

PROGRAMME

Vendredi 2 février : "La Foulée c'est la santé !"

Faut-il bien manger pour bien vivre ?

La question est posée par les médecins du CHU de Grenoble Alpes qui co-organisent avec la Foulée Blanche cette 5e table-ronde publique autour des enjeux de santé.

Où ? au chapiteau Foulée Blanche

A quelle heure ? de 16h à 19h

Au programme : discussions, témoignages et dégustations. Perdre le goût, analyse sensorielle au service des produits alimentaires entre tradition et modernité, préférences et aversions alimentaires, nutrition des seniors et des sportifs, exalter le goût pour le plaisir, cuisine et accords mets & vins.

Avec : Dr Isabelle Gabelle-Flandin (CHU Grenoble Alpes), Yann Demarigny (Agrapole ISARA Lyon), Luc Marlier (Université de Strasbourg), Christophe Moinard (Université Grenoble Alpes), Agnès Giboreau (institut Paul Bocuse Lyon), Pr Xavier Bigard (Val de grâce, agence française de lutte contre le dopage), Vincent Grelé et Annie Crouzet.

Samedi 3 : 8eme Foulée Classique, Foulée Blanche Entreprises et célébration du 50e anniversaire des JO

Rendez-vous au gymnase du centre nordique

- Retrait des dossards et petit-déjeuner sportif à partir de 7h
- Village partenaires (8h à 19h)

8e Foulée Classique

- 700 participants attendus sur les 3 courses en style classique pour les puristes du nordique sur 5, 10 ou 30 km, sur les traces des pistes olympiques de 1968
- Départs à 10h30, podiums à 14h
- 1ère manche de l'Ultra Foulée Blanche sur le 30 km
- Sprint Ski Chrono hommes/femmes

Spécial 50 ans des JO

La Foulée Blanche Entreprises

- 30 entreprises attendues pour cette grande journée de challenges sportifs et professionnels.
- Rencontre inter-entreprises sur les skis : biathlon & Foulée Classique
- Speed-meeting, déjeuner et dîner VIP
- Conférence "Et s'il suffisait d'oser ?" par Marie-Laure Brunet (double médaillée olympique de biathlon)

Il reste quelques places sur les pas de tirs ! Renseignements auprès de Michèle Arnaud 06 08 86 78 84 / michele-fouleeblanche@orange.fr

> Célébration du 50e anniversaire des Jeux Olympiques, épreuves nordiques à Autrans

- À partir de 18h sur la place du village
- Batucada, témoignages, parcours de la flamme du sommet de Claret jusqu'à la vasque olympique, pose de la 1ère pierre du CIAC (Centre International des Arts Culinaires)
- Remise des dossards élite de la Foulée Blanche
- Retour sur la place de la Foulée Blanche avec une déambulation musicale pour l'apéritif festif et convivial animé par Aka Vaka.

Dimanche 4 : 40e Foulée Blanche, joyeux anniversaire !

Rendez-vous au gymnase du centre nordique

- Retrait des dossards et petit-déjeuner sportif à partir de 7h
- Village partenaires (8h à 19h)

4 courses d'anthologie

- 2500 participants attendus sur les 4 courses en style libre sur 5, 10, 20 ou 50 km, sur les traces des pistes olympiques de 1968, jusqu'à Méaudre
- Départs : spécial dames du 50km à 9h30, puis par vagues de 10h à 10h30
- Podiums à 14h
- 50 km : 4e étape du Marathon Ski Tour et 2e manche de l'Ultra Foulée Blanche
- Sprints Ski Chrono hommes/femmes
- Foulée Universitaire : challenge inter-universités toutes distances et championnat de France universitaire sur 20km

Des navettes gratuites

- Au départ de Sassenage (terminus Tram A)
- Réservation obligatoire en ligne : www.lafouleeblanche.com/navette-dimanche

Déjà de grands noms aux côtés des amateurs

- Sont déjà inscrits : Benoît Chauvet, Adrien Mougel et Bastien Poirrier
- Vient d'annoncer sa participation : Robin Duvillard

Mardi 6 : 25e Foulée des Enfants, la Foulée des P'tits Shuss

- 80 classes (1750 enfants) de CE et CM de l'académie de Grenoble sont attendues
- Journée pédagogique et sportive autour des Jeux Olympiques, en partenariat avec la DSDEN
- 2 courses en classique (1,5 et 3km) pour les petits skieurs de la région
- Les classes sont invitées à venir accompagnées de Shuss, la mascotte des Jeux de 1968

Mercredi 7 : 18e Foulée des Jeunes et 1st ISF Schools Winter Games

18e Foulée des Jeunes

- Environ 100 collèges et lycées (environ 3000 jeunes) de l'académie de Grenoble sont attendus cette année
- L'UNSS et la Foulée Blanche offrent un grand bol d'air aux adolescents de la région avec de l'initiation au biathlon et 2 courses en style libre (5 et 10km)

1st ISF Schools Winter Games

- Dans le cadre des 50 ans des JO de Grenoble, l'UNSS Auvergne-Rhône-Alpes organise les 1ers jeux scolaires internationaux sur les terres de 1968.

- Épreuves nordiques à Autrans ce mercredi : biathlon, relais ski de fond et saut à ski

Plus d'infos :

www.ac-grenoble.fr/admin/spip/spip.php?article4395

Inscriptions courses

Attention les tarifs augmentent le 31 janvier !

www.lafouleeblanche.com/inscriptions