

RELAIS pour la vie

24H DE COURSE OU DE MARCHE
AU PROFIT DE LA LUTTE CONTRE LE CANCER

LES 1^{ER} ET 2 JUILLET PROCHAINS
À SAINT-BONNET-EN-CHAMPSAUR !

CRÉER UNE ÉQUIPE

Tout le monde peut constituer une équipe et participer au Relais pour la vie. Les équipes sont le moteur de la manifestation et les garants de la réussite du Relais.

RELEVEZ LE DÉFI DU RELAIS !

La composition des équipes varie de 04 à 30 personnes. De manière sportive ou ludique, en marchant ou en courant, il n'existe qu'une seule règle : une fois le départ donné, il doit toujours y avoir au minimum une personne de chaque équipe sur la piste et ce à n'importe quel moment des 24h. Les équipes peuvent regrouper des amis, des collègues de travail, les membres d'une famille ou d'une association, etc.

Le Relais n'est pas forcément une compétition sportive, chaque personne va à son rythme.



COMMENT CRÉER UNE ÉQUIPE

- 1/ Rendez-vous sur www.relaispourlavie.net et choisissez le Relais des Hautes-Alpes.
- 2/ Créez une équipe dont vous deviendrez le/la capitaine
- 3/ Faites un premier **don** sur la page de collecte que vous venez de créer ; en bon capitaine, incitez vos coéquipiers à en faire autant.
- 4/ Trouvez idéalement entre 04 et 30 coéquipiers prêts à relever le défi de la course/marche pendant 24 heures et invitez les à rejoindre votre équipe sur le site du Relais.
- 5/ Mobilisez tous vos proches pour qu'ils fassent un don sur la page de collecte de l'équipe ; objectif : être l'équipe qui obtiendra le plus de dons au profit de la Ligue contre le cancer des Hautes-Alpes.
- 6/ Parlez du Relais autour de vous !

