

Défi 24H SLA

AU PROFIT DE LA RECHERCHE POUR PARKINSON



DU VENDREDI

16 SEPTEMBRE

À 16H

AU SAMEDI

17 SEPTEMBRE

À 16H

À VALLOIRE

**SEUL OU PAR ÉQUIPE,
CRÉEZ VOTRE PROPRE DÉFI**

Marathon, à pieds, à vélo, en roller, à cloche-pieds...

OU

PARTICIPEZ À LA BOUCLE D'ALAIN

Un trail original pour les plus de 18 ans:

objectif 24h pour 24 boucles !

OUVERT À TOUS, INSCRIPTIONS SUR PLACE

ANIMATIONS - CONCERTS - DJ - BUVETTE - SNACK - CONFÉRENCE

ODEFI SLA 24H

OUVERT À TOUS

DÉFI SPORTIF ET AVENTURE HUMAINE
AU PROFIT DE LA RECHERCHE POUR PARKINSON.

VENDREDI 16 SEPTEMBRE - PLACE DE LA MAIRIE

À partir de 14h : Inscription sur place. Vente de boissons et de snack à emporter durant tout le défi et au-delà.

15 h : Cérémonie d'ouverture par les enfants de l'école de Valloire.

16 h : DÉPART DU DÉFI SLA sur les 2 boucles et de l'équipe cycliste.

À partir de 19 h : Animations musicales, concert, DJ...

SAMEDI 17 SEPTEMBRE - PLACE DE LA MAIRIE

Toute la journée : Animations, vente de boissons, pâtisseries et snack.

11 h : Montée en vélo du Galibier, en présence de Parkinsoniens.

11 h : Bal musette.

À partir de 12 h : Vente de potée à emporter.

13h30 : Conférence du Docteur Obert sur la maladie de Parkinson à la Salle Gabriel Julliard, ouvert à tous.

16 h : Fin du défi.



Nouveauté 2022 :
La Boucle d'Alain !

Un **trail original**, réservé aux + de 18 ans*.

Concept : effectuer une boucle de 4,5 km en moins d'une heure pour **se qualifier** au tour suivant.

Objectif : faire 24 boucles et donc tenir 24 heures.

Une vraie **performance sportive**
(+ de 100 km & 4000m de D+) !

*Nécessite d'être adhérent à
l'association Sois Là Aussi.

ADHÉSION À L'ASSOCIATION
SOIS LÀ AUSSI

10 EUROS



Valloire
GALIBIER
FRANCE

PARTICIPEZ À

LA BOUCLE D'ALAIN

Nouveauté 2022, un trail original
réservé aux plus de 18 ans adhérant à l'association Sois Là Aussi.



LE CONCEPT :

- Une boucle de 4,5 km à effectuer en course à pieds.
 - Le temps maximum autorisé pour la boucle est de 60 minutes.
 - Tout coureur n'ayant pas franchi la ligne après 60 minutes est éliminé.
 - Chaque boucle démarre à l'heure pile.
- Ex: un coureur qui termine une boucle en 45 minutes ne sera autorisé à repartir sur la suivante qu'à l'heure pile qui suit (pas avant).



L'OBJECTIF :

- Faire le plus de tours possibles.
- Au mieux, 24 fois la boucle en 24 heures.

ADHÉSION À
L'ASSOCIATION
SOIS LÀ AUSSI

10 EUROS

Une vraie **performance sportive**
(+ de 100 km & 4000m de D+) !

Départ vendredi 16 septembre à 16h.

RDV Place de la Mairie, à Valloire. Inscriptions sur place.

Retrouvez toutes les infos sur Facebook et Instagram : @sla_valloire

ODEFI SLA 24H

A Valloire,
samedi 17 septembre
à 13h30

CONFÉRENCE DU DR OBERT

Spécialiste en médecine physique et de la réadaptation.

Le Docteur Obert tiendra une conférence sur les bienfaits de l'activité physique et du lien social pour les Parkinsoniens.

Son discours peut s'adapter à tous, notamment aux plus âgés d'entre nous. Malades, aidants et curieux, bienvenues !



GRATUIT ET OUVERT À TOUS
à la Salle Gabriel Julliard

