

## COURSE DES HÉROS 2022 : les inscriptions sont ouvertes !

**Avis à tous les héros du quotidien et à leurs familles !** Cette année encore l'AFAF se lance un challenge : collecter au moins **30 000 euros** au profit de la recherche pour trouver un traitement contre l'Ataxie de Friedreich.

Pour cela, nous avons besoin de vous tous, malades, familles, amis, petits et grands, partout en France.

**Participez cet été à Paris, Nantes, Lyon, Bordeaux ou en ligne** à un événement festif et solidaire. Lancez-vous un défi (marcher, courir, rouler, ...) et communiquez autour de celui-ci pour collecter des dons au profit de l'AFAF.

- RDV sur <https://www.alvarum.com/afaf>
- A vos baskets, à vos claviers. Ensemble, nous vaincrons 🇫🇷 !

\*\*\*\*\*

**Mode d'emploi pour ceux qui participent pour la 1<sup>ère</sup> fois à la Course des héros :**

**1) S'inscrire :** rendez-vous sur : <https://www.alvarum.com/afaf>

- Choisissez le lieu où vous souhaitez réaliser votre défi sportif et solidaire (**Bordeaux : 12 juin / Paris : 19 juin / Lyon : 26 juin / Nantes : 26 juin / Le live des héros à distance : 19 juin**).

**Attention, la date de la Course de Nantes a changé : prévue le 3 juillet, elle aura finalement lieu le 26 juin**

- Cliquez sur le bouton rouge « s'inscrire » et suivez les instructions.

**2) Communiquez !!!**

Une fois inscrit en tant que collecteur (individuellement ou en famille), communiquez sur votre action autour de vous, auprès de votre famille, de vos amis, de vos collègues en leur transmettant par mail ou par le biais des réseaux sociaux directement l'adresse de votre page de collecte pour qu'ils puissent faire un don.

**3) Go !**

Le jour J, vous participez dans la ville que vous avez sélectionnée à un défi sportif durant une matinée festive, en famille ou entre amis. Les parcours (de 2, 6 et 10 kms) sont accessibles à tous les publics (y compris en situation de handicap), tous les âges, du moins sportif au plus sportif.

Si vous participez à l'édition en ligne, vous déterminez vous même le défi que vous voulez accomplir et le réalisez depuis chez vous.

**AFAF, c'est aussi Avec Force Anéantir le Friedreich !**