

7ème édition
Le défi des Cistes et des Cannelés

DIRECTION BORDEAUX, DU 22 AU 25 AVRIL !



SOMMAIRE

DIRECTION BORDEAUX !	4
UN DÉFI SPORTIF MAIS SOLIDAIRE AVANT TOUT.....	6
LES MODALITÉS D'INSCRIPTION	7
LE PACK DU COUREUR	8
COMMENT RÉUSSIR SA COLLECTE ?	9
À VOUS DE JOUER !	10
CONTACTS	11
Annexe 1 - Formulaire de dons.....	12



1 à 5
participants par équipe



du 22 au 25 avril 2026

498 kilomètres

4930 m de dénivelé +



7ème
ÉDITION

4
étapes



160 500

euros reversés
à 6 associations
récipiendaires



Seul on va plus vite
ENSEMBLE ON VA PLUS LOIN

DIRECTION BORDEAUX !

LE DÉFI DES CISTES EST DE RETOUR !

Le principe reste le même, votre mobilisation se déroule en deux temps : avant la course en récoltant le plus de fonds possible, et ensuite sur le vélo à la sueur de votre front à travers les **498 km et 4930 M de D+** qui séparent les deux villes !

Après une édition inclusive la saison dernière au profit de «Café Joyeux» qui œuvre pour l'insertion de personnes porteurs de handicaps cognitifs dans le monde professionnel, le MHR Solidaire, en collaboration avec le fonds de dotation Union Bordeaux Bègles, a souhaité s'associer au Secours Populaire qui vient en aide aux plus démunis.

Après Castres, Perpignan, Bayonne, Clermont-Ferrand, et Lyon, cap cette saison sur Bordeaux ! Un beau défi en **4 étapes de 498 km et 4930M de D+** vous attend avec des paysages très différents entre les **reliefs montagneux des Monts d'Orb**, les décors vertigineux de **Cordes-sur-Ciel** et sa cité gothique perchée dans les nuages, l'immersion dans les plus beaux villages de France de **Saint-Cirq-Lapopie et Rocamadour** ainsi qu'une traversée dans les terres viticoles de **Saint-Émilion** avant d'arriver dans l'antre des joueurs de l'UBB.

Avis aux amateurs de beaux paysages !



DEPUIS LA 1ÈRE ÉDITION



160 500 €
reversés à 5
associations
récipiendaires



1423 km
parcourus pour
la bonne cause

EN ÉQUIPE

Participez seul ou jusqu'à **5 participants maximum par équipe**. C'est une occasion unique de travailler la cohésion d'équipe. Pas de maillot jaune ni de médaille au programme, le seul objectif étant de se mobiliser pour la bonne cause.

À chacun son braquet et son allure, on vous dispense d'une victoire sur le Tour pour vous inscrire, mais pensez tout de même à avoir quelques kilomètres au compteur !



DIRECTION BORDEAUX !

DÉPART FICTIF

21 AVRIL 2026

Départ du Septeo Stadium à Montpellier (34)

ÉTAPE 01

ÉTAPE 01

22 AVRIL 2026

Départ de Ceilhes-Et-Rocozels (34)
Arrivée à Gaillac (81)

166

KILOMÈTRE

1000

MÈTRE DE D+

ÉTAPE 02

23 AVRIL 2026

Départ de Albi (81)
Arrivée à Montauban (82)

134

KILOMÈTRE

1500

MÈTRE DE D+

ÉTAPE 03

24 AVRIL 2026

Départ de Cahors (46)

ÉTAPE 03

24 AVRIL 2026

Arrivée à Sarlat-la-Canéda (24)

138

KILOMÈTRE

1830

MÈTRE DE D+

ÉTAPE 04

25 AVRIL 2026

Départ de Saint-Hippolyte (33)

60

KILOMÈTRE

600

MÈTRE DE D+

ARRIVÉE

25 AVRIL 2026

Arrivée au Stade Chaban Delmas à Bordeaux (33)



UN DÉFI SPORTIF MAIS SOLIDAIRE AVANT TOUT



LE SECOURS POPULAIRE

Pour cette 7 ème édition, c'est aux côtés du fonds de dotation Union Bordeaux Bègles que le MHR Solidaire s'associe afin de soutenir les fédérations de la Gironde et de l'Hérault du Secours populaire français et leur « Journée des Oubliés des Vacances » (JOV).



JOURNÉES DES OUBLIÉS DES VACANCES 2026 - FÉDÉRATIONS DE GIRONDE ET DE L'HÉRAULT

Les vacances ne sont pas un luxe : c'est un droit acquis en 1936. Pourtant, aujourd'hui encore, un enfant sur trois ne part pas en vacances en France. Avec la montée de la précarité, cette réalité touche désormais de plus en plus de familles et d'enfants accompagnés dans nos permanences.

Après le 15 août, un enfant qui n'est pas parti, ne partira plus. C'est pourquoi, depuis 1979, le Secours populaire organise les Journées des Oubliés des Vacances : une journée inoubliable à la mer, dans un parc ou un lieu de loisirs, pour offrir aux enfants et à leurs familles un moment de répit, de découverte et de joie partagée.

AVEC UN DON DE 30€ VOUS PERMETTEZ À 1 ENFANT DE PROFITER D'UNE JOURNÉE INOUBLIABLE, ET SI ON VISAIT LES 1000 ENFANTS ?

Grâce à votre soutien, les « fédérations 33 et 34 » pourront en 2026 offrir cette parenthèse enchantée à des centaines d'enfants. Votre contribution pourra financer par exemple le transport, l'accès aux sites, les repas et collations et l'encadrement bénévole nécessaires à la réussite de ces journées. À la rentrée, ces enfants pourront enfin répondre à la question « Et toi, tu as fait quoi pendant les vacances ? »



LES MODALITÉS D'INSCRIPTION

La partie caritative constitue l'**ADN** de ce défi des Cistes. La mobilisation pour la cause choisie commence bien avant d'être sur le vélo !

UNE INSCRIPTION EN TROIS TEMPS :



**Préinscription fixée
à 200€**

Date butoir : 09/01/2026



**Un objectif minimal
de collecte fixé à
800€**

Date butoir : 03/04/2026



Je suis INSCRIT.E !



LE PACK DU COURSEUR



Le maillot cycliste
du défi des Cistes



Repas et
petit-déjeuners



Ravitaillements



Hébergements
(4 nuits)



1 place pour
UBB-MHR



Navette
Bordeaux-Montpellier



Assistance
mécanique

LE MAILLOT DU DÉFI DES CISTES 2026



MHR



UBB



UBB-MHR

COMMENT RÉUSSIR SA COLLECTE ?



FIXEZ-VOUS UN OBJECTIF DE COLLECTE

Il s'agit du montant total que votre équipe souhaite collecter pour le défi des Cistes et des Cannelés. Pour rappel, chaque participant doit réunir au minimum 800€ en plus des 200€ de frais d'inscription pour pouvoir prendre le départ. N'hésitez pas à viser au-delà de ce seuil : un objectif ambitieux encourage naturellement votre entourage à donner davantage. Osez voir grand ! Ce sont les petits ruisseaux qui font les grandes rivières.



JOUEZ COLLECTIF AVEC VOTRE ÉQUIPE

Ainsi, vous multipliez vos connaissances, élargissez votre réseau et renforcez votre impact. Selon les actions ou méthodes que vous envisagez d'utiliser, vous pouvez par exemple prévoir de collecter lors d'un événement (soirée solidaire, projection cinéma, etc.) en mobilisant vos connaissances communes. Cela vous permet également de faire de nouvelles rencontres et joindre l'utile à l'agréable.



ORGANISEZ VOTRE CALENDRIER

Nous vous suggérons de planifier plusieurs temps forts, de contrôler l'avancée de votre collecte au fur et à mesure et d'adapter votre stratégie en fonction des premiers résultats.



DÉMARREZ VOTRE COLLECTE LE PLUS TÔT POSSIBLE

Plus tôt vous lancez votre collecte, plus vous augmentez vos chances d'atteindre votre objectif. Réunissez-vous et organisez-vous dès votre inscription. Enfin, pour bien commencer, n'hésitez pas à parler de la cause soutenue, la «Journée des Oubliés des Vacances» des fédérations de l'Hérault et de la Gironde du Secours populaire. Cela incitera les visiteurs de votre page à soutenir votre aventure.

SOLLICITEZ VOTRE *Cercle proche*

Parlez-en à votre cercle proche, votre famille, vos amis. Si vous êtes engagé dans une structure associative ou sportive, profitez de vos entraînements, de vos matchs ou de vos sorties vélo pour évoquer votre engagement.

SOLLICITEZ VOTRE *Réseau professionnel*

Parlez-en à vos collègues, à vos clients et à vos fournisseurs. Mettez la cause en valeur : cela pourrait les intéresser.

BON À SAVOIR / DÉFISCALISATION

*Les donateurs particuliers peuvent défiscaliser leurs dons à hauteur de 66% de l'impôt sur les revenus. Les entreprises peuvent bénéficier de 60% de réduction fiscale sur le montant du don (dans la limite de 20 000€ ou de 0,50% du chiffre d'affaires hors taxe).

Au moment du paiement les donateurs auront le choix de demander une facture ou un reçu fiscal.

*Tous les dons supérieurs à 50€ réalisés auprès des participants et de l'Organisateur ouvrent droit à un reçu fiscal.



Recevoir DES DONS



DONS EN ESPÈCES

Lors de vos événements solidaires, vous pouvez collecter des dons en espèces. En aucun cas vous ne devez envoier ces espèces au MHR Solidaire. Lorsque vous avez rassemblé la somme globale, encaissez l'argent sur votre compte bancaire et faites vous-même un don sur la page de collecte de votre équipe.



DONS PAR CARTE BANCAIRE

Les dons par CB doivent être faits directement sur la page de collecte de votre équipe. Cette forme de don est de loin la plus simple, car vous n'avez rien à gérer ! Tout est entièrement automatisé et 100 % sécurisé. La barre de progression de votre collecte se mettra à jour instantanément et vos supporters pourront même vous laisser un petit message d'encouragement.



DONS PAR CHÈQUE ET PAR VIREMENT

Les dons par chèque/virement doivent être directement adressés au MHR solidaire accompagnés d'un formulaire de don complété avec les coordonnées, le montant du don et le nom de l'équipe soutenue (defidescistes.montpellier-rugby.com). La barre de progression de votre collecte se mettra à jour dès le chèque ou le virement reçu.

À VOUS DE JOUER !



SE PRÉINSCRIRE



COLLECTER



S'ENTRAÎNER



**OBTENIR UN
CERTIFICAT MÉDICAL**



**FÊTER LA
TROISIÈME MI-TEMPS**



**APPORTER SA
BONNE HUMEUR**

CONTACT

DAVINA LAGIER
Chargée de missions event et com



dlagier@montpellier-rugby.com



06 76 31 82 13



ANNEXE 1

FORMULAIRE DE DONS

À fournir à chaque donneur et à remettre à l'organisateur

RAPPEL

Tous les dons supérieurs à 50€ réalisés auprès des participants et de l'Organisateur ouvrent droit à un avantage fiscal :

Entreprise : 60% de réduction fiscale sur le montant du don (dans la limite de 20 000€ ou de 0,50% du chiffre d'affaires hors taxe)*

Particulier : 66% de réduction fiscale sur le montant du don (dans la limite de 20% du revenu imposable)

Un reçu de don vous sera remis contre ce formulaire

*Les entreprises qui s'engageront auprès des participants pourront défiscaliser à partir du premier euro de don. En tant que mécènes, elles n'auront droit à aucune contrepartie si ce n'est celle de mettre en avant leur logo sur le dos des maillots des participants de l'équipe qu'elles auront financée.

INFORMATIONS DONATEUR

Nom : Prénom :

Ou raison sociale :

Adresse postale :

.....

DON

Montant du don : Date :

Fait à : Le :

Signature et cachet :

REJOINS LA TEAM !

MHR Solidaire

