



INFOS RANDONNEES

***Vous êtes inscrits à la 10^{ème} édition de la Route du Louvre.
BRAVO et MERCI Nous vous souhaitons une belle Randonnée !
Voici ci-dessous quelques informations importantes.
Le Comité d'Organisation***

• PASS :

La carte postale que vous venez de recevoir correspond à un « laissez-passer » appelé Pass vous permettant de participer à la Route du Louvre. Merci de vous y être inscrit officiellement. Vous devez le garder sur vous toute la Journée.

Ce Pass vous donnera accès aux navettes gratuites. Tous les détails et horaires sont sur le site internet.

www.laroutedulouvre.fr

Elles vous permettront de vous rendre ou de retourner aux départs des randonnées à Annoeullin, Meurchin et Lens à partir des gares routières installées au Stade Bollaert à Lens et à l'arrivée. Pour les randonnées qui partent de Béthune, Mazingarbe, Arras, Vimy, Labourse, Carvin, Notre Dame de Lorette et le Parc des îles à Hénin Beaumont les navettes Keolis vous permettront de repartir sur les lieux des départs après votre randonnée dans l'après-midi.

• SANITAIRES :

Des sanitaires seront à votre disposition aux points de départ ainsi que sur le parcours à Don, Bénifontaine et Loos-En-Gohelle.

• PARKING - ACCES :

Les accès aux zones Départ et Arrivée seront interdits aux véhicules.

Parkings à proximité des départs – Infos sur www.laroutedulouvre.fr

Arrivée sur le site de la Fosse du 11/19 à Loos-En-Gohelle.

• MARCHE NORDIQUE* :

Les coaches Athlé Santé de la Fédération Française d'Athlétisme vous proposent une initiation à la marche Nordique. Pour cela vous devez vous inscrire auprès de contact@laroutedulouvre.fr pour réserver les bâtons.

Cette opération est limitée aux 100 premiers inscrits et réservée à la randonnée de 10 km au départ de Lens.

* elle permet aux randonneurs d'apporter du dynamisme à leur foulée. En effet, l'utilisation de bâtons augmente la vitesse de déplacement et accroît de 30 à 40% les dépenses d'énergie, par rapport à une marche classique. Les bras sont mobilisés, ce qui sollicite l'ensemble des muscles du corps.

• CHANGEMENT DE RANDONNEE :

Vous pouvez changer votre choix de départ de randonnée sans prévenir l'organisation.

• PASTA PARTY

Un Repas vous sera offert (présentation du Pass), à partir de 11H45 sur le site d'arrivée.

• SAC SOUVENIR :

Chaque participant a le droit à un sac souvenir et un tee-shirt.

Ils seront à retirer sur présentation du Pass à l'arrivée, sur le site du 11/19 à Loos en Gohelle.

**ATTENTION DURANT LA RANDONNEE VOUS DEVEZ RESPECTER LE CODE DE LA ROUTE
VOUS ÊTES UN USAGER ORDINAIRE et RESPONSABLE DE L'ESPACE PUBLIC**
Pour profiter pleinement de votre randonnée, équipez vous de chaussures de marche, prenez éventuellement un vêtement de pluie, et un petit sac avec ravitaillement personnel.