



MOULINS (ALLIER), LE 18 MAI 2026

« La 100 Kil Tranquille » : une course d'endurance pour promouvoir l'activité sportive en Santé Mentale

Le Centre Hospitalier de Moulins-Yzeure et son pôle de Santé Mentale organisent une course d'endurance inspirée du « Backyard ultra » : un défi sportif de taille en faveur du sport en santé mentale. Cet événement, parrainé par F. LUTZ, directeur du Centre Hospitalier de Moulins-Yzeure, se déroulera sur le site du Pôle Santé Mentale à Yzeure, le vendredi 29 mai 2026 à partir de 9h.

Le principe de cette épreuve : achever sa boucle de 6,7km en moins d'une heure, puis repartir pour une boucle supplémentaire au top de l'heure suivante, et ce jusqu'à épuisement, ou exécution des 15 boucles complètes. Au total, ce sont donc 100 kilomètres et 15 heures d'efforts qui attendent les participants qui iront jusqu'au bout de ce défi sportif.

Une épreuve à vivre collectivement

Les coureurs reviendront chaque heure au camp de base, ce qui impulsera une vraie dynamique de groupe et un soutien en continu. Les patients des unités de Santé Mentale adultes, adolescents et personnes âgées, ainsi que les professionnels de santé du CHMY seront mobilisés tout au long de la journée pour animer le circuit, soutenir les participants et les aider à se dépasser.

L'épreuve affiche déjà complet depuis plusieurs semaines : 49 partants (33 hommes et 16 femmes). Parmi eux, 80 % sont des agents du Centre Hospitalier de Moulins-Yzeure.

L'évènement bénéficie du soutien de l'association Ymago et de Intersport Moulins.

Départ de l'épreuve à 9h, au Téléclub, Pôle de Santé Mentale | 21, Route de Gennetines 03400 YZEURE

Les fonds récoltés permettront de favoriser l'accès aux activités sportives aux patients de Santé Mentale dans le cadre des programmes thérapeutiques proposés par nos équipes d'Activités Physiques Adaptées (APA).

Ces pratiques sportives revêtent plusieurs enjeux : favoriser les pratiques « hors les murs » de l'hôpital, créer une passerelle entre l'hôpital et la ville, développer des partenariats avec les clubs et les associations sportives du bassin moulinois, travailler sur l'inclusion et l'accès à la citoyenneté de nos patients à travers la pratique sportive (intégration dans les clubs).

Contact organisation :

Julien HANDOUS

Enseignant en Activités Physiques Adaptées
Pôle Santé Mentale du Centre Hospitalier de Moulins-Yzeure
06.43.95.19.48 - j.handous@ch-moulins-yzeure.fr

CONTACTS :

Jérôme BERNARD, Responsable de la Communication | 06 45 70 04 27 | je.bernard@ch-moulins-yzeure.fr