

Le jogging la nuit

Avec l'arrivée de l'automne, les personnes qui pratiquent la course à pied le font souvent de nuit. Il convient d'être prudent pour éviter tout accident impliquant piétons et automobilistes.



Nous incitons donc les coureurs à s'équiper de manière à être facilement visibles de nuit.

Lampes et vêtements avec bandes réfléchissantes sont indispensables !