



Faites un don

www.helloasso.com/associations/casiopeea/collectes/le-sport-pour-vaincre

Venez le mercredi 27 juin à 18h30 devant la mairie du 15^{ème}
pour le prologue du départ Vélo Paris Versailles.



Le défi :
Paris-Vannes à vélo et
le défi de l'Ultra Marin
Par des femmes atteintes
du cancer

Du 27 juin au 30 juin 2018

Contact presse

Nathalie David

06 13 79 10 10

Casiopeea.france@gmail.com



Casiopeea, association soutenue par l'Institut Curie promeut la pratique du sport outdoor pour des femmes atteintes du Cancer.

Surmonter la maladie

Il est démontré que la pratique d'une activité physique aide à surmonter le cancer

- Limite les risques de rechute de 40%
- Améliore la survie de 40%
- Réduit les effets secondaires des traitements
- Améliore l'état psychologique des malades





Casiopeea France voit le jour en 2015 sous l'impulsion de Nathalie David, femme engagée dans l'accompagnement des malades du cancer du sein. En partenariat avec l'Institut Curie depuis 2016, l'association propose aux femmes atteintes d'un cancer de participer à des activités physiques outdoor avec les personnes de leur choix.

Casiopeea fait preuve de diversité dans les activités proposées : visites guidées des recoins de Paris, balades en forêt, séances de gym, d'aviron, de footing, de vélo. Chaque rendez-vous est l'occasion pour de s'oxygéner et de se réconcilier avec son corps.

Casiopeea organise également des défis sportifs d'équipe pour promouvoir les bénéfices du sport dans l'accompagnement de la maladie.

« Par cette pratique régulière, nous souhaitons les accompagner pour surmonter la maladie. Que de bons moments vécus ensemble en outdoor pour se ressourcer et sortir de l'isolement. » Nathalie David





Montrer que le cancer
ne doit pas empêcher de vivre, de se surpasser

Notre objectif

Aller au devant des femmes malades et leur proposer de pratiquer une activité physique régulière outdoor en groupe.

Permettre aux femmes et à leur entourage de prendre
« un bol d'air » et d'échanger avec d'autres.

Reprendre confiance en soi, se réapproprier leur corps.

Réaliser des défis individuels au profit d'un objectif collectif.





Le défi 2018 : Paris-Vannes + Raid Ultra Marin

6 mois de préparation

Chacune à son rythme.
Pour atteindre l'objectif,
une équipe s'entraîne
suivie par une coach, 2
kinés et un médecin.

470 km à vélo Paris-Vannes

7 femmes se relayeront
de Paris à Vannes
en vélo 24/24,

177 km de course L'ultra Marin

10 femmes atteintes du cancer
se relayeront sur les sentiers
du Golfe du Morbihan pour être
finisher de l'Ultra Marin 2018.

Un réel défi après plusieurs mois de traitement.

Se réapproprier son corps.

Porter les valeurs du sport pour surmonter la maladie.

Vivre un moment de partage solidaire



Marraine, Anais Quéméner

Vis comme si tu devais mourir demain. Apprends
comme si tu devais vivre toujours.

G A N D H I

Vice-championne de France du 100km, 2018

Championne de France de Marathon 2016

En traitement pour un cancer du sein depuis aout 2015

2016 Championne de France de Marathon

2014 4eme au scratch des championnats de France de Marathon
3ème sénior en 2h58.

2013 Championne de France Espoirs du Marathon à Toulouse
Record des championnats de France

2007 Record de France cadette du 10 km

4 titres de championne de France de cross FSGT

6 - 19 mars 2018





> Le défi 2018, Paris-Vannes suivi du Raid Ultra Marin

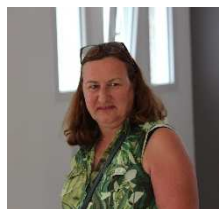
La Dream team



Anaïs
Championne de
France Marathon
2016
Vice championne de
France 100 km 2018
Marraine



Nathalie
Paris
Présidente Casiopeea
Relais Vélo et Ultra
Marin



Véronique
Vannes
Relais Ultra Marin



Christine
Paris
Relais vélo



Nathalie
Paris
Relais vélo



Valérie
Vannes
Relais Ultra Marin



Geneviève
Paris
Relais Ultra Marin



Nicolas
Paris
Assistance relais
vélo



Francis
Paris
Assistance relais
vélo



Magalie
Paris
Relais Ultra Marin



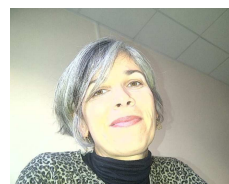
Zayda
Paris
Relais Vélo et
Ultra Marin



Isabelle
Paris
Relais
Ultra Marin



Françoise
Vannes
Relais Ultra Marin



Sophie
Paris
Relais Ultra Marin



Odile
Vannes
Relais Ultra Marin



Nathalie
Paris
Relais Vélo



Encadrement, Isabelle Vanderschelden

Il n'y a pas de réussite facile,
ni d'échecs définitifs

MARCEL PROUST

**Kinésithérapeute référente de l'Institut Curie
Encadrement des activités de Casiopeea :
prévention, des conseils, des programmes d'entraînements
sportifs, et des conseils en physionutrition.**

2017 Formation (en cours) kinésithérapie du sport expert. Kinesport (Paris)

2016 Diplômée en physionutrition. IEPP (Paris)

2015 Certifiée Professeure Pilates pour la rééducation. Polestar (Paris)

2011 Formation en Uro-Gynécologie. EIRPP (Lyon)

2008 Master en kinésithérapie. HELB (Bruxelles)

8 - 19 mars 2018





Coach, **Caroline Guidoni**

Architecte d'intérieur

Entraîneur niveau 3 de la FFA

Encadrement des activités de Casiopeea



Entraîneur 3ème Degré Ultra Marin Club.
Coach Conseils Raid Du Golfe.

« Les championnes n'arrêtent jamais de jouer avant d'avoir réussi. »

BILLIE JEAN KING, tenniswoman.

2017 Entraîneur Hors Stade FFA depuis 2002.

2008 Entraîneur 3ème Degré. Formateur d'entraîneurs.

2009. Référente nationale 3ème Degré Spécialité Hors Stade FFA.

2011. Création Ultra Marin Club, orientation Trail et Ultra Trail



Le programme

Mercredi 27 juin 18h30 Paris:

Départ du prologue du relais vélo
depuis la mairie du XV arrondissement
(Paris-Versailles)

Jeudi 28 juin 8h30 Versailles:

**Départ du relais vélo Paris-
Vannes** depuis Versailles

Vendredi 29 juin 15h00 Vannes:

**Arrivée du relais vélo Paris-
Vannes** en vélo à Vannes sur l'esplanade du
port

Vendredi 29 juin 19h00 Vannes:

Départ du relais course à pied
Ultra Marin raid du Golfe du Morbihan

Samedi 30 juin 19h00 Vannes

Team Casiopeea finisher de
l'Ultra Marin, port de Vannes

Faites un don

www.helloasso.com/associations/casiopeea/collectes/le-sport-pour-vaincre

**Venez le mercredi 27 juin à 18h30 devant la mairie du 15^{ème}
pour le prologue du départ Vélo Paris Versailles.**

Avec le soutien de :

Anais Quemener, championne de France de Marathon 2016 et Vice championne de France de 100 km 2018

www.facebook.com/CasiopeeaFrance
06.05.08.09.03
casiopeea.france@gmail.com





Ils croient en notre projet ...



... merci de leur confiance

Contact presse

Nathalie David

06 13 79 10 10

casiopeea.france@gmail.com



Facebook

www.facebook.com/CasiopeeaFrance

Site internet

www.casiopeea-sport-sante.com

Twitter

@CasiopeeaFrance