

Projet 2023

La COURSE du CŒUR



4 jours & 4 nuits pour faire courir la vie
et soutenir les dons d'organes et de tissus

- Une course en relais réservée aux entreprises • Des équipes de 14 coureurs dont une équipe de greffés
- Pour un défi sportif de 750 km porté par la solidarité de tous •

Événement sportif solidaire proposé par l'association Trans-Forme

Trans-Forme, labellisée Grande Cause Nationale 2009
BC Trans-Forme, licenciée Bilan Carbone



TRANS-FORME
Association Française Française des Sports Transplantés et Dialysés
01 43 46 75 46 - info@trans-forme.org - trans-forme.org
relaisonline.org / lacourseducoeur.com
f La Course du Coeur La Course du Coeur
La Course du Coeur #CDC22
N° Vert Agence de la Biomédecine - 0 800 20 22 24



La COURSE du CŒUR

La Course du Coeur :

- ✓ Est un événement sportif, solidaire et fédérateur ancré sur la question sociétale du don d'organes.
- ✓ Cherche à faire progresser cette cause dans les mentalités en s'adressant au public avant, pendant et après cet événement sportif.

La Course du Coeur au sein de Renault :

- ✓ Des équipes de coureurs **Renault** depuis 1993
- ✓ 19 participations sur 35 éditions
- ✓ Un « Comité des Sages » : bénévoles investis et garants de la pérennité du projet
- ✓ Des partenaires.



Les Pionniers

La Course du Coeur avec Renault :

- ✓ Un partenariat entre **Renault** et l'association organisatrice **Trans-Forme** depuis 2012.

La Course du Coeur

La Course du Coeur c'est :

- ✓ Plus de 20 entreprises (Dassault, HP, Microsoft, RTE...) d'équipes de 14 coureurs dont 1 équipe de coureurs greffés (greffés cœur, poumons, reins, foie, moelle osseuse...)
- ✓ 750 km de course à pied en relais non stop en 4 jours/4nuits entre Paris et Bourg Saint Maurice - Les arcs
- ✓ Plus de 200 communes traversées par la caravane de la **Course du Coeur** pour sensibiliser adultes et enfants à travers des animations
- ✓ **La Course du Coeur 2023 a lieu du 22 au 26 mars :**
 - L'équipe de l'**Entente Sportive Renault** sera annoncée par les Capitaines fin novembre/début décembre. L'équipe comptera donc 14 coureurs (et 4 remplaçants) répartis en 4 groupes. L'équipe sera mixte, avec un minimum de 4 coureurs ayant déjà participé précédemment à la course, et sera ouverte aux coureurs de tous sites Renault (le temps de la course se fait sur un temps de congés personnel)
- ✓ Chaque coureur parcourra en moyenne 70 km durant la course (certains 60, d'autres 80 km), en plusieurs fois, avec du dénivelé, de jour comme de nuit, et toujours sur route goudronnée et de manière sécurisée. La course la plus longue est de l'ordre du semi-marathon. Quelques coureurs feront aussi du vélo. C'est une course en relais quasi non-stop du mercredi soir au dimanche après-midi. Chaque course a un temps limite, et toutes les équipes repartent en même temps pour la course suivante
- ✓ Pour référence, un chrono de 2 heures sur distance semi-marathon est un temps compatible pour vivre sereinement la course
- ✓ **La phase de candidature s'arrête le 10 novembre.** A partir de la rentrée de septembre, des footings seront organisés, notamment le midi, pour permettre de se connaître et parler de la course
- ✓ **Puis, de décembre à mars, l'équipe ES Renault se mobilisera sur plusieurs points :**
 - ✓ **Préparation physique :** participation à des courses (3 courses avec dossard, avec typiquement le semi de Rambouillet en dernière course)
 - ✓ **Actions de communication sur le don d'organes :** participation à l'opération « 10 000 cœurs pour l'hôpital » (les bénévoles de l'association organisatrice de la course, Trans-Forme, peuvent accompagner les équipiers dans des écoles pour sensibiliser au don d'organes), poste de nouvelles sur les réseaux sociaux, rédaction de la gazette de l'équipe...
 - ✓ **Organisation de la course :** budget, équipement, préparation de l'épreuve musicale...

Le don d'organes

Parler du Don d'Organes autour de soi, en discuter en famille, au bureau, est indispensable.



Pour ou contre : **il faut prendre position.**

C'est pourquoi nous nous mobilisons :

- ✓ Pour informer, susciter le dialogue, sensibiliser chacun, individuellement, à la cause du don d'organes et de tissus.



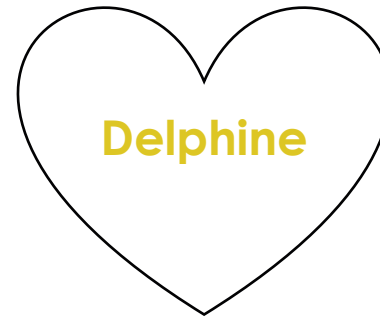
La
COURSE du
CŒUR

Avec vous
en **2023** ?

Courir - S'investir



Les caps de l'équipe 2023



Constitution d'une équipe

Campagne recrutement sur établissements

Renault Group

Vous aimez la course à pieds, vous souhaitez rejoindre l'équipe ES Renault...
Vous souhaitez vivre une aventure humaine et solidaire exceptionnelle...

Contactez dès à présent :

✓ Coordinateur recrutement et entrainement :
charles.segard@renault.com

✓ Et/ou les Capitaines 2023 :
herve.lusson@renault.com delphine.holleville@renault.com

Date limite de candidature : 10 novembre 2022

Animation d'un projet



Equipe ES Renault 2022

Pilotes d'une com du Coeur

