

1 - Dans mon groupe, je garde le même rythme du début jusqu'à la fin.



AUJOURD'HUI PEUT ÊTRE...
OU ALORS DEMAIN...

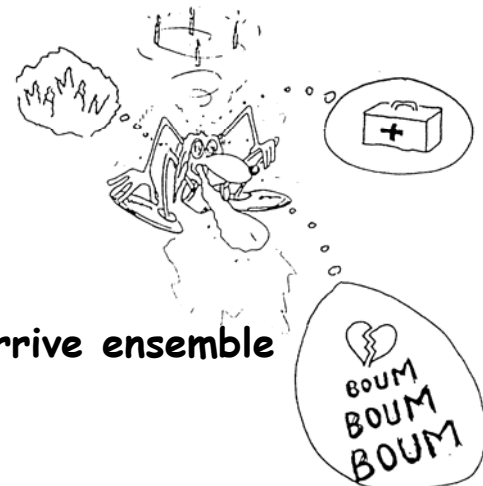
2 - Les autres groupes ayant un rythme différent, je les laisse aller à leur allure (plus vite ou moins vite) sans modifier celle de mon groupe.



3 - La course d'endurance n'est pas une course de vitesse :



CONTRAT TEMPS
TEMPS = RÉALISÉ



- j'ai réussi mon contrat lorsque mon groupe arrive ensemble au plus près du temps choisi.

4 - Pendant la course, j'évite toute bousculade, je respecte les autres.

AU SUIVANT!
AU SUIVANT!
AU SUIVANT!

RESPECT...?
VOYONS VOIR, QU'EST-CE QUE
ÇA PEUT BIEN VOULOIR DIRE...?



5 - 150 mètres avant l'arrivée, je reste bien avec les autres coureurs de mon groupe et je ne dépasse plus d'autres groupes. Je passe la ligne d'arrivée main dans la main avec les camarades de mon groupe.

Le porteur du code barre se place à gauche de mon groupe. Sur la ligne d'arrivée, il présente son code barre au chronométrateur pour qu'il soit lu, puis le groupe se range dans le couloir.

