

Ça va bouger en Bièvre-Est

Le 25 octobre, un événement original aura lieu à Colombe. La Renversante promet de faire bouger Bièvre-Est lors de cette journée sportive.

Elissa Lefevre, l'organisatrice, explique que « 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 faciles 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 membres de clubs, mais aussi entre collègues d'une même entreprise se mettent en place.

Solidarité et respect

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 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 décou-



Elissa Lefevre, l'organisatrice, explique que « 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.

vrir des sports tels que le Taï-chi, Hipkido, Yoga, Zumba, tout au long de la journée au cœur de l'espace sportif Méline 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 sont la solidarité, le dépassement de soi, le respect, la santé et le bien-être et l'éco-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 et 20 obstacles, départ de 9 h 30 à 11 heures, 5 km et 10 obstacles, départ de 14 à 16 heures. Plusieurs catégories organisées : la vague élite et les vagues loisirs pour chaque distance, le parcours enfants (3-12 ans) d'environ 500 m et 5 obstacles avec en parallèle des animations gratuites à destination du grand public.

Informations et inscriptions sur www.la-renversante.fr pour profiter des tarifs d'ouverture. À suivre aussi sur Facebook.