

PUBLIÉ LE 07 JANVIER 2025

Course Ekiden 2025 : Inscrivez-vous !

RESSOURCES HUMAINES - SPORT



La 8e édition de l'Ekiden se déroulera dimanche 23 mars 2025 à Saint-Étienne. Envie d'entreprendre une bonne résolution ? Les entraînements débutent cette semaine. Inscrivez-vous dès maintenant !

Détail de l'actualité

Contacts utiles



Le fil de l'actualité

Contacts utiles



Chaque coureur doit s'inscrire individuellement pour la course et pour les entraînements.

- ❑ Si vous avez déjà votre équipe de 6 coureurs, indiquez le nom de vos coéquipiers et le nom de votre équipe s'il est déjà trouvé.
- ❑ Si vous êtes un coureur solitaire ou que votre équipe est incomplète, pas d'inquiétude. Inscrivez-vous et nous compléterons votre équipe dans la mesure du possible avec d'autres coureurs qui partagent les mêmes objectifs.

REJOIGNEZ L'OBJECTIF EKIDEN ! →

Préparez vos échauffements, voilà les entraînements !



Pour vous permettre d'être prêt(e) le jour de la course, le Département a conclu un partenariat avec les clubs majeurs d'athlétisme du territoire. L'objectif est de proposer aux agents qui le souhaitent, **des séances d'entraînement collectives et encadrées par des professionnels**. Celles-ci ont lieu à Andrézieux, Firminy, Montbrison, Roanne, Saint-Chamond et Saint-Étienne.

Merci de préciser le créneau de votre choix dans votre formulaire d'inscription Ekiden, afin que les clubs d'athlétisme puissent anticiper au mieux les besoins.

Pour votre premier entraînement

Depuis 2024, le certificat médical est remplacé par **le Parcours de Prévention Santé**. Vous pouvez l'obtenir gratuitement sur [le site web dédié](#).

Au cours de ce parcours en ligne, vous serez sensibilisé à différentes problématiques :

- ❑ Situations à risques : ressentis inhabituels, précautions à prendre selon l'âge, habitudes favorisant la dégradation de la santé, etc.
- ❑ Invitation à consulter un médecin en cas de risques identifiés.
- ❑ Rappel de l'intérêt de se former aux gestes qui sauvent.
- ❑ Mise à disposition d'une base documentaire sur la pratique en santé.

Si le PPS est valide, vous pouvez éditer votre **Attestation Parcours Prévention Santé de fin de parcours** au format PDF, l'imprimer et l'apporter pour votre premier entraînement.

L'attestation est valable 3 mois, vous pourrez donc l'utiliser pour courir l'Ekiden, le 23 mars prochain !