

POUR PARKINSON MOVE,

LES 3 HEURES DE LA MINI-FOULÉE



31 MAI 2026 - 8:30

Centre sportif en Bord,
1196 Gland



Ensemble, c'est mieux !



**PARKINSON
MOVE**

la santé par le sport

Crée ton équipe et
viens courir en relais !



Nous vous proposons de rejoindre l'aventure de cette course d'endurance collective au centre sportif En Bord à Gland comme coureur·euse, bénévole ou sponsor.

L'IDEE EST SIMPLE

- Des équipes de 5 à 10 personnes de 8 à 88 ans
- 3 heures de course en relais sur une boucle d'environ 1 km
- Un maximum de tours par équipe
- Faire parler d'une association et lui apporter un soutien financier
- 5ème édition limitée à 180 participants
- Chaque équipe organise son témoin à passer pour le relais et porte un t-shirt assorti

AU PROGRAMME LE 31 MAI

Dès 8h15	Accueil des équipes
8h30	Briefing et échauffement
9h00	Départ de la course
12h00	Fin de la course
12h30	Podium
Dès 12h45	Lasagnes au boeuf ou végétariennes (20.- par personne sur réservation jusqu'au 22 mai auprès de Diego)



FINANCE D'INSCRIPTION PAR EQUIPE

CHF 1.- (ou plus) par tour couru à verser à l'association Parkinson Move.

ASSOCIATION SOUTENUE

Durant la matinée, une équipe sera présente avec Cyril Badertscher pour vous expliquer le but de l'association et son lien avec le sport. <https://parkinsonmove.ch/>



**PARKINSON
MOVE**

la santé par le sport

INSCRIPTIONS ET RENSEIGNEMENTS AUPRES DE

Diego Magnenat - diego.mag@sunrise.ch ou 079 469 05 04
<https://forms.gle/Q1VCGgXsbLEf9s7M9>



REGLEMENT DE COURSE

1. Le fairplay, la bienveillance et la bonne humeur sont obligatoires.
2. Si un·e participant·e rencontre une difficulté sur le parcours, les autres participants l'aideront et/ou informeront les organisateurs.
3. Chaque participant·e participe à cette course sous sa propre responsabilité.
4. L'assurance reste l'affaire du/de la participant·e.
5. L'organisateur décline toute responsabilité en cas d'accident, de dommage ou de vol.
6. Tous les déchets seront jetés dans les poubelles adéquates et rien ne sera jeté au sol.
7. Droit à l'image : merci de vous adresser à l'organisation si vous ne souhaitez pas être vu·e sur le site de www.lafoulee.glandoise.ch/, sur Facebook, Instagram ou dans un journal local.