

Courses de Strasbourg → Dimanche 13 mai 2012

Contre le diabète, je bouge !



Rien ne vous oblige à courir...

Si vous préférez marcher ou nager, l'essentiel étant de pratiquer une activité physique régulière.
Une manière simple et efficace de préserver votre capital santé.

Pour la deuxième année consécutive, le Centre européen d'étude du diabète (CEED) et l'ASMCUS (Amicale Sportive de la Communauté Urbaine de Strasbourg) s'associent dans l'équipe CUS autour d'une volonté commune : lutter contre le diabète.

Reconquérir le titre !

L'équipe Cus relève une fois de plus **le challenge du nombre***.

Pour que notre équipe soit la plus nombreuse, aidez-nous à recruter collègues, amis, conjoints et enfants pour conquérir le titre et donner ainsi encore plus de visibilité à notre cause !

Pour vous encourager...

Nous vous offrons un tee-shirt aux couleurs de notre équipe et vous accueillons le jour J sur un stand ravitaillé à l'ambiance conviviale. Vous bénéficierez du tarif de groupe.

Le 13 mai, faites ce qu'il vous plaît

Il y a forcément, parmi les six épreuves sportives, celle qui vous ressemble et qui va convenir à votre endurance ou à votre niveau actuel d'entraînement. Au programme : trois épreuves de course à pied, une épreuve de marche nordique, une marche conviviale et un aquathlon (500 mètres de nage et 2,5 km de course).

* Nous concourons pour le challenge entreprise de 51 salariés et plus. L'entreprise ayant réuni le plus grand nombre d'inscrits dans l'ensemble des épreuves remporte le challenge.

Inscrivez-vous nombreux avant le vendredi 27 avril à l'aide du formulaire joint à cet envoi !

Ceux qui enverront le tout avant le 13 avril auront leurs prénoms imprimés sur leur dossard ! Alors ne traitez pas !

Les courses

Epreuve	Tarif individuel	Tarif groupe	Horaire départ
Marche conviviale 4km	6€	6€	10h25
Marche nordique (à partir de 16 ans)	13€	10€	10h05
5km (à partir de 14 ans)	11€	10€	8h45
10km (à partir de 16 ans)	13€	10€	11h15
Semi-marathon (à partir de 18 ans)	17€	10€	9h10
Aquathlon 500m natation, 2.5km de course (à partir de 14 ans)	14€	10€	8h00 (lieu à confirmer)

Votre appartenance à l'équipe CUS

Les personnes inscrites à l'équipe CUS / CEED pourront retirer leurs dossards et tee-shirts soit :

- le vendredi 11 mai entre 9h et 17h au Centre européen d'étude du Diabète
- soit le jour des courses à partir de 7h30 sur le stand de l'équipe CUS situé à l'intérieur du hall 20 du Wacken où seront proposés vestiaires gardés (objets de valeur sous votre responsabilité) et ravitaillement.