

GRANDE CAUSE



OXYG'HEM 2020 soutient Jeun'Espoir

Chaque année Oxyg'Hem soutient une association. En 2020, nous sommes très fiers de soutenir une association locale, créée par des jeunes, qui plus est conseillers de la jeunesse de Hem! Oxyg'hém 2020 soutiendra l'association JEUN'ESPOIR.

QU'EST-CE QUE C'EST ?

C'est une junior association créée par des jeunes de 12 à 20 ans. Ce projet a débuté suite au cancer de Timéo, petit frère d'une des créatrices, « nous avons vu que les enfants de l'hôpital s'ennuyaient beaucoup c'est pour cela que nous avons décidé de créer cette association, ayant à cœur de faire oublier le temps d'un instant le quotidien de ces enfants et ainsi leur rendre le sourire ».

LE BUT ?

Notre but est d'aller dans différents hôpitaux (Oscar Lambret, Jeanne de Flandres et Saint Vincent) et d'organiser différentes activités que les enfants n'ont pas l'habitude de faire avec leurs parents ou dans le cadre de l'hôpital pour qu'ils s'amuse et oublient leur quotidien quelques minutes.

LES ACTIONS :

●2018: Cross de Saint Adrien, participation au rassemblement pour Wonder Augustine, soutien d'une nouvelle marraine: Virginie Brémont, handballeuse internationale, vente de gâteaux devant l'église de Hem, remise des cadeaux de la part des employés de la centrale d'Auchan, vente de bonbons lors du Téléthon, distribution des cadeaux à l'hôpital Oscar Lambret, association avec « invite ton rêve » pour faire venir des princesses à l'hôpital Saint Vincent, chez les enfants

●2019: venue des princesses à l'hôpital Jeanne de Flandres, venue des princesses à Saint Vincent chez les adolescents, invitation aux vœux du maire de Hem pour une présentation de l'association, remise des cadeaux et goûter avec les enfants de la pouponnière, présentation de notre association aux collégiens de Saint Adrien lors de la journée pain/pomme, création de lapins de Pâques avec les enfants de l'hôpital Oscar Lambret et remise de cadeaux, ren-

contre avec les Ka'zelles qui vont faire le rallye des Gazelles Aicha 2021 en courant pour notre association, atelier de sensibilisation au collège Saint Jean, stand pendant la kermesse de Notre Dame, gospel dans les chambres de l'hôpital Saint Vincent, les bénévoles se déguisent en personnages Disney pour faire un show de danses et de chants suivis, concert avec Décibel pour récolter des fonds pour l'action « une nuit pour 2500 voix », chef cuisinier à Saint Vincent, groupe de musique à l'hôpital Saint Vincent, atelier avec une intervenante à l'hôpital Oscar Lambret.

LES PROJETS :

Acheter une voiture électrique qui permettrait que les enfants aillent par eux-mêmes au bloc opératoire tout en étant distraits. Déguisement en personnages Disney pour faire un show avec des danses et des chants.

JEUN'ESPOIR

Jeunespoir.asso@gmail.com,

Facebook « Jeunespoir Asso »

Instagram « Jeunespoir.asso ».

INFOS PRATIQUES

MODALITÉS D'INSCRIPTION

- **Inscription en ligne sur oxyghem.fr**

Inscription en ligne jusqu'au 18 mai inclus.

- **En mairie** de Hem jusqu'au 20 mai aux horaires d'ouverture de la mairie du mardi au vendredi de 8h30 à 12h et de 13h30 à 17h30, le samedi de 8h30 à 12h.

Ouverture exceptionnelle de la Mairie de Hem

Lundi 18 mai de 8h30 à 12h et de 14h à 17h30
Mercredi 20 mai de 8h30 à 19h.

- **Par courrier :**
avant le samedi 16 mai 2020.

- **Sur Place** (site Diligent) :
Inscription le jeudi 21 mai de 7h30 à 9h30 : pour le 800m (gratuit), de 7h30 à 10h : pour le 10km et la marche nordique (majoration de 3€).



ATTENTION
Aucune inscription le 21 mai pour les courses des 1,5 km et 5 km*. L'inscription sera prise en compte si le bulletin est dûment rempli avec les pièces obligatoires.

Règlement des courses

Consultable sur le site de la course.
www.oxyghem.fr

Retrait des dossards

Mercredi 20 mai en Mairie de Hem de 8h30 à 19h, NON STOP
Jeudi 21 mai sur le site Diligent à partir de 7h30.
Pour la course du 10km, les dossards hommes / femmes seront distincts.

Départs et arrivées des courses

Parvis du site Diligent
Avenue Laënnec à Hem.

Horaires des courses

1.5 Km : **9h**
5 Km : **9h15**
Marche nordique 5Km : **9h30**
800 m : **10h**
10 Km : **10h30**
Parade des coureurs déguisés à **9h50**.

Pour accéder à la course

Depuis A22 - N227 : Sortie Roubaix, Wattrelos, Hem et suivre l'itinéraire courses Oxyg'Hem.

Zone de stationnement

Parking de l'École Nationale de Police (rue Joseph Dubar, Roubaix).
« Stationnement surveillé »

Remise des prix

Dès 12h sur le podium.

1 T-Shirt offert à chaque participant des 1,5 km, 5 km*, 10 km et marche nordique.

Après la course sur présentation du dossard.

Primes

Primes pour le classement scratch du 10km.
1^{er}: 550€ / 2^e: 400€ / 3^e: 300€.

Animations

- **Challenge Déguisement**
Oxyg'Hem se court aussi déguisé. Prix spécial pour les meilleurs déguisements. À vos costumes !

Échauffement-récupération

Animés par des professionnels avant le départ du 10 km et à l'arrivée.

Musique sur le parcours

Votre course égayée par des groupes de musique.

Tombola

Nombreux lots à gagner
VOYAGE,...



Règlement disponible sur www.oxyghem.fr

Sur le site

Village animations : jeux gonflables, stands pour enfants, garderie pour les petits de moins de 6 ans.

Éco-responsable

Des conseils simples pour adopter une attitude éco-responsable.

- **Jetez les gobelets** dans les zones de déchets

prévues.
Respecter la nature.

- **Privilégiez le covoiturage** pour vous rendre sur le site de la course.
- **Venez à Vélo**

Un parking est à votre disposition sur le site.

JEUDI
(ASCENSION)
21 MAI
2020

24^e
édition

OXYG'HEM
LES COURSES DE HEM

10km
5km - 1,5km - 800m

Marche Nordique
chronométrée
5km

Courez
déguisés !

WWW.OXYGHEM.FR



COUREZ DÉGUISÉS !



Infos

Horaires des courses

1.5 Km : **9h**
 5 Km : **9h15**
 Marche nordique (5Km) : **9h30**
 800 m : **10h**
 10 Km : **10h30**
 Parade des coureurs déguisés à **9h50**.
 Échauffement pour le 10km à **10h15**.



Plan vigipirate

Le stationnement et la circulation sont interdits sur les parcours.

Favoriser le co-voiturage,
le vélo...



Faites vos inscriptions
en ligne sur
www.oxyghem.fr
(Surcoût de 0,83€)



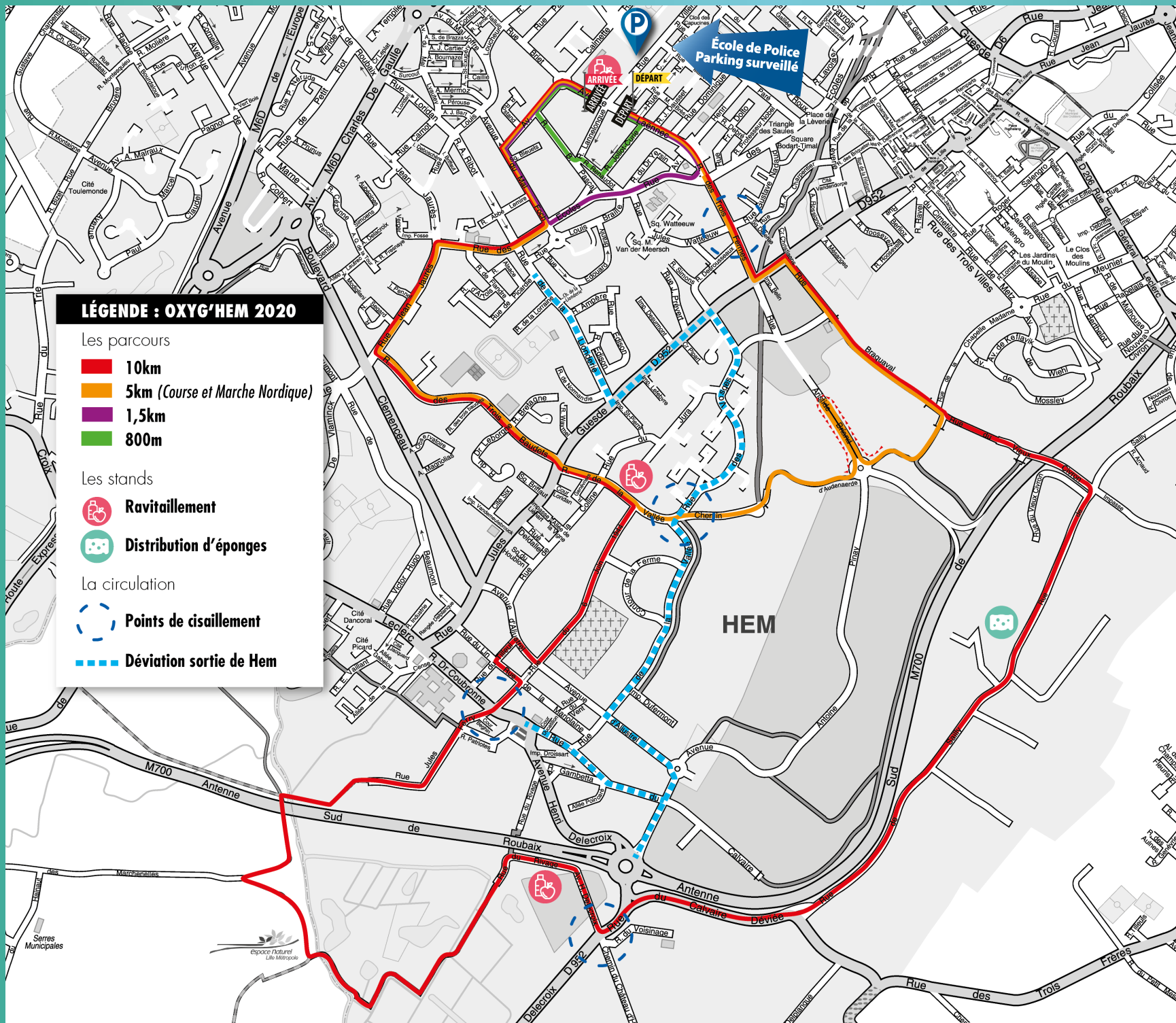
Inscrivez-vous
à la newsletter
www.oxyghem.fr

1 Tee-shirt
offert
à chaque
participant des
1,5 km, 5 km
et 10 km
et Marche
nordique



oxyghem sur [facebook](https://www.facebook.com/oxyghem)

PARCOURS



LÉGENDE : OXYG'HEM 2020

Les parcours

- 10km
- 5km (Course et Marche Nordique)
- 1,5km
- 800m

Les stands

- 🍷 Ravitaillement
- 🧼 Distribution d'éponges

La circulation

- ⬮ Points de cisaillement
- ⬮ Déviation sortie de Hem

BULLETIN D'INSCRIPTION

N° DOSSARD

ÉCRIRE LISIBLEMENT

Nom : Prénom :

Année de naissance : Né(e) après 2002 (autorisation parentale exigée) Sexe : ☐ MASCULIN ☐ FÉMININ

Nationalité : ☐ Française ☐ Autre précisez :

Adresse :

Code postal : Ville :

Tél : Mail :

N° de Licence Club d'athlétisme : Nom du Club :

Challenge Inter Entreprise sur 10 km ☐ Nom de l'entreprise :

Je participe au : (Remplir 1 bulletin par course)

☐ 9h	1,5 km	2€	Né(e) avant 2010 inclus (10 ans)
☐ 9h15	5 km	4€	Né(e) avant 2006 inclus (14 ans)
☐ 9h30	Marche nordique (5 km)	5€	Né(e) avant 2006 inclus (14 ans)
☐ 10h	800 m	Gratuit	Sans classement officiel et sans limite d'âge. Pas de pièces obligatoires.
☐ 10h30	10 km	8€	Né(e) avant 2004 inclus (16ans)

Pièces obligatoires à fournir (aucun dossard ne sera délivré sans ces documents)

- ☐ Je joins une copie de ma licence **Athlé Compétition, Athlé Entreprise, Athlé Running**, délivrée par la FFA, en cours de validité à la date de la manifestation ou ma **licence sportive** en cours de validité à la date de la manifestation, délivrée par **une fédération uniquement agréée** sur laquelle doit apparaître **par tous les moyens** la non contre-indication à la pratique de l'Athlétisme en compétition, de la Course à pied en compétition ou de la Marche nordique en compétition.
- ☐ Je joins mon certificat médical de **non-contre indication à la pratique de l'Athlétisme en compétition**, de la **Course à pied en compétition** ou de la **Marche nordique en compétition** datant de moins d'un an à la date de la compétition, ou sa copie.
- ☐ Ci-joint mon règlement de ☐ Chèque « Régie Sport » ☐ Espèces ☐ CB
- ☐ Pour les mineurs, autorisation parentale exigée :

Je soussigné(e) M. ou M^{me}

représentant légal autorise leur enfant mineur

à participer aux courses Oxyg'Hem qui auront lieu à Hem le 21 mai 2020.

J'autorise, conformément à l'article 9 du code civil, La Ville de Hem à publier sans contrepartie de rémunération les documents photographiques, vidéos et résultats sur lesquels j'apparais ou apparaît mon enfant mineur(e) ci-dessus nommé(e) dont j'atteste être le(a) représentant(e) légal(e). Sous quelque forme que ce soit (édition, pages internet, affichage, expositions, projection) dans les limites du respect dû à tout individu de son intégrité physique, intellectuelle et morale. Je prends note que je pourrai, à tout moment, annuler ce consentement en adressant un courrier recommandé avec accusé de réception à la ville de Hem. L'annulation d'autorisation prendrait alors effet quatre jours après enseignement du pli recommandé par le service.

Je m'engage à prendre connaissance du règlement de l'épreuve sur votre site oxyghem.fr.
Envoi par la poste avant le 16 mai 2020 :
Oxyg'Hem - Mairie de Hem 42, rue du Général Leclerc - BP 30001 HEM
ou déposer en mairie jusqu'au 20 mai 2020.

Signature obligatoire pour tous
ou du représentant légal pour les mineurs