



Fédération Française  
du Sport Adapté

PAYS DE LA LOIRE



# DÉFI CONNECTÉ

LE DÉFILÉ DU SPORT ADAPTÉ

17 MARS

6 AVRIL





# UN

# DÉFI CONNECTÉ

## QU'EST CE QUE C'EST ?

Par équipe, marchez le plus possible pendant 3 semaines et tentez d'atteindre les recommandations !

Pour participer, constituez un équipe de 3 à 4 personnes et munissez vous chacun d'un podomètre, d'une montre connectée ou d'un smartphone pour comptabiliser vos pas.

Chaque semaine, retrouvez un petit défi à réaliser sur le thème "Le défilé du Sport Adapté" pour apporter des pas bonus à votre équipe.

**BONUS**

### Consignes :

Chaque lundi, le référent d'équipe devra remplir le tableau des résultats en inscrivant les pas réalisés par chaque personne au cours de la semaine. Un classement général ainsi qu'un classement par département sera établi.

### Conditions d'inscription :

- Remplir la [fiche d'inscription](#) et la remettre à votre référent SA Santé par mail
- Avoir une licence FFSA valide
- Nommer un référent par équipe
- Date limite d'inscription : lundi 10 mars 2025

**DE NOMBREUX LOTS À GAGNER !!**

