



**Un Enfant
par la Main**

Membre de ChildFund Alliance

Un enfant grandit, un village avance



<http://lesfoysonnes.free.fr>



Les Foy Sonnés

partage convivialité esprit d'équipe progresser ensemble
performance individuelle et succès collectifs

Les Foy Sonnés est une Association régie par la loi 1901, mais au-delà de ça c'est un groupe d'amis depuis plus de 10 ans qui se sont regroupés pour réaliser des activités ensemble. D'ailleurs, une de notre épreuve fétiche est « La Ronde des Foies Gras » où l'on retrouve une grande partie de notre identité à savoir **convivialité, esprit d'équipe, groupe, aide, copains, sport, repas, partage, ballade, course-à-pied, amusement, vélo, marche, découverte, loisirs, rencontres.** Ceci n'enlève pas la possibilité de réaliser des défis sportifs individuel ou en groupe à la mesure du niveau sportif ou des ambitions de chacun, en course à pied, vélo, trail, rando, marche sur toutes distantes (de 1km à 10km, 20km, 40km, 60km, 100km, 150km, 200km, ...) en gardant **le plaisir comme maître mot.**

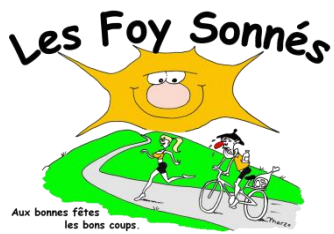


Les Foy Sonnés c'est aussi un **engagement auprès de l'association « Un Enfant Par La Main »** pour qui nous faisons la promotion durant toutes nos activités à l'aide de distribution de flyers et par l'image véhiculée à l'aide de nos tee-shirts à leurs couleurs. Celle-ci apporte **son soutien à près de 35 000 enfants** et familles de 400 programmes communautaires dans 15 pays d'Afrique, d'Amérique Latine et d'Asie. Ses actions de développement communautaire visent à améliorer l'éducation, la santé, la nutrition des enfants mais également de permettre à leurs familles d'avoir accès à de nouvelles ressources économiques.



Les Foy Sonnés **soutiennent** aussi par des actions ponctuelles **d'autres associations caritatives** comme par exemple « Africa Run » avec des collectes de chaussures de running neuves ou d'occasion à destination des populations d'Afrique.





Les Foy Sonnés

2015 Projets

En plus des divers évènements habituels (10km, semi-marathon, marathon, trail, ultra-marathon et ultra-trail) pour 2015 l'année sera articulée autour de 4 évènements principaux avec en point d'orgue le Grand Raid de la Réunion.

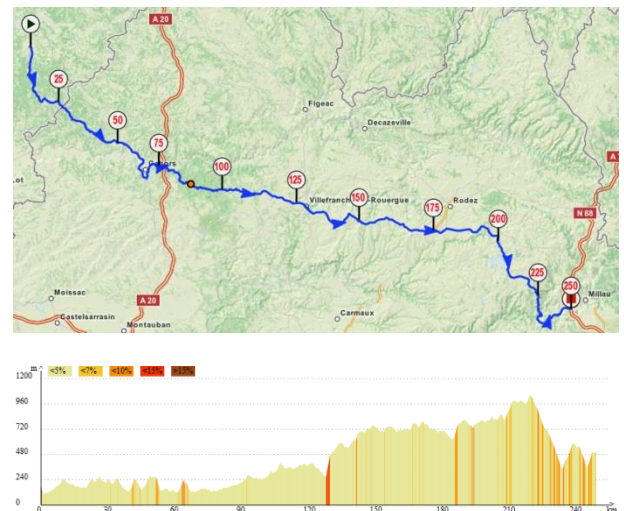
Les 24 heures du confluent est une épreuve d'une durée de **24 heures** à allure libre sur un parcours d'un peu plus d'un kilomètre à **Portet sur Garonne** où chaque concurrent devra essayer de réaliser un maximum de kilomètres. Une course très prisée du public puisqu'il peut voir en permanence les participants et ce pendant toute la durée celle-ci.

Site internet : <http://www.coursesduconfluent.fr/accueil-24h>



La mythique international run est une épreuve dont la première édition sera en juin 2015 mais qui reprend les principes et l'esprit d'une ancienne course mythique reliant **les deux capitales françaises du « Cent Bornes »** **Belvès** à **Millau** séparées de quelques **250km** avec **3500m** de dénivelé positif avec un maximum de 36 heures pour la réaliser.

Site internet : <http://www.lamythique.com>



L'intégrale de Riquet est une épreuve réalisée le long du canal du midi inscrit au patrimoine mondial de l'UNESCO et reliant Marseillan, le phare des Onglous à la statue de Pierre Paul Riquet au centre de Toulouse. La distance sera de **243km** qui pourra être réalisée en individuel ou run & bike.

Site internet : <http://www.integraleriquet.org>





Les Foy Sonnés

La diagonale des fous, imaginez courir un peu plus de 4 marathons d'affilée tout en grim pant 31 fois la hauteur de la Tour Eiffel ! Complètement fou ! Et pourtant, c'est l'exploit qu'accomplissent les finisseurs de la « Diagonale des Fous ».



La Diagonale des Fous est un défi physique fantastique, du début à la fin les concurrents grim pent **5 sommets culminant plus de 2000m** et le plus haut étant à 2411m. Ils contournent le volcan, touchent le ciel sur les chemins des crêtes surplombant de profonds ravins, traversent le cirque de Cilaos, marchent à travers Mafate et vont côtoyer la boue dans la forêt Kerveguen. **La température en journée varie de 30 à 40°C et la nuit de 0 à 5°C.** Elle est devenue avec les années une épreuve mythique dans le milieu du trail et de la course à pied plus généralement. C'est d'ailleurs une épreuve reconnue comme **une des plus difficiles au monde** dans son genre. Les premiers concurrents termineront cette diagonale en un peu plus

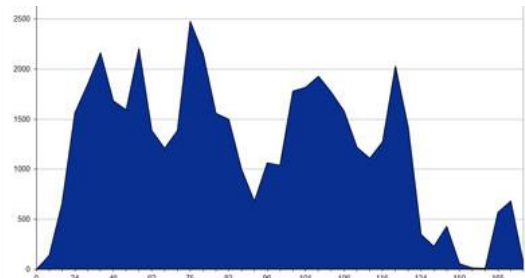
de 22 heures alors que les derniers mettront près de 65 heures, durée maximum autorisée pour la réaliser. C'est environ 2500 hommes et femmes du monde entier qui se

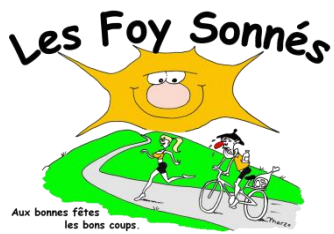


retrouvent sur la ligne de départ pour écrire une belle page de leur histoire d'ultra-marathonien. 40 nationalités différentes sont présentes avec 90% d'hommes et 10% de femmes.

Plusieurs distances sont proposées : **La diagonale des fous 164km 9920m de dénivelé positif**, Le Trail de Bourbon 93km 5200m de dénivelé positif et La Mascareignes 67km 4000m de dénivelé positif.

Site internet : <http://www.grandraid-reunion.com>





Les Foy Sonnés

2015 Actions

Pour cette saison 2015, les « Foy Sonnés » seront présents avec le tee-shirt sur une vingtaine de manifestations. Un stand « Foy Sonnés » sera tenu aux 24 heures du confluent avec la présentation des associations « Un Enfant Par La Main » et « Africa Run », la distribution de flyers et la collecte de chaussures de running.

Nous serons également présents en tant que bénévoles au 1^{er} « Tour de France Footrace ».

Site internet : <http://www.skyrun.org>

Les épreuves réalisées

Voici quelques-unes des épreuves majeures réalisées depuis la naissance du groupe des Foysonnés:

Nombreux 10km et semi-marathons

Marathons de New-York, Paris, Barcelone, Rome, ...

100km de Millau et Belvès

Grand raid golfe du Morbihan (177km avec 1200m de dénivelé positif)

Ultr'Ardèche (216km avec 4200m de dénivelé positif)

Le grand raid 6666 (116km avec 6666m de dénivelé positif)

Ultratour du Léman (175km avec 800m de dénivelé positif)

24 heures du confluent et d'Albi





Les Foy Sonnés

Budget

Charges		Produits	
Désignation	Montant	Désignation	Montant
Tenues (Achat et Impression)		Cotisations	
Tee-shirts	1 500,00 €	adhérents	1 760,00 €
Coupe vent	750,00 €		Sous Total : 1 760,00 €
	Sous Total : 2 250,00 €	Partenariat	
Publicité		Divers	9 000,00 €
Affiches	250,00 €		Sous Total : 9 000,00 €
Voile coureur	700,00 €	Cotisations spécifiques	
Divers flyers	150,00 €	La Mythique International Run	140,00 €
	Sous Total : 1 100,00 €	L'Intégrale de Riquet	150,00 €
Frais divers		La Diagonale de Fous	8 500,00 €
Banque gestion	50,00 €		Sous Total : 8 790,00 €
Déplacements (voiture, bus, avions)	11 000,00 €		
Logements	2 500,00 €		
Inscriptions	2 600,00 €		
Divers fournitures	50,00 €		
	Sous Total : 16 200,00 €		
	Total : 19 550,00 €		19 550,00 €

Associer votre image aux Foy Sonnés

C'est :

- Améliorer son image de marque en véhiculant des valeurs fortes qui sont les nôtres.
- Améliorer sa notoriété par le visuel de nos tenues, les medias et internet.
- Améliorer sa communication externe et sa diffusion par une méthode originale.
- Améliorer sa communication internet en apportant les valeurs du sport dans l'entreprise : combativité, performance, tenue des objectifs, dépassement de soi, esprit d'équipe et convivialité.
- Soutien par le visuel à une association caritative.
- Permettre le suivi de nos membres lors des divers évènements avec affichage de votre logo
- Disposer des comptes rendu des divers évènements avec intégration de votre logo
- Possibilité de présentation de notre façon de pratiquer cette activité au sein de l'entreprise.
- Permettre aux employés d'essayer l'activité avec quelques un de nos adhérents
- Etre fier de l'image que l'on renvoie aux autres comme nous le sommes en portant la tenue des Foy Sonnés