



Leur nouveau
Défi !

DEFI VOGALONGA 2018

20 mai 2018 à VENISE (Italie)

Si vous avez raté l'épisode précédent ... avec sa préparation débutée en 2014, ses entrainements en 2015 et 2016, les deux Marathons de Castelnaud, le 13 septembre 2015 et le 11 septembre 2016 et le Défi Vogalonga 2016, le 15 mai dans la Lagune de la Sérénissime, voici quelques photos souvenirs !



Les entrainements à Périgueux sur l'Isle



Les onze participant(e)s et leurs deux entraîneurs



Les Marathons de Castelnaud-la-Chapelle en 2015 et 2016

Faire 10 minutes de marche tonique 3 fois par jour en plus des activités quotidiennes, privilégier des activités qui mobilisent l'ensemble des muscles du corps (**Médiété**) et un mode de vie plus sain réduisent de 30% la survenue de cancer du sein, de l'utérus et du colon. L'activité physique est un remède contre la fatigue en cancérologie, réduit les effets secondaires des traitements et permet un gain de survie !



La préparation avec la technique du Médiété face à la Mer Adriatique



Le Défi dans la Lagune de Venise le 15 mai 2016



Le Grand Canal, après deux ans d'efforts



La reconnaissance des élus qui ont supporté le projet

« DEFI VOGALONGA 2016 »
LES PARTENAIRES

Les partenaires exceptionnels de notre Défi Vogalonga 2016

Une émission radio extraordinaire :

<https://www.franceinter.fr/emissions/interception/interception-12-juin-2016>

Un film émouvant :

https://youtu.be/9xH_n88yCOE

A revoir et à réécouter !

DEFI VOGALONGA 2018

C'est la participation d'un nouvel équipage de 11 femmes ou hommes, à bord du rabaska de 15 places, à cet événement mythique dans la Lagune de Venise (48ème édition), qui regroupe tous les ans 8 000 participants dans 2 000 embarcations à rames, sans notion de compétition, sur un long parcours de 32 km, sinuant entre Grand canal, Lagune et îles vénitiennes.

Le Défi s'adresse à 11 patients atteints d'un cancer, en cours de traitement ou en rémission, sur la base du volontariat, leur permettant de réaliser un défi que chacun n'aurait pas fait seul. La méthode de préparation est le Médiété qui permet de développer la souplesse, la force, la coordination et la respiration afin de rechercher le geste juste. Chaque séance d'entraînement dure 2h00, soit 45 minutes de Médiété et 1h15 de bateau.

L'encadrement de l'équipage est composé de deux médecins (oncologue et généraliste), deux éducateurs (CAMI Sport et cancer, club Périgueux Canoë-Kayak).

Le premier projet commun, élaboré en 2014 à l'initiative de la CAMI Dordogne et porté conjointement par les deux associations a trouvé une magnifique et émouvante finalité le 15 mai 2016 à Venise.

Calendrier 2017-2018 :

- Novembre 2017 – avril 2018 : montage dossier financier, rencontres partenaires, élaboration convention et demande aides/subventions.
- Mai – octobre 2017 : entraînement hebdomadaire
- 10 Septembre 2017 : Défi intermédiaire avec le Marathon de Castelnau (Dordogne) de 33km entre Saint-Julien de Lampon et Castelnau-la-Chapelle
- Novembre 2017 – Février 2018 : entraînement mensuel
- Mars - 2018 - Mai 2018 : reprise entraînements hebdomadaires
- 16 au 21 Mai 2018 : séjour de 5 jours (4 nuitées) à Venise

Communication 2015-2016:

Sud Ouest – La Dordogne Libre – L'Echo Dordogne- Le Courrier Français – Le 24 Sport – Famosa- Signe et Sens – Le Figaro (cf revue de presse)
France Bleu Périgord
France Inter
France 3 « Périgords »
Crédit Mutuel du Sud-Ouest

**Soyez des nôtres en 2018,
Ce sera aussi votre exploit !**

