

DÉFI Octobre Rose

CONNECTÉ

Du 1er au 31 octobre 2023

3 CHALLENGES --> 1 OBJECTIF

Challenge de l'équipe qui fera le plus de km
Challenge du sportif qui fera le plus de km
Challenge de la plus grande équipe (Nbre d'inscrits)

Inscription GRATUITE avec Possibilité de DON

SCANNEZ-MOI
pour vous
INSCRIRE



SCAN ME

LE DÉPISTAGE DU CANCER DU SEIN
À PARTIR DE 50 ANS :
UNE MAMMOGRAPHIE TOUS LES 2 ANS

CHARTRE ÉCO-RESPONSABLE

L'objectif de cette «Charte éco-responsable» est d'encadrer le déroulement du *Défi Connecté Octobre Rose*, du 1^{er} au 31 Octobre 2023, dans le respect strict des règles transmises par le gouvernement et de nos valeurs environnementales.



Chaque participant au *Défi Connecté Octobre Rose* s'engage à :

- ✓ Ne pas participer si vous présentez des symptômes du COVID-19.
- ✓ Ne pas réaliser la course sur un tapis, un home trainer... (votre montre ne vous fournira pas de données GPS et le fichier GPX nécessaire).
- ✓ Marcher, courir ou pédaler en extérieur.
- ✓ Marcher, courir ou pédaler sans bénéficier de vestiaires qui peuvent être mis à disposition pour les activités en plein air.
- ✓ Respecter le code de la route.
- ✓ Respecter les règles spécifiques en vigueur sur votre territoire.
- ✓ Ne pas cracher.

Avoir un comportement éco-responsable

- ✓ Ne pas jeter vos déchets sur la voie publique.
- ✓ Respecter et laisser les lieux publics propres.
- ✓ Privilégier une gourde d'eau réutilisable plutôt qu'une bouteille plastique à usage unique.
- ✓ Privilégier de marcher ou courir proche de votre domicile sans utiliser de moyen de transport.
- ✓ Privilégier la douche au bain, même après l'effort !
- ✓ Pensez à la préservation de la nature.