

## La Renversante 6'trouille : un événement sportif et fun maintenu

L'association « Bougez en Bièvre Est » souhaite faire bouger tout un territoire et plus pour la 6<sup>ème</sup> année consécutive à Colombe. L'objectif : profiter de cette journée au grand air pour réunir petits et grands lors d'une journée sportive et conviviale, permettant de s'amuser dans le respect des règles sanitaires.

La Renversante 6'trouille est un événement pour tous, où il faut courir mais aussi ramper, grimper, sauter... et franchir des obstacles en tous genres avec des vagues loisirs pour courir tout en s'amusant, et pour les plus sportifs, une vague élite pour se surpasser.

### L'édition 6 de la Renversante aura lieu le dimanche 25 octobre 2020 à Colombe

Le complexe sportif Mélina Robert-Michon qui accueillera le village de départ de la manifestation est suffisamment grand pour permettre aux participants de maintenir des distances de sécurité, lors de l'échauffement, du départ et à l'arrivée.

Les départs se feront toutes les 20 minutes et les participants choisiront lors de leur inscription en ligne l'horaire de leur vague : le nombre de coureurs présents simultanément sur la zone d'échauffement sera donc limité.

### A contexte exceptionnel, mesures exceptionnelles !

L'association Bougez en Bièvre Est reste optimiste et œuvre au mieux pour mener à son terme l'organisation de son événement automnal tant attendu dans le Nord Isère.

Pour cela, des **mesures sanitaires** seront mises en place et l'équipe organisatrice invite les participants, spectateurs et bénévoles à rester vigilant et respecter les gestes barrières.

- A ce jour\*, le port du masque sera obligatoire sur le site de départ, sur l'aire d'échauffement, dans le sas de départ et au ravitaillement d'arrivée.
- Aucun document papier (certificat médical et autorisation parentale) ne sera autorisé le jour J, ils devront être déposés directement sur la plateforme d'inscription.
- Du gel hydroalcoolique sera mis à disposition des participants, sur le village de départ (retrait des dossards, aire d'échauffement, ravitaillement) et les bénévoles disposeront de gel aux obstacles.
- L'équipe de bénévoles désinfectera régulièrement le village de départ (tables, barrières, poignées...) et veillera au respect des distances.

*(\*les mesures évoluant rapidement, l'association vous tiendra informé, par mail (pour les inscrits), sur le site internet et la page Facebook de La Renversante)*

### Des parcours variés

**Course élite 11 km** : un seul départ élite, en première vague à 8h45.

**Courses loisirs 6 & 11 km** : les départs se feront toutes les 20 minutes, entre 9h et 9h40 pour le 11 km et entre 12h40 et 15h00 pour le 6 km.

**3 km en duo** : le duo devra être composé d'un adulte et d'un enfant (entre 8 et 11 ans), départ à 10h40.

**3 km solo** : pour les enfants de 8 à 11 ans, le départ est à 10h20.

**1 km** : de 3 à 7 ans, le départ est à 11h40 (autour du terrain de foot).

Pour les plus jeunes, de 3 à 11 ans, un **parcours découverte enfants** sera mis en place, permettant de réaliser la boucle autour du terrain de foot (environ 500 m - 5 obstacles) ; tous repartiront avec un souvenir renversant et des cadeaux. **Les bénéfices seront reversés à l'association Tristan Bleu Océan.**

La Ren'marchante est faite pour ceux qui ne souhaitent pas courir mais qui veulent découvrir de manière conviviale et encadrée une partie des obstacles de La Renversante 6'trouille, encourager et voir les participants en action sur les différents obstacles. L'encadrement sera assuré par un coach sportif, Yann Gondrand – Yfitgo.

**Attention, inscriptions en ligne uniquement. Pas d'inscriptions sur place.**

## Une version Halloween

Cette 6<sup>ème</sup> édition, en période automnale, se prête bien à ce nouveau thème ! L'association invite les coureurs à venir déguisés & maquillés en suivant le thème d'Halloween.

Pour les créatifs, vous pourrez aussi porter vos déguisements, sur le thème de votre choix.

Le déguisement n'est pas obligatoire, quelle que soit votre tenue, vous serez toujours les bienvenus.

## Un village de départ avec des animations

Pour les moins sportifs ou les curieux, vous pourrez découvrir **Peau de Coton** : tout au long de la journée, avec Pauline qui propose des ateliers de fabrication de cosmétiques naturels maison.

Vous pourrez aussi découvrir les saveurs uniques de la boisson **Antésite**.

Il vous sera également possible d'échanger avec les associations : **ADH - Au-delà de nos handicaps**, **Cal Pas** et **Tristan Bleu Océan**.

La traditionnelle **buvette** sera tenue par les bénévoles de l'association Bougez en Bièvre Est. Ils se feront un plaisir de vous servir boissons chaudes ou froides. Et pour les petites faims, des **Food trucks** : Empanadas – Buenos Aires Club, Croques – La Cantine toquée et Burgers – Best Of US Food Truck, seront sur place.

### Échauffement d'avant course : ouvert à tous !

Accompagnateurs et accompagnatrices, vous pourrez aussi profiter de l'échauffement ludique (*dans le respect des distances de sécurité*) mis en place par Cédric et Vivian, deux coachs sportifs et fidèles à l'événement, cela vaut le détour !

## Ce qui caractérise l'évènement

**Les valeurs prônées par la Renversante et partagées par tous les participants** : Solidarité – Dépassement de soi – Respect – Santé et bien-être – Éco-responsabilité. C'est d'ailleurs pourquoi des sportifs de haut niveau et de nombreux partenaires, soutiennent cette initiative et s'associent à cet événement.

## Participez à cette course Renversante !

### Tarifs d'inscriptions :

11 km élite – une trentaine d'obstacles / Départ à 8h45 – 40 €

11 km – une trentaine d'obstacles / Départ de 9h à 9h40 – 37 €

6 km – une vingtaine d'obstacles / Départ de 12h40 à 15h00 – 32 €

3 km solo et duo – une quinzaine d'obstacles / Départ à 10h20 et 10h40 – 17 € par personne

1 km – une dizaine obstacles / Départ à 11h00 – 8 €

1 parcours enfants (3-11 ans) d'environ 500 m et cinq obstacles (inscriptions sur place)

+ Des animations gratuites à destination du grand public

La Ren'marchante – pas d'obstacles / Départ à 10h40 – 6 €

Pour avoir les infos en temps réel, nous suivre sur :

- Facebook : [www.facebook.com/LaRenversante/](http://www.facebook.com/LaRenversante/)

- Instagram : [www.instagram.com/larenversante/](http://www.instagram.com/larenversante/)

### + d'infos et inscription sur : [www.la-renversante.fr](http://www.la-renversante.fr)

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

#### Contact presse :

Bérengère Dutoit – 04 76 31 06 18 – [bdutoit@hiceo.fr](mailto:bdutoit@hiceo.fr)

Elissa Lefevre – 04 76 31 06 19 - [elefevre@hiceo.fr](mailto:elefevre@hiceo.fr)

Des images en haute résolution sont disponibles sur demande.

