



Communiqué de presse

Un événement sportif « Renversant »

Les terres du Nord Isère vont raisonner sous les pas actifs de nombreux sportifs aguerris - ou pas - lors d'une journée surprenante et ludique. L'association Bougez en Bièvre Est, pour faire « bouger » son territoire, mais aussi le faire connaître et inciter à la pratique d'activités physiques, organise un événement différent et « Renversant », pour toutes les tranches d'âges, les jeunes et les moins jeunes...

Les courses à obstacles sont des épreuves sportives où il s'agit d'alterner course à pied et franchissement d'obstacles. Courir, ramper, sauter, glisser... mais aussi s'entraider à franchir la ligne d'arrivée, tel est le programme qui attend les participants. Ces courses, qui s'inspirent des parcours du combattant, en plus facile toutefois, attirent de plus en plus de monde. Au-delà du dépassement de soi, elles véhiculent des valeurs de solidarité et d'entraide, et nombreux sont ceux qui participent en équipe. Des équipes solidaires, entre amis, entre membre de clubs, mais aussi entre collègues d'une même entreprise se mettent en place. Ces événements nés en Angleterre connaissent un réel engouement en France, et on vient de loin pour se challenger. Ils associent d'une part le sport de performance, mais également le sport loisir, permettant aux plus sportifs de battre leurs records, et aux moins sportifs de dépasser leurs limites.

L'association Bougez en Bièvre Est organise cet événement le **25 octobre 2015 à Colombe** (en Isère), en pleine campagne pour favoriser la pratique sportive de plein air. Elle associe aux 2 courses d'environ 5 et 10 km, toute une série d'animations pour les accompagnants et les habitants. Ils pourront découvrir des sports tels que le Tai-chi, Hapkido, Yoga, Zumba, etc... tout au long de la journée au cœur de l'espace sportif Méлина Robert-Michon... Enfin, faire du sport procure beaucoup de bien-être et touche de plus en plus de personnes conscientes de la nécessité d'avoir une bonne hygiène de vie et elle se doit donc d'être mise en avant.

Les valeurs prônées par la Renversante : Solidarité – Dépassement de soi – Respect – Santé et bien-être – Eco-responsabilité. Et c'est pourquoi des sportifs de haut niveau ont choisi de soutenir cette initiative et de s'associer à cet événement.

Au programme de la journée et en point central, les 2 courses chronométrées :

- 10 km – 20 obstacles / Départ de 9h30 à 11h00
- 5 km – 10 obstacles / Départ de 14h00 à 16h00
- 1 vague élite et des vagues loisirs pour chaque distance
- 1 parcours enfants (3-12 ans) d'environ 500 m et 5 obstacles
- + Des animations gratuites à destination du grand public

+ d'infos et inscription sur : www.la-renversante.fr

La Renversante est une course et journée sportive organisée par l'association Bougez en Bièvre Est 1329 montée du Futeau 38690 Colombe.



2 courses à obstacles : 5 km & 10 km
Le 25 octobre 2015
(Colombe - Proche de Lyon et Grenoble)

- + une course pour les enfants
- + de nombreuses animations pour tous : Tai-chi, zumba, Hapkido, yoga...
- + des exposants au cœur du village de départ

Participez à une course à obstacles originale et ludique !
En famille, entre amis, avec vos collègues...
seul ou en équipe, déguisé ou en tenue de sport...

**Venez vous amuser
ou vous surpasser**

Inspirée des parcours du combattant
La Renversante vous propose une journée mémorable

www.la-renversante.fr

Contact presse : Chrystelle Bouhet – 04 76 31 06 10 cbouhet@hiceo.fr
Des images en haute résolution sont disponibles sur demande.