

COLMAR Etape n°9



triathlon pour les enfants



MARDI 21 MAI 2019

PLAINE NELSON MANDELA



Remerciements



Au nom de tous les membres de l'équipe FitDays mgen, je tiens à remercier Yves Hemedinger, 1^{er} adjoint au Maire de COLMAR, Karen Deneuve, adjointe en charge de la Politique de la Ville et Odile Uhrich-Mallet, adjointe en charge de l'Education, Emilie Nicolle, Déléguée du Préfet du Haut-Rhin, Brigitte Klinkert, Présidente du Département du Haut-Rhin, qui nous ont fait l'honneur de venir assister à l'événement, et aux agents de la ville de COLMAR pour leur accueil et leur implication, qui ont permis le bon déroulement des étapes. Partagez ces moments là avec vous nous a ravis. En espérant vous revoir très vite pour peut-être revenir en 2020.

Un grand merci à nos partenaires, MGEN, M. Munier de Renault Colmar, Opticiens Mutualistes, La Salvetat, Volvic, Aptonia-Décathlon Colmar, M. Blin de Biocoop Colmar Fédération de Cardiologie, les Sapeurs-pompiers du Haut-Rhin! Votre soutien nous a permis de réussir cette journée, qui a réuni 243 enfants et 10 équipes de 2 au Parcours du cœur FitDays mgen !



Merci aux bénévoles, à Fabrice Blanchot, Président MGEN Haut-Rhin, aux militants MGEN pour leur motivation et leur générosité.

Merci à François Lentz, Conseiller Pédagogique, pour son travail et son implication, qui a permis de réunir près de 170 enfants sur le temps scolaire

Un grand merci aussi à l'OMS, qui a su mobiliser un peu de monde sur la fin de journée malgré le temps très maussade. Merci également à Amata Nadjat, qui a également œuvré pour rassembler le quartier sur l'événement. Merci également au Lieutenant-Colonel Marchal des Sapeurs-Pompiers du Haut-Rhin



Sélectionnés en finale régionale

Voici la liste des enfants de COLMAR sélectionnés pour la finale régionale qui se déroulera au Lac de la Terrasse le 8 juin à la suite de laquelle seront sélectionnés les meilleurs de chaque année d'âge (de 2007 à 2013) pour la finale nationale à la Salvetat-sur-Agout le 12 juillet



ANTOINE Océane
NAAMANE Salaheddine
NAAMANE Kenza
EMILE Abdel Hakime
PERRON Lillian
DESCLAUX Elea
VATEL Marielys
FAGHNNNA Fayrouz
AMATA Amine
AMATA Sana
DUARTE Julia
METZ Arthur
METZ Chloé

Podium en présence des élus et des partenaires

Atelier : triathlon



triathlon pour les enfants



Malgré l'eau froide et la température extérieure pas assez chaude, un grand nombre d'enfants ont effectué un triathlon, enchainement de 20m de natation, 1 km de vélo ainsi que 250m de course à pied. Ils sont repartis avec leur tee-shirt fitdays mgen et la fierté d'être désormais de vrais petits triathlètes.

L'après-midi, la pluie a obligé l'organisation a transformé l'épreuve en duathlon.

APT ONIA
DECATHLON



Atelier : triathlon

FITDays mgen[★]
GROUPE vyv
triathlon pour les enfants



APTONIA
DECATHLON

mgen[★]
GROUPE vyv

La médaille à l'arrivée pour tous !



« Remise des médailles par les adjoints au Maire de Colmar, pour la plus grande joie de nos petits sportifs. »



Atelier récupération avec la Salvetat



A l'arrivée de leur triathlon, l'enfant apprend à bien récupérer en faisant des étirements sous la direction d'un coach sportif et en buvant de l'eau. Puis ils ont le plaisir d'écraser la bouteille dans le compacteur pour bien « récupérer » les déchets.



Un ravitaillement de fruits frais



triathlon pour les enfants

L'équipe FitDays mgen a préparé des fruits frais pour faire goûter aux enfants, grâce à Biocoop COLMAR, qui a offert les délicieux fruits, qui ont régalé les enfants.



Atelier connaître les dangers des pesticides



triathlon pour les enfants

Cet exercice permet une prise de conscience sous forme ludique.

Les enfants jouent à polluer et au pollueur, tout en comprenant les effets des différents pesticides et leur impact tant sur l'écologie que sur la santé.



Atelier pour apprendre à concevoir son menu équilibré



triathlon pour les enfants

Les militants de la MGEN apprennent aux enfants à reconnaître les différentes familles d'aliments et à composer un menu équilibré.

Cet atelier a appris aux enfants l'importance de bien manger pour être en bonne santé et plus à l'aise en sport.



Le principe : 2 équipes s'affrontent pour réaliser le plus rapidement possible la fleur des aliments ; chaque pétale représente un groupe d'aliments d'un menu équilibré. Les enfants doivent choisir parmi des cartes représentant les différents aliments et les positionner dans le bon pétale.

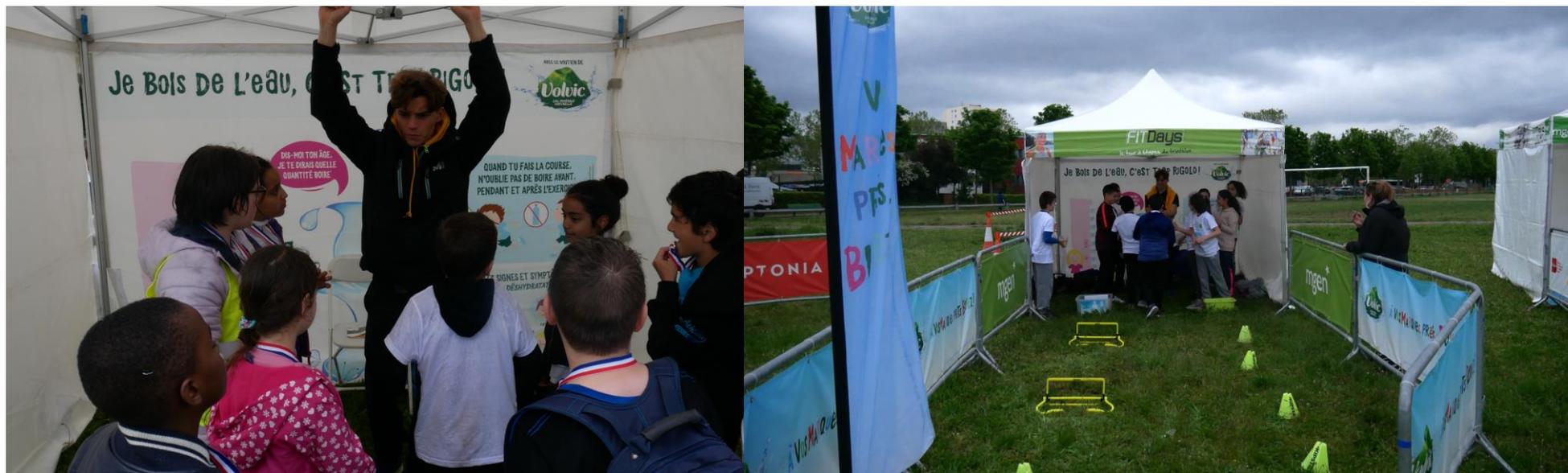


Atelier hydratation



triathlon pour les enfants

Jeu qui image la perte en eau lors d'un effort physique et permet aux enfants d'apprendre l'importance de bien s'hydrater pour maintenir en permanence 60% d'eau dans le corps.



Atelier sécurité routière



triathlon pour les enfants

Les enfants effectuent un parcours de maniabilité avec leur vélo. ils reçoivent les conseils des militants MGEN et de la Fondation de la Route MGEN, puis répondent à un questionnaire sur le code de la route afin de décrocher leurs permis vélo.



RENAULT
La vie, avec passion



Atelier avec les sapeurs pompiers

Les enfants habillés en parfait petit pompier franchissent des obstacles avant de sauver une victime dans une tente, ils apprennent à donner l'alerte et à mettre en position latérale de sécurité une victime, mais aussi à se familiariser au massage cardiaque et au maniement du défibrillateur automatique.



triathlon pour les enfants

Une façon de leur donner l'envie de rejoindre les rangs des Jeunes Sapeurs-Pompiers...

Les pompiers de COLMAR ont sensibilisé presque 250 enfants sur cette journée



Brigitte Klinkert,
Présidente du
Département du Haut-Rhin
a apprécié la qualité de
l'événement



Atelier Prévention des risques cardio-vasculaires



triathlon pour les enfants



Les enfants répartis en 2 équipes s'affrontent sur un relais de course à pied. A la fin de chaque tour de course, l'enfant répond à une question sur les bonnes pratiques pour éviter les accidents cardio-vasculaires. S'il répond correctement, il passe le relais à son co-équipier et son relais avance, sinon il refait un tour de course avant de répondre à une 2e question...



Théo a expliqué aux enfants toute la journée l'importance d'adopter les bonnes habitudes...



Atelier pour apprendre à bien collecter ses déchets !



triathlon pour les enfants

"Être un vrai Tri'Athlète avec Veolia Propreté".

Les enfants visent avec des ballons de hand-ball des cibles plus ou moins grandes selon le degré de dégradation du déchet qu'elles représentent.

Ils échouent souvent quand le trou est petit comme par exemple pour le verre, qui met 4000 ans à se dégrader ! Une façon d'attirer l'attention de l'enfant sur l'importance de bien collecter le verre...



Parcours du cœur FitDays mgen



triathlon pour les enfants



Les enfants étaient ravis de courir 250m avant de passer le relais à leur parent pour courir 1 km !

Et quel bonheur que de passer la ligne avec papa ou maman...

1^{ère} bonne raison de participer avec les enfants : La Salvetat offre une photo souvenir de l'arrivée à chaque famille : il suffit d'aller la télécharger sur le site fitdays.fr



Parcours du cœur FitDays mgen



triathlon pour les enfants



2^e Bonne Raison de participer avec les enfants



Nadjat Amata et sa petite Sana ont été tirés au sort et sont nominés pour le super tirage de la Renault Twingo le 12 juillet. Mais attention il devra se lancer sur le triathlon XS du 12 juillet pour rester dans les finalistes du super-tirage. L'organisation lui offre son inscription pour qu'il prenne goût au triathlon.



3^e Bonne Raison de participer avec les enfants



La petite Julia et son papa Antuarez Duarte ont été tirés au sort et ont gagné chacun, une paire de lunettes Julbo grâce aux Opticiens Mutualistes



4^e Bonne Raison de participer avec les enfants



Jérémy de Décathlon Colmar a présenté la gamme triathlon et fait goûter les pâtes de fruits Aptonia.

Lors du podium, des cartes cadeaux Décathlon ont été tirées au sort parmi les participants au Parcours du Cœur FitDays mgen.



Ambiance



Une ambiance bon enfant régnait pour ce relais du cœur
sur la Plaine Nelson Mandela !

Les stands des partenaires



triathlon pour les enfants

Renault COLMAR a exposé les voitures de sa gamme avec la fameuse Twingo à gagner !



Les stands des partenaires



Jérémy Kretz, chef de rayon triathlon au Décathlon Colmar a présenté ses produits triathlon, fait goûter les produits énergétiques Aptonia !



Les stands des partenaires



David Blin, Elisabeth et Aurélie de Biocoop Colmar ont enchanté les familles qui avaient bravé la pluie pour venir sur le FitDays mgen avec le Vélo à smoothies. Une façon originale de faire déguster les fruits frais...



Les stands des partenaires

L'équipe dirigeante de l'OMS a distribué à plus de 150 enfants les brochures qui expliquent aux enfants comment rejoindre l'une des 55 clubs de sport de Colmar.



Rencontre à l'Espace des partenaires



Merci à tous



Colmar



triathlon pour les enfants

