

Quel est LE PROGRAMME

prévisionnel

de ce 23 septembre ?

LES ÉPREUVES SPORTIVES SOLIDAIRES

- 8h00** Accueil des premiers participants,
Retrait des dossards des épreuves sportives solidaires
- 8h30** Départ de la randonnée de 14 km
- 9h20** Échauffement collectif
- 10h00** Départ de la course chronométrée de 10 km
Départ de la course chronométrée de 6 km
Départ de la course à allure libre de 6 km
Départ de la marche familiale de 4 km
- 10h45** Espace récupération pour les participants
Etirements et massages par des kinésithérapeutes
et des étudiants en kinésithérapie,
- 11h45** Remise des prix

AMBIANCE MUSICALE ASSURÉE !

- 9h00 à 14h30** Au rythme des DJs
- 14h30 à 17h00** Blind-test musicaux

DE NOMBREUSES ACTIVITÉS LUDIQUES ET FAMILIALES

- Jeux gonflables XXL**
- Activités sportives**
baseball, tir à l'arc, boxe, golf, aviron, hockey, taekwondo
- 9h00 Animation Koézio**
- 18h00** jeux de cohésion, de communication, d'estaminets, ...
- Stand Sensibilisation**
avec la participation de collaborateurs du Service Médical de Vaincre la Mucoviscidose
- Parcours Vis ma Vie de Muco**
- Mascottes, Photocall**
- Grand Tirage au Sort de lots**

Restauration sur place
barbecue géant, hot-dogs,
crêpes, boissons.

EN SOIRÉE

On se retrouve à Visages du Monde à Cergy pour clôturer la journée en musique !

Concert de Sanseverino et Lisa Ducasse en première partie

Informations et inscriptions : bit.ly/ConcertVirade2023

10 Place du Nautilus, 95800 Cergy - **Place à 20€**

**ET PLEIN D'AUTRES SURPRISES !!
AVEC DE NOMBREUX LOTS À GAGNER**

(Re)Découvrez la rétrospective des éditions
de la Virade de l'Espoir de Cergy-Pontoise
et plus encore sur notre chaîne Youtube !
bit.ly/YoutubeVirade



POUR QUE DEMAIN SOIT UN ESPOIR

Avec le soutien de **Presnel KIMPEMBE**, Champion du Monde de football 2018,
et de **Jean-Eric VERGNE**, Double Champion du Monde de Formule E

Retrouvez prochainement
toutes les informations sur
viradecergyponoise.fr