



WAKE UP AND RUN

For an active and healthy lifestyle

Communiqué de presse

5 mars 2019

WAKE UP AND RUN : EN ROUTE POUR UNE 4^{ÈME} ÉDITION

Le bien-être est l'une des principales préoccupations de notre société. En effet, manger sainement, faire du sport régulièrement et améliorer son hygiène de vie sont, depuis quelques années, des sujets tendances et d'actualité. Plus de 7'250 personnes dont 65% de femmes et 35% d'hommes ont participé l'année dernière à la Wake up and run qui se déroulait dans 11 villes de Suisse, ce qui confirme ce trend. Le concept plaît particulièrement aux entreprises ; en effet plus de 650 participants se sont inscrits par le biais de leur employeur en 2018. Un succès grandissant qui promet une belle année pour 2019.

WAKE UP AND RUN, UN CONCEPT UNIQUE EN SUISSE

C'est en 2016 qu'est né Wake up and run. L'objectif est la promotion d'un style de vie sain et équilibré en encourageant la pratique d'une activité sportive régulière. Les participants à une manifestation Wake up and run s'élancent à 5h30 du matin, un vendredi, sur un parcours de 5km à travers le centre de leur ville. Les lève-tôt peuvent choisir de courir ou de marcher à leur rythme, uniquement pour le plaisir et sans la pression du chronomètre. Après l'effort, le réconfort : les participants reçoivent un petit-déjeuner (take-away) composé de produits du terroir régional. Wake up and run, c'est aussi partager un moment convivial avec des amis, des collègues de travail ou en famille. Pour sa troisième édition, la course a été organisée dans 11 villes de Suisse et a compté plus de 7'250 coureurs.

COMBINER PETIT-DÉJEUNER LOCAL ET COURSE À PIED.

Après avoir parcouru 5 km à travers la ville qui s'éveille, les courageux sportifs sont accueillis avec un petit-déjeuner composé de produits régionaux. Lors de l'édition 2018, la totalité des produits était fournie par des producteurs et artisans de la région. Une belle occasion pour les participants de découvrir ou de redécouvrir les produits typiques du lieu de la course.

Pour compléter l'expérience et achever de réveiller les participants, une entreprise suisse offrira du café et du thé à l'arrivée.

2019: UNE QUATRIÈME ÉDITION REMPLIE DE NOUVEAUTÉS

Cette année, grâce au nouveau partenaire Starticket, il est dorénavant possible d'acheter ses billets en ligne ou dans les 1'500 points de vente partenaires de Starticket. Wake up and run est également en partenariat avec Smatch, une application suisse permettant de réunir des sportifs pour pratiquer leur sport préféré. Un club Wake up and run a été créé sur

WAKE-UP-AND-RUN.CH



WAKE UP AND RUN

For an active and healthy lifestyle

l'application dans chaque ville où une course est organisée pour aider les coureurs matinaux à faire leur séance en communauté.

UN CONCEPT QUI PLAÎT AUX ENTREPRISES

L'année dernière, ce sont près de 60 entreprises qui ont participé aux événements Wake up and run à travers la Suisse. En offrant une partie ou l'intégralité des frais d'inscription à leurs employés, ces entreprises participent activement à la promotion d'un mode de vie sain et actif.

Voici toutes les dates du tour 2019 :

BIENNE-NIDAU 03.05.2019

NEUCHÂTEL 17.05.2019

SIERRE 24.05.2019

LAUSANNE 07.06.2019

FRIBOURG 14.06.2019

BÂLE 28.06.2019

SOLEURE 23.08.2019

ZÜRICH 30.08.2019

BERNE 13.09.2019

NYON 20.09.2019

DELEMONT 27.09.2019

Inscriptions et informations sur : www.wake-up-and-run.ch

Personne de contact

Responsable communication

Marc Bürki

B Creative S.à.r.l.

Rue de la Jeunesse 2

2800 Delémont

marketing@wake-up-and-run.ch

Mobile 079 764 03 63

WAKE-UP-AND-RUN.CH