

Descriptions des postes bénévoles

Catégorie	Poste	Description de la mission	Un point positif (mais il y en a tant d'autres)	Pré-requis pour être à l'aise dans sa missions	Localisation des	Type
Accueil des coureurs	<i>Remise des dossards</i>	Vous remettez le précieux césume aux coureurs ! Vous les accueillez, vérifiez leur identité et contrôlez le matériel obligatoire. Vous seerez également amené.e.s à répondre à leurs questions et les orienter vers le point info pour plus de précision si besoin. Vous échangez avec les coureurs et essayez de mettre une belle ambiance pour leur donner le moral avant la course.	Vous êtes en contact avec les coureurs avant la course au moment où ils sont souriants et confiants.	Sens de l'accueil et bienveillance	Moutiers	Jour uniquement
	<i>Lots finishers</i>	A l'arrivée des coureurs, vous les félicitez et leur remettez leur petit cadeau d'arrivée. Vous les orientez également vers les différents services d'après-course (ravitailement, repas, douche, repos ...)	Vous vivez et partagez la joie extrême du coureur à son arrivée.	Sens de l'accueil et bienveillance	Moutiers	Jour et nuit
	<i>Point information</i>	Vous accueillez les coureurs et accompagnants et répondez à leurs questions, aussi bien sur l'événement que sur le territoire (comment se rendre sur un point pour voir passer les coureurs, à quelle heure arriveront les premiers, ou peut-on prendre une douche d'après-course ...). Vous pouvez les orienter vers d'autres équipes pour des questions plus techniques si besoin	Vous êtes les personnes qui renseignent, rendent service et rassurent ! Un petit merci après avoir répondu à plusieurs questions sera toujours très apprécié !	Bonne connaissance de l'événement (une formation sera faite) Bonne connaissance géographique des Trois Vallées L'anglais est un plus mais pas obligatoire	Moutiers	Jour uniquement
	<i>Restauration</i>	Vous assurez le service des repas d'après-course aux coureurs et accompagnants. Vous gérez les stocks et les approvisionnements avec les prestataires et veillez à ce que l'espace de restauration soit propre et rangé pour accueillir dignement le public.	Vous êtes au contact des coureurs quand ils se posent et racontent leur course. Vous avez le temps d'échanger avec eux et de les féliciter.	Respect des conditions d'hygiène réglementaire	Moutiers	Jour et nuit
Parcours	<i>Balilage / débalilage</i>	Vous posez les jalons et panneaux qui orienteront les coureurs sur l'ensemble des parcours avant la course. Et vous les retirez après le passage des coureurs. Les tronçons font environ 10 à 20km et vous serez par binôme sur un tronçon.	Vous parcourez les plus beaux sentiers des trois vallées et profitez des paysages ... Mais à une allure plus tranquille !	Bonne condition physique (être capable de marcher sur 15 à 20 km avec 1000m D+) Bonne connaissance des sentiers de nos courses	Sur tout le parcours	Jour et nuit
	<i>Ouverture</i>	Quelques heures avant le passage des coureurs, vous vérifiez que le balilage est toujours présent sur l'intégralité du tronçon que vous contrôlez. Vous complétez le balilage si nécessaire. En cas de doute sur un sentiers pris, d'absence de balilage vous prévenez immédiatement la direction de course.	Vous parcourez les plus beaux sentiers des trois vallées et profitez des paysages et arrivez sur les points de ravitaillements ou zones importantes de la course juste avant les coureurs et profitez de l'ambiance d'organisation.	Bonne condition physique (être capable de marcher sur 15 à 20 km avec 1000m D+) Bonne connaissance des sentiers de nos courses	Sur tout le parcours	Jour et nuit
	<i>Fermeture</i>	Vous restez en permanence avec les derniers coureurs de la course pour les accompagner et les soutenir. Vous êtes également en lien permanent avec le PC course pour informer de votre situation : où vous êtes, comment vont les derniers, s'il y a des problèmes médicaux. Vous veillez bien également à ce qu'aucun coureur ne reste sur le côté et que tout le monde rentre ou soit pris en charge. Vous serez également amenés à gérer des abandons en lien avec le PC course. Vous ne débalisez pas (mission des débaliseurs).	Vous encouragez les derniers coureurs à aller jusqu'au bout, à passer une barrière humaine. Vous avez un rôle profondément humain. De belles histoires s'écrivent souvent entre les fermeurs et les coureurs.	Bonne condition physique (être capable de marcher sur 15 à 20 km avec 1000m D+) Bonne connaissance des sentiers de nos courses	Sur tout le parcours	Jour et nuit
	<i>Contrôle chrono</i>	Sur les points hauts en montagne, vous "badgez" les coureurs, une petite raquette vous bippe leur dossard pour bien enregistrer leur passage à ce point et ainsi avoir un point de passage intermédiaire dans le suivi de course (aussi bien pour le grand public que vous la sécurité).	Vous êtes au cœur de la course, sur des points hauts en montagne et pouvaient encourager les coureurs et les booster !	Bonne condition physique pour accéder au poste Être très à l'aise avec l'informatique	Sur tout le parcours	Jour et nuit
	<i>Signaleurs</i>	Sur les traversées de route, vous assurez la sécurité des coureurs et des voitures en assurant la sécurité du passage : vous stoppez les voitures pour laisser passer les coureurs (ou vice-versa).	Vous êtes sur le parcours, au contact des coureurs et pouvez leur apporter tout votre soutien et encouragement pour les pousser à se dépasser. Et ça, ils adorent !!!	Être titulaire du permis de conduire Être capable de rester debout plusieurs heures	Sur tout le parcours (essentiellement Moutiers)	Jour et nuit
Ravitaillement	<i>Gestion du ravitaillement</i>	Vous accueillez les coureurs et leur servez le ravitaillement, en boisson ou en nourriture. Vous réapprovisionnez régulièrement le stand et veillez à ce que la zone du ravitaillement soit propre en permanence (gestion des déchets)	Vous êtes au cœur de la course, en contact avec les coureurs ! Vous les aidez et les encouragez pour faire que leur course se passe pour le mieux.	Sens de l'accueil et bienveillance. Respect de l'hygiène alimentaire.	Sur tout le parcours	Jour et nuit
Sécurité, secours et medical	<i>Secouriste / infirmier / médecin</i>	Vous assurez la sécurité et la santé des coureurs sur le parcours ou à l'arrivée, sous la coordination de la direction médicale. Vous serez amenés à intervenir, prodiguer des soins et / ou rapatrier un coureur, selon votre spécialité.	Vous êtes les anges gardiens des coureurs, vous leur venez en aide quand ils souffrent et ils sauront vous le rendre par un sourire ou un merci !	Diplôme dans le domaine médical, à jour.	Sur tout le parcours	Jour et nuit
Technique / logistique	<i>Technique</i>	Vous installez les zones de départ / arrivée, préparez et livrez les ravitaillements et/ou matériel sur le terrain. Vous assurez également la bonne propreté et l'aménagement des sites pendant l'événement (barrièrage, signalétique, ...). Vous assurez également les réapprovisionnements lorsqu'il y en a besoin en lien avec les responsables de site.	Vous êtes au cœur du village d'arrivée à Moutiers ou vous déplacez sur toutes les zones importantes de la course (ravitaillement, ...) et croisez coureurs, autres bénévoles, prestataires. Bref, vous serez en relation avec plein de monde !	Bonne condition physique - être capable de soulever des charges lourdes	Moutiers et déplacement sur le parcours	Jour et nuit
	<i>Chauffeurs</i>	Au volant d'un minibus ou d'un véhicule, vous serez amenés à conduire des membres de l'organisation (bénévoles, prestataires, médias ...) sur le parcours et lieu de mission. Vous pourrez être aussi amenés à ramener des coureurs depuis leur lieu d'abandon jusqu'à Moutiers.	Vous vous déplacez potentiellement sur divers points du parcours et pouvez profiter des ambiances.	Être titulaire du permis de conduire depuis au moins 3 ans. Bonne connaissance géographique des Trois Vallées et des parcours (notamment des routes et des accès)	Moutiers	Jour et nuit
	<i>Logistique Ravitaillement</i>	Sous la direction du responsable du ravitaillement, vous serez en charge de la livraison et de la fermeture des postes de ravitaillements sur le parcours.	Vous vous déplacez en divers points du parcours et voyez l'ambiance sur le terrain.	Bonne condition physique - être capable de soulever des charges lourdes	Moutiers et déplacement sur le parcours	Jour et nuit
PC course	<i>Suivi de course</i>	Vous serez amenés à suivre le bon déroulement de la course d'un point de vue sportif et veiller à ce que tout le monde rentre bien. Vous gérez les abandons, veillerez à ce que tous les coureurs soient bien passés à tous les points de passage et pourrez également en appeler certains pour vérifier s'ils sont toujours en course ou ont abandonné (et ne l'ont pas dit). Vous serez également en lien fréquent avec les fermeurs et les responsables de ravitaillement pour vous assurer que tout se passe bien (pas de manque de nourriture ...). Vous gérez également les barrières horaires.	Vous êtes au cœur de l'événement, mais dans son versant caché. Vous avez une visibilité sur l'intégralité des courses et des coureurs et êtes au cœur des décisions sportives.	Bonne connaissance de l'événement et de la géographie locale Gestion du stress A l'aise avec l'informatique La connaissance du trail est un plus mais pas obligatoire	Moutiers	Jour et nuit

