

## FICHE REFLEXE POUR UNE BONNE REPRISE

Respectons les gestes barrières et partons dans la bonne humeur !

### Au rendez-vous sur le parking :

- Venir avec masque et gel hydro-alcoolique.
- A l'arrivée au parking, mettre le masque jusqu'au départ.

### Deux zones d'attente.

- Ceux qui viennent en voiture, côté stade
- Ceux qui viennent à vélo, côté salle.

### En roulant :

- Groupe de 10 personnes au maximum.
- Interdit de rouler à 2 de front.
- Rouler en file indienne et garder une distance de 10m entre cyclo.
- Si on veut doubler, se décaler de 1.50m minimum et se rabattre 7m devant le cyclo doublé.
- Au feu rouge, stop, pause (crevaison ou autre) garder une distance de 1.50m entre nous.

Si dépannage à plusieurs (crevaison ou autre) remettre le masque et avant de reprendre la route, passer du gel sur les mains.

Si envie d'expectorer, se laisser dépasser et se soulager en dernière position.

### Au retour au parking :

- Soit chacun se disperse.
- Soit on reste bavarder, alors remettre le masque.