



Le guide pratique pour participer aux **Wittelsheimmoises**

Dimanche **11 octobre** – Départ à 10h



01.

Les horaires à retenir

8h : ouverture du village

9h30 : discours de la marraine de l'évènement Sophie Herbrecht, de l'association La Maison Rose, de l'ASCA Handball et de l'adjoint au Maire Jérémie Larcher

9h45 : début de l'échauffement collectif avec le Studio Sandrine

10h : départ collectif des Wittelsheimois

10h15 : Zumba rose pour celles et ceux qui ne participent pas à la course



02.

Les inscriptions

Les inscriptions restent ouvertes jusqu'au jour J !
Inscrivez-vous directement **en ligne** via le lien dans la publication. La course n'étant pas chronométrée, le certificat médical n'est pas demandé.

Les hommes sont les bienvenus et l'inscription est gratuite pour les enfants de **moins de 16 ans**.



03.

Les t-shirts

Vous avez commandé un t-shirt ? Vous pourrez le récupérer le **samedi 10 octobre** de 14h à 17h, ou le **jour J**, le dimanche 11 octobre, à la salle P. Albouy (114 rue de Reiningue). Pensez à vous munir de votre inscription.

Vous n'avez pas pu en commander lors de votre inscription ? Des t-shirts seront également en vente le jour J, dans la limite des stocks disponibles.



04.

Peut-on y manger ?

Évidemment ! Après la course, vous pourrez vous régaler de tartes flambées, de sandwiches au fromage et de bretzels nature ou gratinés. Côté boissons, du chaud comme du froid sera proposé pour vous désaltérer.



05.

Où puis-je me garer ?

Plusieurs parkings vous permettront de vous stationner aux alentours, comme en face des Jardins du monde, du collège Mermoz et le long de la salle Grassegert.

Merci de veiller à ne pas gêner la circulation ni les accès des riverains. Et pour faciliter le stationnement de tous, pensez au covoiturage !



06.

Échauffement et zumba rose

Un échauffement sera proposé à **9h45**, après les discours. Le Studio Sandrine préparera vos jambes comme votre mental, le tout dans une ambiance festive !

Vous ne participez pas à la course ? Rejoignez la **Zumba rose** organisée au même moment à 10h.





07.

Les ateliers et animations

La Maison Rose vous invitera à découvrir plusieurs ateliers : sophrologie, art-thérapie, autopalpation, réflexologie plantaire et massage. Un second stand de réflexologie sera également installé.

Côté musique, la Musique municipale de Wittelsheim et l'Harmonie des Mines accompagneront les participants tout au long du parcours, tandis qu'un DJ animera le village de la course.





**Chaque pas
compte. Merci !**

Dimanche **11 octobre** – Départ à 10h

