



# BOUGEZ, MARCHEZ, CHALLENGEZ AVEC LE SPORT ADAPTÉ 44



BOUGEZ avec le Sport Adapté

Le Comité Départemental de Sport Adapté de Loire-Atlantique organise son évènement de Mars à Juillet 2022:

## **Bougez, Marchez, Challengez avec le Sport Adapté 44.**

L'objectif de ce challenge est de mettre en avant le sport santé, avec pour défi, marcher la plus grande distance par mois.

Modalités:

- De 1 à 10 sportifs maximum (trouver un nom d'équipe).
- Plusieurs équipes possibles au sein de votre établissement.
- Tous les mètres sont comptabilisés pour le total, on additionne les distances au fur et à mesure.
- Le calcul du nombre de kilomètres parcourus se fera à l'aide d'accessoires connectés (exemple : calcul du nombre de pas avec le téléphone, podomètres...)
- Renvoyer la fiche de suivi kilométrique et le plus de photos possible de vos sorties (Au moins une photo par mois et par défi réalisé).
- Les déplacements se font exclusivement à pied.

En parallèle du challenge nous vous proposons :

- Mars : Trouve un nom d'équipe, un cri de guerre et un fanion
- Avril : Ramasse le plus de déchets
- Mai : Participe à Casquettes et Crampons du 5 Mai et à la journée randonnée du 31 Mai
- Juin : Participe à la journée randonnée au bord de mer (lieu à définir) du 23 Juin
- Juillet : Participe aux Jeux Bretons

Vous retrouverez chaque mois les informations pour chaque défi sur notre site internet et sur Facebook.

Lien site internet : <https://www.cdsa44.fr/challenges/>

Lien FB : <https://www.facebook.com/2021-Marche-Durable-CDSA-44-101545252078059>

Participation gratuite et inscription possible à tout moment du challenge.

Renvoyez le fiche d'inscription ci-jointe au :  
CDSA 44, Maison des Sports 44 rue Romain Rolland 44100 NANTES.  
Ou par mail : [sportadapte.44@gmail.com](mailto:sportadapte.44@gmail.com)



## BONNE CHANCE ET BON COURAGE





# BOUGEZ, MARCHEZ, CHALLENGEZ AVEC LE SPORT ADAPTÉ 44



BOUGEZ avec le Sport Adapté

## Fiche d'inscription

NOM DE L'ÉTABLISSEMENT : .....

MAIL DE L'ÉTABLISSEMENT : .....

NOM DE L'ÉQUIPE : .....

MERCI D'INDIQUER LES NOMS, PRÉNOMS ET DATE DE NAISSANCE DES PARTICIPANTS (OBLIGATOIRE)

NOM	PRENOM	DATE DE NAISSANCE	NUMERO DE LICENCE

RENOVEZ LE FICHE D'INSCRIPTION CI-JOINTE AU :  
CDSA 44, MAISON DES SPORTS 44 RUE ROMAIN ROLLAND 44100 NANTES.  
OU PAR MAIL : SPORTADAPTE.44@GMAIL.COM



# BONNE CHANCE ET BON COURAGE

