

RELEVONS LE CHALLENGE POUR SAUVER DES ENFANTS !



MECENAT
CHIRURGIE
CARDIAQUE
enfants du monde

CHARTRE DU COUREUR CONNECTÉ

Tous conscients que les événements en extérieur doivent se faire dans l'application stricte des gestes barrières et 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 déroulement du « Coureurs du cœur Challenge ».

Chaque participant du «Coureurs du cœur Challenge» s'engage à :

- ✓ Respecter les règles transmises par le gouvernement
- ✓ Courir seul ou en respectant impérativement la distanciation sociale
- ✓ Ne pas courir si vous présentez des symptômes du COVID-19.
- ✓ Ne pas courir si vous avez présenté les derniers symptômes du COVID-19 il y a moins de 14 jours (vous devez rester confiné).
- ✓ Pour la course : Ne pas la réaliser sur un tapis (votre montre ne vous fournira pas de données GPS et le fichier GPX nécessaire) -> Courir en extérieur
- ✓ Être en forme physique et avoir l'habitude d'effectuer régulièrement le challenge choisi (ou plus) en marchant ou en courant.
- ✓ Courir 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.

Avoir un comportement Eco-responsable

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

Avoir une attitude éthique

- ✓ Pour toute communication sur les réseaux sociaux concernant ma participation au Coureur du cœur challenge (partage du E-dossard, performance ou E-Diplôme) je m'engage à ne pas partager de contenu qui puisse choquer, diviser, exclure et à respecter les valeurs de solidarité, qualité, Transparence, Honnêteté, Esprit de famille transmises par Mécénat Chirurgie Cardiaque.