



# LA 28<sup>ème</sup> COURSE DU CŒUR

## « Paris / Bourg Saint Maurice - Les Arcs »

### Du 2 au 6 avril 2014

#### CAHIER DES CHARGES « EQUIPE »

#### *PROLOGUE du mercredi 2 avril 2014*

#### 1. ORGANISATION

- L'association TRANS-FORME organise la Course du Cœur qui est une opération nationale de sensibilisation au don d'organes.
- La Course du Cœur est une course à pied (incluant quelques étapes à vélo et rollers), par équipe et en relais. La Course du Cœur se déroule sur 4 jours et 4 nuits. Le départ de la Course du Cœur est donné le mercredi soir à Paris ou en Région Parisienne. L'arrivée de la Course est jugée le dimanche après-midi à Bourg St Maurice - les Arcs. **Certaines équipes choisissent de ne courir que le Prologue de la Course du Cœur le mercredi soir, à Paris ou en Région Parisienne, constitué du prologue symbolique et de la première étape de course.**



## **2. FONCTIONNEMENT DES EQUIPES**

- Chaque équipe est constituée de 8 à 20 coureurs pour les équipes ne participant qu'au Prologue.
- Une équipe peut être soutenue par 2 ou 3 partenaires, auxquels seront accordés les mêmes possibilités de visibilité (web, dossier de presse, ...) dans un souci d'équité, à commencer par le nom de l'équipe (concept d'équipe mosaïque). Il est à noter qu'il reviendra à l'équipe dans ce cas d'assurer le flocage impartial de ses équipements et véhicule, et qu'un capitaine unique devra être nommé. Attention : le nom de l'équipe devra être composé d'un seul nom d'entreprise qui sera éventuellement complété par la mention « soutenue par » en nommant les entreprises partenaires. De même un seul référent de l'équipe sera proposé à Trans-Forme au cours de la phase préparatoire.
- Une équipe est dirigée par un capitaine qui est l'interlocuteur de TRANS-FORME pour toutes les questions et directives relevant de la Course. Les usages veulent que le capitaine soit idéalement un coureur de son équipe. **Attention : Le capitaine devra obligatoirement être muni d'un téléphone mobile durant la course.**
- Il est recommandé aux capitaines des nouvelles équipes d'avoir un échange avant la course avec un capitaine d'équipe ayant déjà participé à la Course du Cœur.  
TRANS-FORME facilitera ces échanges : Des parrains seront dûment sollicités et mandatés par Trans-Forme ; un parrain sera dédié **à chaque nouvelle équipe** pour lui faire bénéficier des « trucs et astuces » de la Course du Cœur.

## **3. SECURITE ROUTIERE ET MEDICALE**

- La sécurité routière de la Course du Cœur est assurée par l'escadron motocycliste de la Garde Républicaine. Toute la caravane de la Course est soumise à l'autorité des gendarmes de l'escorte en matière de sécurité.
- Une équipe médicale composée de médecins et de kinésithérapeutes assure la sécurité médicale des participants et leur remise en forme, de jour et de nuit. Elle dispose de moyens de communication et de matériel médical.
- Les SAMU des régions traversées sont avertis du passage de la Course du Cœur.

## **4. ASSURANCE**

- TRANS-FORME contracte une assurance « responsabilité civile » organisateur et une assurance « individuelle accident » **pour tous ses membres.**
- Le coût de ces assurances est inclus dans le prix de participation. Les conditions d'assurance sont remises au Capitaine avec le « Règlement » de la Course du Cœur lors de la réunion des capitaines d'équipe, une dizaine de jours environ avant la Course du Cœur.

## 5. VEHICULES

- Aucun véhicule suiveur n'est autorisé lors du Prologue.

## 6. CONDITIONS MEDICALES REQUISES

### a) Coureur non transplanté

- **Pour être autorisé à participer, le participant coureur non transplanté de moins de 40 ans** doit fournir un certificat médical de non contre indication à la course à pied (course de fond) datant de moins de 3 mois. Les coureurs disposant d'une licence de la FFA en cours de validité en seront exemptés et devront fournir une photocopie de leur licence.

La licence FFA peut-être remplacée par une licence sportive équivalente attestant d'un certificat médical d'aptitude à la pratique de l'athlétisme.

- **Pour être autorisé à participer, le participant coureur non transplanté de plus de 40 ans** doit fournir, en plus du certificat de non contre indication à la course à pied (course de fond) ou d'une licence FFA en cours de validité, les résultats d'une épreuve d'effort qu'il aura effectuée moins de 6 mois avant le départ de la Course du Cœur.

La licence FFA peut être remplacée par une licence sportive équivalente attestant d'un certificat médical d'aptitude à la pratique de l'athlétisme.

*Ces documents (certificats médicaux et résultats de l'épreuve d'effort pour les coureurs de plus de 40 ans) devront parvenir impérativement au secrétariat de TRANS-FORME avec le dossier d'inscription **au plus tard un mois** avant le départ de la Course du Cœur sous peine de ne pas pouvoir participer à la course.*

### b) Coureur transplanté



- **Pour être autorisé à participer, le coureur transplanté** doit satisfaire aux « pré-requis » médicaux de TRANS-FORME à demander au secrétariat (cf. document « GENERALITES SUR L'APTITUDE A L'EXERCICE PHYSIQUE DANS LE CONTEXTE DE LA GREFFE OU DE LA DIALYSE »).

- Outre ces conditions, le coureur transplanté de cœur, poumon ou cœur poumon, doit fournir les résultats d'une échographie de stress ou d'une coronarographie effectuée moins d'un an avant le départ de la Course du Cœur.
- Le coureur transplanté pourra être convoqué pour une visite médicale de contrôle et éventuellement pour une épreuve d'effort de contrôle, le jour ou la veille du départ de la Course du Cœur. Dans ce cas, une convocation sera adressée à chaque transplanté concerné, membre de l'équipe. Le cas échéant, TRANS-FORME prendra en charge les frais d'hébergement éventuellement occasionnés par cette visite obligatoire.

### **c) Contrôle des certificats et examens demandés par le médecin conseil**

- Sur recommandation de l'assureur, les certificats sont exigés par TRANS-FORME, dans le cadre de ses efforts de prévention des accidents.
- En cas de problèmes soulevés par le médecin conseil de TRANS-FORME suite à l'étude des certificats médicaux et des résultats d'examens demandés, le participant sera averti, au plus tard 10 jours avant le début de la Course du Cœur, des conséquences que ces problèmes pourraient entraîner quant à sa participation.
- Au vu des résultats de l'épreuve d'effort de contrôle, et à tout moment pendant la Course du Cœur, l'équipe médicale de TRANS-FORME peut être amenée à interdire à un participant de prendre le départ d'une étape.

#### **Epreuve d'effort**

*Le test d'effort demandé aux coureurs de plus de 40 ans peut-être effectué à :*

**ICES (Institut Cœur Effort Santé)  
Contact : Dr Jean-Claude Verdier  
38, Bd St Marcel, Paris 5<sup>ème</sup>  
01.40.79.40.79**

**Présentez-vous comme coureur de la Course du Cœur.  
Attention : il est important de prendre RV à l'avance...**

## **7. ATTESTATION D'UN ENTRAÎNEMENT RÉGULIER**

En plus des certificats médicaux et les résultats des examens demandés, le coureur doit fournir l'attestation d'un entraînement régulier à l'exercice physique.

## **8. EQUIPEMENTS**

L'équipement requis pour les coureurs est celui de la course à pied par tous les temps. Le marquage des équipements est libre. Un dossard numéroté (numéro attribué à l'équipe pour la totalité de la course) est fourni par TRANS-FORME à chaque coureur. Le port du dossard sur la poitrine est obligatoire. Le coureur doit prévoir suffisamment d'équipement pour se changer aussi souvent qu'il lui sera nécessaire.



## SOLUTION ÉQUIPEMENT COURSE DU COEUR ENDURANCE SHOP® FOURNISSEUR OFFICIEL

### DEPUIS 2005, ENDURANCE SHOP® ÉQUIPE LES ENTREPRISES QUI PARTICIPENT À LA COURSE DU COEUR.

#### 8 ans pendant lesquelles toutes ces entreprises nous ont fait confiance :

Rte, Novartis, Dassault, Oracle, Natixis, Roche, SAP, Renault, Administration Pénitentiaire, Don de soi, Astellas...

#### Par ce partenariat, Endurance Shop® s'engage :

. à équiper gracieusement les coureurs-greffés

. à reverser un pourcentage du CA réalisé à Trans-Forme.

Progressivement augmenté, le pourcentage est de 4% en 2013, représentant un total de 10 000€ depuis 8 ans.

#### Endurance Shop®, c'est une offre sur-mesure,

une expérience affirmée du running et de la Course du Cœur (participations à plusieurs éditions)  
et un partenaire fidèle à Trans-Forme.

Du choix des meilleurs équipements aux conseils de préparation, en passant par quelques petits trucs pour éviter des erreurs « tactiques », nous saurons vous épauler. Faites-nous confiance, confiez-nous la réalisation de vos équipements et venez nous consulter dans notre magasin de Paris ou dans notre showroom de Chaville sur rendez-vous.

#### 2 MAGASINS

14, RUE DE L'OUEST - PARIS MONTPARNASSE - Tél. 01 43 27 15 65  
42, AVENUE DE PARIS - 94300 VINCENNES - Tél. 01 43 74 76 64

#### CONTACT

ANTOINE FURNO  
Tél. 01 47 50 15 99 - Mob. 06 66 69 55 79

#### SHOWROOM

26, RUE DU PAVÉ DES GARDES  
92370 CHAVILLE

**Chaque équipe est responsable de la visibilité nocturne de ses coureurs.** Il appartient donc aux équipes de prévoir du matériel réfléchissant pour ses coureurs (bandes autocollantes, brassards, baudriers, etc.).



## 9. RENDEZ-VOUS

- Réunion des Capitaines : le capitaine de chaque équipe est convié à une réunion d'information à Paris, une dizaine de jours environ avant le départ de la Course du Cœur, **prévue le jeudi 13 mars 2013**. L'ordre du jour de la réunion des Capitaines est le suivant :
  - Présentation de chaque équipe et de l'encadrement,
  - Remise du « road book succinct » actualisé (1 exemplaire par équipe participant au Prologue) et des différents supports,
  - Tirage au sort des numéros des équipes et remise des dossards,

- Rappel des règles de sécurité et revue du règlement de la Course du Cœur,
  - Présentation de la campagne de sensibilisation,
  - Questions diverses.
- Départ de la Course du Cœur : tous les coureurs de chaque équipe participent au Prologue qui a généralement lieu le mercredi soir, sauf précision expresse d'un autre horaire de départ.

## **10. LE CHALLENGE DE LA COMMUNICATION**

Le challenge de la communication sera à la fois interne et externe

L'objectif de ce challenge 2014 est de susciter de nombreuses opérations de communication interne et externe sur le thème de la sensibilisation au don d'organes, par les entreprises ayant engagé une équipe au sein de la Course du Cœur.

Le jury impartial est le « **Club Cœur** » qui est composé des dirigeants (volontaires) des entreprises participantes et **se réunit avant le départ de la course, jeudi 20 mars 2014** afin d'élire les entreprises remportant ces challenges.

Les critères de jugement (non exhaustifs) du jury :

- Impact des actions de sensibilisation au don d'organes
- Nombre de personnes sensibilisées dans l'entreprise
- Pérennité des actions au sein de l'entreprise
- Impact des actions de communication externe
- Etc.

*Pour rappel, les actions de communication menées en 2013 sont rappelées sur le site web : [www.lacourseducoeur.com](http://www.lacourseducoeur.com).*

## **11. PHOTO, VIDEO ET DROITS SUR LES IMAGES**

Des photographes sont chargés d'assurer le reportage de la course. Après la course, ces photos sont mises en ligne ou remises aux équipes sous forme de CD-ROM. Ces photos sont libres de droits pour un usage interne à l'entreprise.

Tout support photo ou vidéo pendant la Course du Cœur ne pourra être utilisé par les participants qu'à des fins privées (sauf autorisation particulière concédée sur demande par TRANS-FORME, ceci afin de satisfaire aux éventuels accords de partenariat contractés).



## **12. SENSIBILISATION AU DON D'ORGANES**

TRANS-FORME est à la disposition des équipes pour aider à organiser, au sein des entreprises, une action d'information et de sensibilisation au don d'organes : exposition de panneaux d'information, distribution de documents de l'Agence de la biomédecine, organisation d'une conférence médicale, opération 10 000 cœurs pour l'hôpital, ...

## **13. MEDIATISATION DE LA COURSE DU COEUR**

TRANS-FORME établit une relation avec les différents media pour recueillir la meilleure couverture possible de l'événement, tant auprès de la presse générale et de la presse spécialisée d'entreprise, médicale, sportive, qu'auprès des radios et télévisions.

A ce titre, deux représentants de la société participante (communication interne et externe) seront conviés au « **Déjeuner de Communication** » de la course qui se déroulera le jeudi 23 janvier 2014, afin de contribuer à la détermination des options de communication interne et externe.

## **14. IMAGE DE L'ENTREPRISE**

- Le véhicule de l'entreprise pourra être marqué au nom ou/et logo de l'entreprise (ou des 2 ou 3 partenaires dans le cas d'équipes mosaïque).
- Les coureurs devront porter un équipement aux couleurs de leur entreprise (ou des 2 ou 3 partenaires dans le cas d'équipes mosaïque).
- Des photographes seront chargés par Trans-Forme d'assurer le reportage de la course.
- L'accent est mis sur l'intérêt des entreprises à commander et disposer du film de la participation de leur équipe au sein de la course du cœur.
- Le logo de l'entreprise (ou des 2 ou 3 partenaires dans le cas d'équipe mosaïque), ainsi qu'un lien avec le site de l'entreprise (ou des 2 ou 3 partenaires dans le cas d'équipe mosaïque), une présentation de l'entreprise (ou des 2 ou 3 partenaires dans le cas d'équipe mosaïque) et de son équipe sur la page " participants " de l'équipe seront présents sur le site : [www.lacourseducoeur.com](http://www.lacourseducoeur.com)

*En contrepartie, les entreprises devront promouvoir à l'externe et l'interne, leur participation à la Course du Cœur, par les moyens jugés les plus pertinents et les plus efficaces, et notamment par la mise en place d'un lien visible de site à site (en vue d'améliorer le référencement électronique du site internet de la course).*

- TRANS-FORME mettra à la disposition de la course un ou deux chroniqueurs web, afin de relater les faits de course tout au long de l'épreuve sur le site web de la Course du Cœur 2014. Il(s) aura(ont) la mission de réaliser des interviews des coureurs, de rédiger des articles sur les moments forts, de tenir à jour les résultats, et de valoriser notamment la participation des équipes ne participant qu'au prologue, etc.

- En version de recrutement d'équipes jusqu'à la « **Conférence de Lancement** » de la course fixée au jeudi 7 novembre 2013, le site web de la course du cœur passera en version opérationnelle dédiée à l'édition 2014, à la suite de la conférence.
- Le prix de la mobilisation d'entreprise ou « jeu des clics » sera renouvelé en intégrant des conditions renforcées de contrôle de clics, etc.
- Des envois aux mairies et une action d'affichage dans les communes principales traversées par la course sont assurés par Trans-Forme : Seuls les noms des équipes dûment inscrites avant la date butoir d'inscription, seront mentionnés sur les affiches adressées aux mairies ou/et apposées dans les communes principales avant le passage de la course (dites affiches des communes).
- Attention : les 3 posters « cœur » officiels autocollants, à accoler sur le véhicule suiveur de l'équipe mentionneront les noms de toutes les équipes participant à la Course du Cœur ou à son Prologue, dûment recensées avant **le vendredi 24 janvier 2014**.
- Chaque équipe inscrite, soit après signature de la convention et règlement de l'acompte des droits de participation, accèdera aux outils de communication suivants :
  - Les logos de Trans-Forme et de la Course du Cœur
  - Le visuel de l'affiche « 10 000 cœurs pour l'hôpital » pour personnalisation à une initiative interne de l'entreprise uniquement, le cas échéant ; attention : le logo du partenaire officiel de l'opération « 10 000 cœurs pour l'hôpital » doit y figurer obligatoirement pour une action de communication externe.
  - Le visuel de l'affiche officielle de la Course du Cœur (dénuée de toute mention de nom d'équipes) : ce visuel est personnalisable à chaque entreprise concernant le logo et le slogan. Il est recommandé aux équipes de respecter cette charte pour la promotion interne de leur participation à la Course du Cœur et toutes actions de communication interne.
- Trans-Forme adressera à chaque équipe, dès signature de la convention et règlement de l'acompte des droits de participation : 15 exemplaires maximum de l'affiche officielle de la Course du Cœur (dénuée de toute mention de nom d'équipes) et 1 exemplaire maximum de l'affiche officielle de l'opération 10000 cœurs.

## **15. ADHESION**

La Course du Cœur est organisée dans le cadre des objectifs suivis par TRANS-FORME : réhabilitation des personnes transplantées par l'activité physique et sportive et sensibilisation au don d'organes. Dans ce cadre, et pour des raisons de responsabilité et d'assurance, nous demandons à chaque personne désireuse de bénéficier des services de l'association d'être adhérente.

## **16. CONDITIONS D'INSCRIPTION D'UNE EQUIPE**

- Les équipes participant au Prologue sont composées de 8 à 20 coureurs.
- Les coureurs doivent être âgés de 16 ans au moins au moment du départ de la Course du Cœur sauf dérogation exceptionnelle accordée par TRANS-FORME, et doivent satisfaire aux conditions médicales requises par TRANS-FORME.
- Chaque membre de l'équipe doit être adhérent de TRANS-FORME. Le coût de l'adhésion est inclus dans les droits d'inscription de l'équipe.
- **L'équipe s'engage dans la Course du Cœur par convention et règlement tel que stipulé dans la convention (cf. document convention).**
- Suite à l'engagement de l'équipe, le Capitaine d'équipe recevra un dossier d'inscription dont les éléments à compléter devront être retournés (groupés) au secrétariat de TRANS-FORME **au plus tard le vendredi 24 janvier 2014**. Le Capitaine d'équipe coordonne l'inscription de ses coéquipiers.

## **17. SOUTIEN A ADICARE**

Trans-Forme encourage particulièrement les entreprises de la Course du Cœur à faire un don à l'association Adicare du Pr Christian Cabrol.



Les maladies cardiovasculaires sont la plus grande cause de mortalité et de morbidité en France. Il est donc essentiel de développer toutes les techniques de diagnostic et de traitement pour réduire au minimum les morts et les invalidités dues à ces maladies.

L'association ADICARE, comme son nom l'indique, a pour objet le développement de ces techniques et la création et le soutien des innovations en cardiologie médico-chirurgicale et en réanimation. Ces innovations sont de plusieurs ordres.

Pour le diagnostic ; développer les nouvelles méthodes d'imagerie permettant de reconnaître les lésions le plus tôt possible.

En thérapeutique ; favoriser la découverte et l'utilisation de nouveaux médicaments, de nouvelles procédures instrumentales utilisées par la cardiologie interventionnelle, c'est à dire l'amélioration des sondes de dilatation coronarienne, par exemple ; en chirurgie, mise au point de nouveaux instruments, de nouveaux appareils d'anesthésie, de circulation extra corporelle pour la chirurgie à cœur ouvert, développement de la robotique chirurgicale, permettant des incisions plus petites, limitant ainsi la douleur et les complications post opératoires et conduisant à la pratique de la télé-chirurgie, c'est à dire la chirurgie à distance.

Les innovations doivent porter également sur la coagulation sanguine dont les troubles favorisent ou aggravent les lésions cardiovasculaires.

En raison de son siège, à l'Institut de Cardiologie de la Pitié Salpêtrière qu'elle a contribué à édifier et qui réunit autour du malade tous les acteurs du diagnostic et du traitement : médecins, radiologues, biologistes, chirurgiens et réanimateurs, l'association ADICARE est à même de remplir ces objectifs, essentiels pour les si nombreuses personnes atteintes de maladies du cœur et des vaisseaux.

L'association ADICARE, a également pour objet la prévention des maladies cardiovasculaires par des actions de communication sur l'hygiène de vie, l'alimentation. Elle assure aussi la promotion du don d'organes si importante pour sauver des malades qui attendent de la greffe, le dernier recours.

Pour cette dernière action ADICARE, a noué des liens privilégiés avec Trans-Forme en particulier lors la célèbre « Course du Cœur ».

**ADICARE – 56 Boulevard Vincent Auriol - Paris 13<sup>ème</sup> - [www.adicare.com](http://www.adicare.com)**

## **18. RENSEIGNEMENTS ET INFORMATIONS COMPLEMENTAIRES**

### **Association TRANS-FORME**

Anais Garnier

66, boulevard Diderot - 75012 PARIS

Email : [anaisgarnier@trans-forme.org](mailto:anaisgarnier@trans-forme.org)

Tél. : 01 43 46 75 46 - Fax : 01 43 43 94 50

Web : [www.lacourseducoeur.com](http://www.lacourseducoeur.com) et [www.trans-forme.org](http://www.trans-forme.org)

