



COLOR VIBE 5K

JUILLET 22, 2017

MONTREAL-BLAINVILLE GUIDE DU COUREUR

VOUS AIMEZ SOCIALISER?



FACEBOOK.COM/COLORVIBE



@COLORVIBE



@COLORVIBE5K

#VIBErant #ColorVibeMontreal

Assurez-vous de vous accorder suffisamment de temps avant l'enregistrement.

NOTEZ BIEN: Prévoyez arriver à l'avance afin d'éviter les files d'attente. L'enregistrement débutera à 7:00 AM et le premier départ de la course se fera à 9:00 AM donc accordez-vous suffisamment de temps pour récolter vos paquets de couleurs ainsi que tout autre produit acheté.

QUAND:

Samedi, Juillet 22, 2017

7H → 8H30

OÙ:

PMG Technologies

100 Rue du Landais

Blainville QC, Canada J7C 5C9

AMENEZ:

Billet de Confirmation

Sac Réutilisable



NOS PRODUITS



Nous aurons des paquets de couleur supplémentaires et du super matériel Color Vibe, dont des chemises, tutus, bandanas, chapeaux, chandails à capuchon, chaussettes, et des lunettes de soleil en vente lors de l'événement et de la récupération des paquets du coureur. Nous acceptons les paiements en espèces ou par carte. Équipez-vous avant la course avec nos articles, vous pourrez les utiliser lors de la course ou après afin de vous rappeler de ces moments inoubliables, et pour montrer à tous que vous avez participé à la course Color Vibe!

Veuillez noter que nous ne pouvons pas vous envoyer votre paquet ou produits achetés si vous ne pouvez pas les récupérer lors de la récupération de paquets ou lors de l'événement. Veuillez planifier en conséquence afin de recevoir vos articles même si vous ne pouvez pas participer à l'événement!

LE JOUR DE LA COURSE



Assurez-vous de vous accorder suffisamment de temps avant l'enregistrement.

NOTEZ BIEN: Prévoyez arriver à l'avance afin d'éviter les files d'attente. L'enregistrement débutera à 7:00 AM et le premier départ de la course se fera à 9:00 AM donc accordez-vous suffisamment de temps pour récolter vos paquets de couleurs ainsi que tout autre produit acheté.

QUAND:

Samedi, Juillet 22, 2017

OÙ:

PMG Technologies
100 Rue du Landais
Blainville QC, Canada J7C 5C9

INFO:

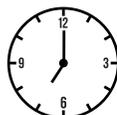
Eau: De l'eau sera disponible à la ligne d'arrivée ainsi qu'à une station d'eau située sur le parcours. N'hésitez pas à avoir votre propre bouteille avec vous avant ou lors de la course.

Places de Stationnement: Respectez les panneaux de circulation et stationnez vos véhicules seulement dans les zones désignées.

Le Temps: L'événement aura lieu sous le soleil ou la pluie. Nous ferons les ajustements nécessaires pour que votre expérience soit la meilleure possible. Dans le cas peu probable de conditions météorologiques extrêmes, il se peut que l'événement soit reporté ou annulé - mais nous ferons de notre mieux pour nous assurer que la course ait lieu comme prévu. Nous prendrons les précautions recommandées par le service météo National Weather Service, mais une annulation n'aurait lieu que dans un cas extrême. Votre sécurité est notre priorité principale - votre divertissement vient juste après!

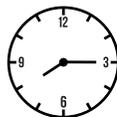
Notez s'il vous plaît: Il n'y a pas de casier ou sacs. Prévoyez de garder vos affaires avec vous en tout temps. Avant le début de la course, Trouvez un lieu de rendez-vous pour tous ceux de votre groupe. Si quelqu'un manque, veuillez vous diriger vers la tente de marchandises. Les objets perdus y seront également.

PROGRAMME:



7H30 À 8H15

INSCRIPTIONS ET RÉCUPÉRATION DES PAQUETS



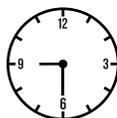
8H15

ZUMBA



9H À 9H15

LA COURSE COMMENCE



9H30 À 11H

FÊTE A L'ARRIVÉE

LIGNE DE DÉPART

Des vagues d'environ 500 coureurs quitteront la zone de la ligne de départ. Les vagues suivront toutes les 4-6 minutes jusqu'à ce que tous les coureurs soient partis.

FÊTE A L'ARRIVÉE

Après avoir franchi la ligne d'arrivée, veuillez dégager la zone afin de ne pas bloquer les autres participants près de la ligne d'arrivée. De l'eau sera disponible pour vous à la ligne d'arrivée. Lors de la fête à l'arrivée, nous ferons des lancers de couleur environ toutes les 15 minutes. Ce sera le moment pour vous d'utiliser votre paquet de couleur! Des paquets de couleur supplémentaires seront en vente selon le principe du premier arrivé, premier servi.

PLAN DE LA COURSE

STATIONS DE COULEUR

Il y aura plusieurs stations de couleur tout au long de la course. C'est là que vous serez aspergés de plusieurs couleurs. Comme avec n'importe quelle substance, il faut éviter le contact avec les yeux et les voies respiratoires. Beaucoup de participants choisissent de porter des lunettes et de masquer leur visage avec un bandana. Les bandanas Color Vibe que nous vendons ont du style et sont une bonne option! La couleur que nous utilisons est produite aux États-Unis, 100% sans risque et biodégradable. Ne vous arrêtez pas aux stations de couleur. Ceci évitera de bloquer les coureurs derrière vous. Pas d'inquiétude, il y aura beaucoup de couleur tout au long de la course ainsi qu'à la ligne d'arrivée.



MARCHER/COURIR/DANCER/SAUTER

Nous avons des règles strictes contre la danse. PAS DU TOUT! Ce ne serait pas amusant! C'est pour cela que nous encourageons nos participants à danser, sauter et à s'en donner à coeur joie, surtout à la ligne d'arrivée. Si vous décidez de marcher, veuillez respecter ceux qui voudraient vous dépasser. Autrement dit, ne bloquez pas la course et si vous voulez marcher, veuillez rester à droite.

NETTOYAGE

Portez des vêtements auxquels vous ne tenez pas trop. La couleur se retire assez bien, mais peut quand même faire des taches. Pour les cheveux blonds, nous recommandons de huiler vos cheveux le matin de la course avec de l'huile de coco ou de l'huile d'olive par exemple. Certaines couleurs peuvent être un peu plus difficiles à rincer complètement, surtout si vous avez les cheveux blonds, décolorés, ou blancs. Nous vous recommandons d'apporter quelque chose pour protéger l'intérieur de votre voiture avant de vous assoir. Des serviettes ou un sac en plastique feront l'affaire et éviteront une voiture aussi colorée que vous! Si vous n'attendez pas trop longtemps avant de laver, il sera plus facile d'enlever les taches. Avant de prendre un bain, essayez de vous dépoussiérer le plus possible. Vous pouvez ajouter un peu de bicarbonate de soude lors du bain pour mieux enlever les taches résistantes.

PLUS DE QUESTIONS?

Accédez à notre page Faits, réponses et questions pour plus d'informations sur l'événement:
<http://www.thecolorvibe.com/faq.php>



“ JE ME SUIS ÉCLATÉE, ET JE N'AIME MÊME PAS COURIR. MERCI COLOR VIBE ”
-MELISSA MARSHALL, PARTICIPANTE

ASSOCIATION CARITATIVE:

La Color Vibe est fière d'apporter son aide à la communauté locale, non seulement en apportant des quantités de joie colorée à la ville, mais aussi en aidant votre association caritative locale. Nous travaillons avec l'association caritative suivante pour soutenir leur cause.



Société Alzheimer Society