



AHSA EVENTS
26 SEPTEMBRE 2021

5KM DU LAC D'ANNECY

PROGRAMME 2021

ASSOCIATION PARTENAIRE:



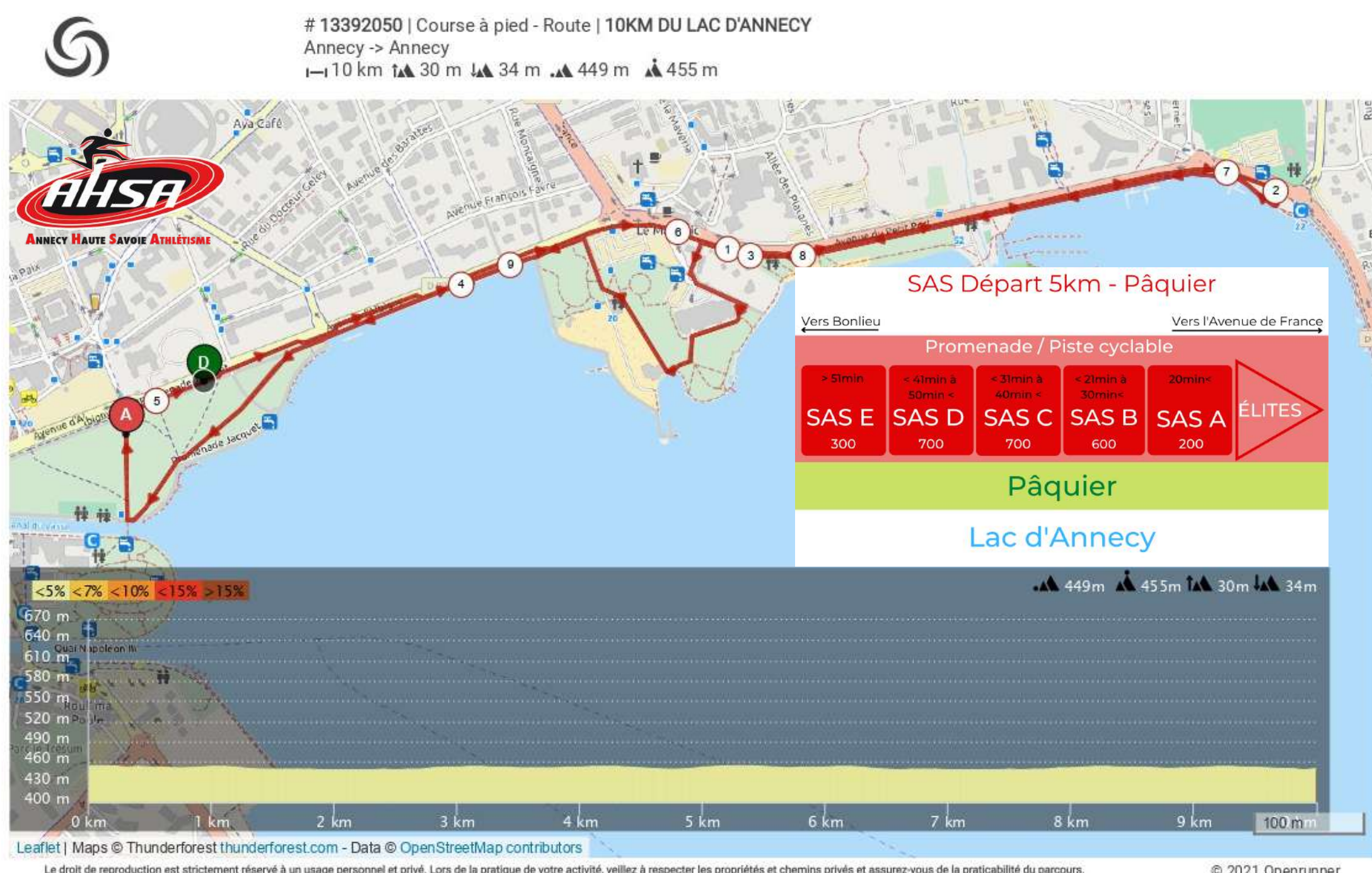
Crédit Mutuel

RICHARDSON





Vous êtes Invités



RETRAIT DOSSARD :

Sur le Pâquier entre le point de départ et le point d'arrivée de la course. En face de la Préfecture.

- Vendredi 24/09 entre 10:00h et 19:00h
- Samedi 25/09 entre 7:00h et 12:00h
- Dimanche 26/09 entre 7:00h et 9:00h

* * *

DEPART : 10:00h - Pâquier / Promenade Jacquet / Annecy

ARRIVEE : Entre 10:30h et 11:30h suivant les participants - Pâquier / Promenade Jacquet / Annecy

* * *

RAVITAILLEMENTS :

1 approvisionnement « sportifs » liquide/solide (arrivée), en fonction des normes de sécurité COVID.

L'équipe organisatrice se verra le droit, en fonction des directives COVID en vigueur lors de la course, de vous proposer un espace buvette où il sera possible de se rafraîchir et se restaurer.

* * *

TARIF :

11 € dont **0,5€** en faveur des Virades de l'espoir et de Vaincre la Mucoviscidose (jusqu'au 19 Septembre, au delà un supplément de 35€ vous sera demandé). Ce tarif comprend :

- 7 séances d'entraînement GRATUITES ouvertes à toutes et tous (voir page suivante)
- Echauffement sur le Pâquier le jour de course
- Le chronométrage par puce
- Les ravitaillements « sportifs »
- Votre diplôme de Finisher virtuelle personnalisée (nom / temps / classement) téléchargeable
- Tombola sur tirage au sort des dossards avec de nombreux lots de qualité
- De nombreux lots de qualité pour les podiums

Voir conditions de remboursements en cas d'annulation dans le règlement

* * *

EXTRA :

AHSA s'efforce d'organiser des événements « verts ». Nous limitons au maximum le gaspillage et en cela vous pouvez pré-commander vos goodies afin de ne pas générer de stock. Des goodies aux couleurs locales :

- Un Mug inox spécial course 2021 (floqué en France) : **15€**
- Un T-shirt course 2021 au design surprise (Floqué en France) : **10€**
- Un T-shirt 2019 ou 2020 pour vos entraînements : **5€/unité***
- Lot de 2 T-shirt 2019 ou 2020 pour vos entraînements : **9€** (4,5€/unité)*
- Lot de 5 T-shirt 2019 ou 2020 pour vos entraînements : **20€** (4€/unité)*
- Le pack complet Mug + T-shirt 2021 : **20€**

* dans la limite du stock disponible... alors dépêchez-vous !!!

Retrouvez les modèles 2019 et 2020 : [ici](#)



Mug 200ml



Entraînements & Suivi



*Vous êtes
Accompagnés*

SUIVI & TRAINING : Nos experts à votre disposition

Le club organisateur **ANNECY HAUTE-SAVOIE ATHLETISME (AHSA)** regroupe ces meilleurs experts de course sur route afin de vous offrir quelques heures d'entraînements running. Ce suivi et entraînement vous est OFFERT !!!

Des plans d'entraînement vous seront donner lors des entraînements afin d'adapter à chacun.

* * *

LES DATES :

- Mercredi 11/08 à 19:00h
- Mercredi 18/08 à 19:00h
- Mercredi 25/08 à 19:00h
- Mercredi 01/09 à 19:00h
- Mercredi 08/09 à 19:00h
- Mercredi 15/09 à 19:00h
- Mercredi 22/09 à 19:00h

LES CATÉGORIES :

- Cadets : 16-17 ans (2004-2005)
- Juniors : 18-19 ans (2002-2003)
- Espoirs : 20-22 ans (1999-2001)
- Seniors : 23-34 ans (1987-1998)
- Masters : +35 ans (1986 et avant)

* * *

Lien d'inscription : [ici](#)

LE POINT DE RENDEZ-VOUS :

Parking Impérial, Avenue d'Albany, 74000 Annecy



Le club et sa nouvelle équipe met un point d'honneur à vous offrir la meilleure expérience entre Lac et Montagne. Notre suivi garanti votre bonne préparation. Des conseils avisés diligentés par Bouchaib KNINECH, connu sous le diminutif Bouch (2h43 au marathon) et manager de la team ELITE (photo ci-dessus).

Vous êtes débutant, intermédiaire ou pro, nous nous adaptons à chacun d'entre vous !!! Vous êtes TOUS conviés à participer à nos entraînements GRATUITS.

Pour plus de détail veuillez prendre contact avec notre équipe :

events@ahsa-athletisme.com



Vous êtes Solidaires



Après avoir soutenu le personnel du Centre Hospitalier Annecy Genevois, 1000€ de dons, **ANNECY HAUTE-SAVOIE ATHLETISME** (AHSA) s'inscrit cette année dans une démarche solidaire de la lutte contre la mucoviscidose aux côtés des associations **LES VIRADES DE L'ESPOIR** et **VAINCRE LA MUCOVISCIDOSE**

A CHAQUE INSCRIPTION 0,5€ SERA REVERSE à VAINCRE LA MUCOVISCIDOSE. Objectif : 1250€

Depuis plus de 30 ans, les Virades de l'espoir, événement national festif et solidaire, donnent à "Vaincre la Mucoviscidose" les moyens de poursuivre son combat contre la maladie, à savoir accélérer la recherche aujourd'hui pour quérir demain.

La virade d'Annecy existe depuis 2019.

Par ailleurs, un village avec de nombreuses animations prendra place pour cette belle journée sur le Pâquier à Annecy, avec au programme, ateliers créatifs, parcours de vélo, structures gonflables, ateliers du souffle...



Christophe Jobazé, apnéiste français et Ambassadeur de Vaincre la Mucoviscidose :

"Chaque nouveau défi sportif et chaque performance me permettent de donner un sens supplémentaire à ma passion pour l'apnée, devenue véritable discipline de vie."

Garder son souffle pour ceux qui en manquent , et ainsi, encourager le plus grand nombre à donner son souffle pour ceux qui en manquent."



Audrey Duchesne, Responsable de la Virade d'Annecy :

"La Mucoviscidose est une maladie génétique qui touche principalement les voies respiratoires et le système digestif. Tous les 3 jours, un enfant naît atteint de mucoviscidose et 2 millions de Français sont porteurs sains du gène responsable et peuvent le transmettre sans le savoir à leurs enfants."

Pour Lutter contre cette maladie qui touche prêt de 7300 personne à ce jour en France restons solidaire."

