

## MEMENTO SIMPLIFIE DU BENEVOLE – TERRAIN

### SUR LE GRAND BEAL

#### GENERALITES :

- Être équipé pour supporter durablement le froid, le vent, des précipitations...
- Porter le gilet fluo.
- Connaître son chef de secteur qui est l'interlocuteur privilégié.
- Se référer aux consignes de votre Chef de Secteur.
- Effectuer le test DVA en mode recherche et mode ski au départ du PC.
- Emargé la fiche de présence avant de «partir» sur le terrain et lors du retour.
- Signaler par radio au PC la mise en place du poste, toute difficulté rencontrée, toute infraction constatée.
- Connaître le dénivelé de la montée immédiate + Bien savoir se situer dans l'environnement et sur le parcours.

#### LES POSTES DE CONTROLE (CP) :

Placés sur des zones de changements de mode de progression, des bifurcations ou points particuliers.

Ces zones doivent être à plat, damées, spacieuses, délimitées par de la rubalise ou des fanions de la couleur de la section à venir.

Elles doivent être implantées de manière à ce que les coureurs arrivent à faible allure. La sortie (2m. maxi entre les piquets) ainsi que l'entrée sont matérialisées au sol par de la craie bleue.

Donner les consignes particulières aux concurrents. Ex. : mettre les crampons, ...

S'assurer du respect du règlement. Ex. : bâtons au sol pendant les manips, les deux membres d'une même équipe doivent quitter la zone ensemble, ...

Deux types de pointages possibles selon les consignes propres à chaque poste :

- Renseigner la fiche de contrôle.
- Noter n° de dossards et horaires par ordre de passage dans tableau dédié.

#### LE BALISAGE :

Fanions VERTS pour les MONTEES en peaux

Fanions JAUNES pour les PORTAGES

Fanions ROUGES pour les DESCENTES (sans peaux et les chaussures verrouillées). Les concurrents doivent voir au moins deux fanions à venir.

Piquets bleus et panonceaux pour les bifurcations.

Pictogrammes pour annoncer la manœuvre à effectuer.

## LA RADIO :

La tester au départ puis la laisser en marche.

Ne pas baisser le volume ou s'éloigner du poste.

S'assurer que le bouton des canaux est placé sur 1.

Après appui sur la manette latérale, attendre 2 secondes pour parler. Se présenter avec cette séquence :

« ICI

Mon prénom / le lieu de mon poste / J'APPELLE le nom de celui que j'appelle »

Toujours confirmer qu'on a bien reçu le message qui nous est destiné. Suivre tout ce qui se dit pour ne pas zapper un appel qui nous est destiné.

## SECOURS :

Protéger la victime du froid.

Donner l'alerte par radio au PC-Course.

Suivre les consignes du médecin-chef en attendant les sauveteurs.