par coureur est autorisée à rentrer sur les sites d'assistances. (cf règlement).
- Venir avec le laissez-passer donné par l'organisation s'il souhaite rentrer sur les sites où l'assistance est autorisée. Aucun accompagnateur n'aura l'autorisation d'entrer dans les sites s'il n'a pas son laissez-passer.
- Respecter le passage unique pour l'assistance de son coureur. Un accompagnateur ne pourra pénétrer qu'une seule fois sur un site sur présentation de son laissez passer. Cette entrée sera contrôlée par l'organisation.
- Ne pas pénétrer sur les sites avec des animaux de compagnies. Un accompagnateur se verra refuser l'accès à un site s'il est en compagnie d'un animal.

En cas de manquement à un des points ci-dessus, le coureur accompagné peut-être disqualifié par le responsable de site et les directeurs de course. (cf : règlement coureur).

L'assistance est non autorisée sur tous les autres points.