

Consignes de sécurité pour les pratiquants de Longe Côte

- Le port de chaussures fermées est obligatoire, pour se prémunir des blessures ou piqure de vives etc ...
- Quand vous arrivez sur la plage, enregistrez-vous auprès de l'animateur responsable de la séance.
- Entrez dans l'eau avec votre groupe et sous la direction de l'animateur.
- Vous reconnaîtrez l'animateur à sa chasuble bleue et l'assistant à sa chasuble rouge.
- Pour vous distinguer des autres usagers, vous devez porter votre chasuble verte.
- Respectez les consignes des animateurs et assistants, notamment celles concernant l'état de la mer.
- Soyez toujours attentifs aux autres membres de la longe et pour garantir une sereine cohabitation, respectez les autres usagers de la plage.
- Quand les conditions météo sont délicates, l'animateur vous demandera de vous mettre en binôme. Dans ce cas, vous devez vous surveiller mutuellement, sans relâcher votre attention.
- Respectez l'environnement.
- Signalez immédiatement toute anomalie à l'animateur ou à son assistant.
- L'animateur possède une trousse de secours mais ne dispose pas de médicament. Ayez avec vous les traitements que vous jugez nécessaire. Notez que l'animateur n'a pas le droit de vous les administrer.

Pensez à :

- Vous inscrire sur GARI pour chaque séance. [[lien vers Modalité d'inscription](#)]
- Vous munir de votre carte vitale, carte mutuelle, carte d'identité, licence de la FFRP, copie de vos ordonnances médicales ainsi que du n° de téléphone et nom de la personne à prévenir en cas d'accident. Ces justificatifs sont nécessaires pour toute admission dans un service d'urgence.