

Lancement du Two-15 Challenge MC avec Paula Radcliffe

L'athlète britannique **Paula Radcliffe** et la **Fondation Princesse Charlene de Monaco**, avec le soutien de la **Direction de l'Éducation Nationale, de la Jeunesse et des Sports (DENJS)**, proposent le « Two-15 Challenge » aux élèves de la Principauté et leur famille pour les vacances scolaires de février.

Ce défi est destiné à motiver les enfants scolarisés à Monaco à faire du sport chez eux ou en extérieur, alors que les activités sportives de groupe sont arrêtées.

Il est inspiré du concept « Families on Track » créé par Paula Radcliffe en Angleterre, avec pour but d'offrir à toute la famille la possibilité de participer ensemble à une activité physique en toute sécurité, dans le partage et le plaisir de faire du sport en famille.



En référence à son chrono (2 heures 15 minutes et 25 secondes) qui est resté le record du monde de marathon pendant 16 ans, Paula souhaite encourager les élèves et leurs familles à pratiquer un **minimum de 15 minutes** par jour d'activité physique ensemble durant les **2 semaines** de vacances, en respectant les mesures sanitaires actuelles et les réglementations Covid-19 du Gouvernement Princier.



Les familles participantes peuvent choisir n'importe quel type d'activité physique (marche, circuits de course, parcours d'obstacle). En enregistrant leur activité **quotidienne** de la manière qu'elles le souhaitent, les familles pourront compléter le challenge au bout des 2 semaines.

Les 15 minutes par jour reflètent le temps que l'unité familiale (minimum 2 personnes) pratique l'activité physique **ensemble**.

Les participants seront invités à partager leurs activités sur les réseaux sociaux via l'hashtag **#two15challengemc**.

Selon des modalités communiquées par la DENJS et la Fondation, les écoles recevront des certificats personnalisés et celles qui comptabiliseront les meilleurs résultats de leurs élèves et des familles recevront des récompenses.

Ce projet intervient dans le cadre du programme **Sport & Education** de la Fondation Princesse Charlène de Monaco, qui introduit des activités sportives originales et promeut les atouts du sport afin de contribuer au bien-être et au développement des enfants.

- Pour en savoir plus : www.fpcm.mc/two15challenge


Fondation Princesse Charlène de Monaco

www.fondationprincessecharlene.mc

contact@fondationprincessecharlene.mc

Tel +377 98 98 99 99



Rejoignez-nous sur  et 