

# Foulées roses



SPINALIENNES

DIM. 4  
OCTOBRE  
2026

#11

**6 km**  
départ 10h30  
place GeorGIN  
(marché couvert)

**ÉPINAL**

CANCER  
DU SEIN  
*Dépistage*  
dès **50 ans**  
c'est le  
moment

Course et marche non  
chronométrées réservées  
à toutes les femmes

**10€**

Inscriptions totalement destinées  
au Comité des Vosges de la Ligue  
contre le Cancer

[www.foulees-roses-spinaliennes.fr](http://www.foulees-roses-spinaliennes.fr) - 06 17 69 57 00

# Merci à nos partenaires



**BOUGEL**  
TRAVAUX PUBLICS  
03 29 35 43 83

**TDR** **TERRE  
DERUNNING**  
Épinal

**orcom**  
Expertise Comptable Audit & Conseil

**Est Multicopie**  
GROUPE KONICA MINOLTA

**Boje!**

**FRAMATEC**  
CONSTRUCTION MÉTALLIQUE

**TDV**

**Liberty  
GYM**

**MAGNUM**  
LA RADIO

**LE COMPTOIR**  
*Philippe Douvenot - Cuisinier*

**munksjö**

**L-Expert-  
Comptable  
•com**

**numbr**

**Tiime**

**Audi Service**

**SEAT**  
Service

**SKODA**  
Service

**CUPRA**  
SERVICE  
Épinal

**PASSION  
AUTOMOBILES**  
ACCES - PREMIUM - SPORT - PRESTIGE

**mazda**

*Boulangerie*  
**Pinot**  
*Pâtisserie*  
L'artisan du  
Fait Maison

**ALFA  
TAVAT**

**Distri-boissons**  
réseau **prodia+**

**JMJ**  
Libres d'avancer



**Exco Nexiom**  
Audit - Expertise Comptable - Conseil

**TUI**

**V.B.S.A.**  
50<sup>th</sup> Anniversary

ARCHITECTURE AMÉNAGEMENT INTÉRIEUR

98, rue Rincôte 88220 HADOL - tél. 06 07 14 55 69  
remydecointerieure@gmail.com

**Intemporel**



PRÊT À PORTER FÉMININ

4, rue du Boutreau - 88000 ÉPINAL  
Tél. 03 29 35 57 26



# Merci à nos partenaires



**LILICHATOK**  
créatrice de chapeaux,  
sera présente  
dimanche matin !  
Elisabeth Jud - Epinal  
03 29 34 34 21



Angélique, marraine de l'événement



# LES FOULÉES ROSES SPINALIENNES #10

## RETOUR SUR L'ÉDITION 2025



Femmes défilé de mode



Femmes danse et santé



Twirling bâtons



Femmes édition 2025

**PARTICIPEZ EN  
MASSE POUR  
REMPORTER  
LE TROPHÉE  
ENTREPRISES/  
ASSOCIATIONS**

Inscription groupée sur

[www.foulees-roses-spaliennes.fr](http://www.foulees-roses-spaliennes.fr)

(bulletin à télécharger)



Trophée 2025 remporté par  
le Comité d'Action Sociale d'Epinal

# UN ÉVÈNEMENT ORGANISÉ PAR LE COMITÉ DES VOSGES DE LA LIGUE CONTRE LE CANCER

Tél. 03 29 33 29 16 - 06 17 69 57 00

cd88@ligue-cancer.net // Facebook : ligue contre le cancer comité des vosges

**ACTUS & INFOS : [www.ligue-cancer.fr](http://www.ligue-cancer.fr) // [www.foulees-roses-spinaliennes.fr](http://www.foulees-roses-spinaliennes.fr)**

## COMMENT S'INSCRIRE ?

### PAR COURRIER

Bulletin ci-dessous à envoyer  
ou déposer avec le règlement  
avant le 2 octobre au :

#### Comité des Vosges

de la Ligue Contre le Cancer  
Résidence Beau Site 1  
Avenue Robert Schuman  
88000 Epinal

### SUR INTERNET

Du 10 juillet au 1<sup>er</sup> octobre  
à 22h :

**[www.chronometrage.com](http://www.chronometrage.com)**

*Les Foulées Roses Spinaliennes*

**Nouveauté** : Possibilité de  
réserver sur internet votre  
T-Shirt ou autres cadeaux.

### EN VILLE

Du 28 septembre au  
2 octobre au **Marché couvert**  
(entrée place Georgin)

**Les 3 et 4 octobre, sur notre  
stand** : inscription, règlement et  
retrait du cadeau :

**Village Rose**, Place Georgin  
Sam. 9h-19h / Dim. 8h-10h15

### LES FOULÉES ROSES SPINALIENNES EST UN NOM DÉPOSÉ.

Toute utilisation de ce nom ou du visuel de la manifestation dans un cadre  
autre que celui d'une manifestation organisée par le Comité des Vosges de  
la ligue contre le cancer est interdite et passible de poursuites.

**CADEAU  
2026  
T-shirt rose  
ou foulard  
rose**

# Foulées roses spinaliennes #11

## BULLETIN D'INSCRIPTION (un bulletin par personne)

Nom : ..... Prénom : .....

Née en : ..... **Femmes nées avant 2012 : 10 € - Femmes nées de 2012 à 2020 : 7 €**

Ville : ..... Tél : .....

Mail : .....@.....

**Pour des raisons de sécurité et d'assurance, la présence de  est strictement interdite, même en laisse (voir règlement sur [www.foulees-roses-spinaliennes.fr](http://www.foulees-roses-spinaliennes.fr)).** Toute personne inscrite autorise la reproduction et l'exploitation de son image fixée dans le cadre de photos pour la promotion et la communication des Foulées Roses Spinaliennes.

**Le port du T-Shirt "spécial Foulées Roses Spinaliennes" est recommandé, par respect pour les partenaires y figurant avec leurs logos, et qui sont, avec d'autres, les garants de la manifestation.**

À ..... le ..... Signature (du parent si mineure) :

**RÈGLEMENT** : ..... €

☐ par chèque (à l'ordre de La Ligue Contre le Cancer Comité des Vosges)

☐ en espèces

## FOULÉES ROSES SPINALIENNES #11

# programme 2026

Les Foulées Roses Spinaliennes se dérouleront en présentiel comme les années précédentes.

**Consignes sanitaires** : l'organisation tiendra compte des directives gouvernementales en vigueur au moment de l'événement. Toute modification sera notifiée sur le site officiel des FRS : [www.foulees-roses-spinaliennes.fr](http://www.foulees-roses-spinaliennes.fr)

### SAM. 3 OCTOBRE

PLACE GEORGIN

**9h-19h** :

**Inscription et retrait du cadeau**

t-shirt rose ou foulard rose  
(nouveau 2026).

### DIM. 4 OCTOBRE

PLACE GEORGIN

**8h-10h** :

**Nouveauté** : sur place  
Vente de café-viennoiseries.

**Inscription et retrait du cadeau**

t-shirt rose ou foulard rose  
(nouveau 2026).

**10h** :

**Mise à l'honneur de Femmes**

**10h15** :

**Échauffement** avec Élise

### 10H30 : DÉPART

**À l'arrivée Place Georjin** :

**Ravitaillement** : sur présentation du  
ticket donné à l'inscription.

**Nouveauté** : restauration avec les  
commerçants du Marché Couvert  
(sur place ou à emporter)



### ANIMATION MUSICALE

sur le parcours, avec :



Groupe Oléocada,  
au départ.



Claude.



La Batok de Grandvillers.



### LES RESTAURANTS

**Le Bureau et Le San Remo**

### S'ENGAGENT

à reverser un pourcentage de la recette  
du jour à la Ligue contre le Cancer.

**N'hésitez pas à aller vous y restaurer !**

**Nouveauté** : restauration Place Georjin  
avec les commerçants du Marché Couvert.



# Village rose

PLACE  
GEORGIN

**ANIMATIONS**  
**samedi 3 octobre**



**STAND DE  
COUSSINS CŒURS**  
destinés aux femmes  
opérées d'un  
cancer du sein

**INAUGURATION**  
**À 14H30**



Inauguration 10<sup>e</sup> édition

Pour soutenir aussi la lutte contre le cancer de l'enfant, la Ligue s'associe à "SEPTEMBRE EN OR" le Mois de mobilisation avec les différentes associations vosgiennes. Des associations seront présentes sur le Village rose.



Solidarité  
à Lilou



**ATELIER ARTS PLASTIQUES**  
**«TOUT EN ROSE»**

**DE 15H À 18H** avec Delphine Remy

**CONCOURS** de la plus belle création  
avec tombola pour les enfants  
participants.

**SPECTACLE**  
**POUR LES ENFANTS**

**16H À 17H**  
**(marché couvert)**





NOUVEAUTÉ  
FOULÉES ROSES  
SPINALIENNES 2026

**RKS**  
Réseau des  
Kinésithérapeutes  
du Sein

SAMEDI ET  
DIMANCHE  
Présence de 2  
kinésithérapeutes  
spécialistes de la  
prise en charge  
du cancer du sein.



Démonstration de l'autopalpation



Illustration d'une mammographie

## Les étapes de mon dépistage

J'AI ENTRE  
50 ET 74 ANS



JE REÇOIS L'INVITATION  
ET LA LISTE DES  
RADIOLOGUES AGRÉÉS



JE ME RENDS CHEZ UN RADIOLOGUE  
AGRÉÉ POUR FAIRE MA  
MAMMOGRAPHIE



MON RADIOLOGUE ME DONNE  
UN PREMIER RÉSULTAT



JE RÉCUPÈRE MON DOSSIER MÉDICAL  
AU CENTRE DE RADIOLOGIE



JE REÇOIS MES RÉSULTATS PAR  
COURRIER AINSI QUE MON  
MEDECIN



MON DOSSIER EST  
ENVOYÉ AU CRCDC POUR  
UNE SECONDE LECTURE

# Merci à nos partenaires

POULAILLON



BLEUFORÊT  
FABRICATION FRANÇAISE

sicovad



100% vosges



**HD Emballages**

**ENSEMBLE, LUTTONS CONTRE le cancer du sein**

**1 photo = 1 don**

Chaque euro compte, chaque geste fait la différence.

**NOUS SERONS PRÉSENTS LE 4 OCTOBRE POUR LA LUTTE CONTRE LE CANCER DU SEIN**

Venez nombreux soutenir cette cause qui nous tient à cœur !

**AVEC NOTRE PHOTOBOOTH**

*Ensemble, soyons plus forts.*

**Les Compagnons COUVREURS**

Tous travaux de construction et rénovation de toiture

ZAC NAURAUMONT 7, Allée n°8  
88150 THAON-LES-VOSGES  
Tél. 03 29 34 24 32 - Fax 03 29 34 88 19  
compagnons@wanadoo.fr

**SOS PARE-BRISE**

**SPÉCIALISTE DU PARE-BRISE**

**0€\* FRANCHISE**

GOURBAY  
TEL: 03 29 34 97 43

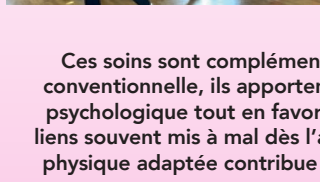
**De Filles**

**Histoire**

14 rue Aubert  
**EPINAL**  
03 29 33 79 32

## SOINS DE SUPPORT PROPOSÉS AUX PATIENTS PENDANT ET APRÈS LEUR TRAITEMENT

L'argent collecté lors des nombreuses manifestations organisées durant Octobre Rose notamment les Foulées Roses Spinaliennes permet au Comité des Vosges de proposer **gratuitement aux patients** différents soins de support (présentés ci-dessous).



Ces soins sont complémentaires de la prise en charge conventionnelle, ils apportent un meilleur être sur le plan psychologique tout en favorisant les liens entre patients, liens souvent mis à mal dès l'annonce d'un cancer. L'activité physique adaptée contribue à réduire le taux de récurrence.

**Aquasanté**  
(Epinal)

**Rose Pilates**  
(Remiremont)

**Shiatsu et cancer**  
(Remiremont)

**Gymnastique douce**  
(Epinal et St-Dié)

**Soutien psychologique**  
(Deyvillers et Bussang)

**Sophrologie**  
(Epinal et St-Dié)

**Conseil en images**  
(Epinal)

**Socio esthétique**  
(Remiremont, St Dié et Epinal)

**Ateliers créatifs**  
(Epinal)

**Danse et santé**  
(Epinal et St-Nabord)



Soin socio-esthétique





## MERCI AUX BOULANGERIES QUI ONT ASSURÉ LE RAVITAILLEMENT À L'ARRIVÉE DEPUIS 2016 !

Épinal : **Le Moulin du Château, Charlise, L'Atelier du pain,  
Aux Délices d'Antonin, Poulaillon**  
Saint-Laurent : **Boulangerie Husson**  
Rupt-sur-Moselle / Eloyes / Remiremont : **Boulangerie Pinot**

**Pour 2026, en raison de la conjoncture, les boulangeries ne seront pas sollicitées.**

## MERCI À LA CHAMBRE DES MÉTIERS D'EPINAL

pour le goûter des enfants et des bénévoles

**MERCI À THIRIET** pour les viennoiseries aux bénévoles de la Ligue.



## LE COMITÉ DES VOSGES DE LA LIGUE CONTRE LE CANCER

Le Comité des Vosges de la Ligue contre le Cancer est une association Loi 1901 destinée à lutter contre le cancer à partir de ses missions statutaires : le financement des équipes de recherche, l'aide aux patients, l'information, la prévention et la promotion des dépistages des cancers.

Le Comité des Vosges réalise ses missions à partir des dons individuels (2 143 donateurs) et grâce à l'argent collecté sur diverses manifestations initiées par des partenaires ou par le Comité des Vosges de la Ligue contre le cancer.

Le comité des Vosges est très actif avec ses 6 Délégations de bénévoles (70) qui œuvrent toute l'année sur leur territoire.

**Les Foulées Roses Spinaliennes du  
5 octobre 2025, ce sont :**

**6 674 personnes inscrites,**  
dont 5 800 femmes, et

**95 849 € récoltés,**  
pour aider les patients vosgiens.

**Merci aux participantes et aux partenaires 2025.**



**Ligue contre le cancer  
Comité des Vosges**  
Résidence Beau Site 1  
Avenue Robert Schuman  
EPINAL  
03 29 33 29 16  
cd88 @ ligue-cancer.net



**MERCI AUX BÉNÉVOLES ET AUX PARTENAIRES  
SANS QUI, RIEN NE SERAIT POSSIBLE.**