

- 8h : Accueil— **Retrait des dossiers** des courses et de la marche familiale
- 8h30 : Départ de la **randonnée de 14 km** organisée par **Rando-Nature Vauréal** et **ASPTT Cergy-Pontoise**.
Echauffement collectif
- 9h30 : Départ de la **rando-roller** organisée par **Zone 4 Roller**
- A partir de 10h00 : Début des **épreuves sportives solidaires**
- vers 10h45 : Espace récupération pour les participants. Etirements et **Massages** (*par les kinésithérapeutes*)
- vers 11h30 : Remise des prix, **Tirage au sort des séjours offerts par MMV - Les vacances club**
- **Course chronométrée de 10 km** : Inscription préalable obligatoire [en ligne](#)

- **Course de 6 km** : Inscription possible dès à présent [en ligne](#)
- **Marche familiale de 5 km** : Inscription possible dès à présent [en ligne](#)

A gagner : 2 séjours (1 semaine et 1 week-end) dans les Alpes françaises – Tirage au sort parmi les participants présents

Des animations toute la journée

- **Activités ludiques et familiales** : Jeux gonflables XXL, poneys, mascottes, ...
- **Activités multisports** : Baseball, hockey, rameur, taekwondo, sumo, ...
- Stand **sensibilisation** et parcours **“vis ma vie de muco”**
- A partir de 11h30 : **Barbecue géant**, Crêpes, Boissons
- 17h00 : Grand tirage au sort des lots

En soirée...Concert

Rendez-vous à 20h au **Forum de Vauréal** pour assister au concert des Fatals picards !

Tarif : 25 € – *Attention, nombre de places limité, pensez à réserver [ici](#)*

Restauration possible sur place

Et aussi, le vendredi 24 et le samedi 25 septembre au RKC...

Rendez-vous au RKC Karting, aérodrome de Pontoise, Boissy-l'Aillerie. Animation sensibilisation, dons et... tirage au sort spécifique karting !

*Avec le soutien de deux parrains, **Presnel KIMPEMBE**, champion du monde de football 2018 avec l'équipe de France, Défenseur du PSG, et **Jean-Eric VERGNE**, double champion du monde de Formule E.*

Infos pratiques

Plateau sportif

boulevard des chasseurs

95800 Courdimanche

Documents

[Flyer - programme Virade de Cergy-Pontoise](#)

Liens utiles

[Site internet - Virade de Cergy-pontoise](#)

[Réservations concert Fatals Picards](#)

[Inscriptions courses](#)