



Ultra Canal

Du 06 au 08 Juin 2025



*La traversée intégrale du Canal du midi
en courant, de Toulouse à Sete, non stop,
pour le don d'organes*



242 km en -48h



LE PROJET

Qui suis-je ?



Lenny - 33ans

Marié - 1 enfant

Cadre de Santé CHU Toulouse

Pratiquant et Coach de course à pied



Marathons

Ultra Trail / Trail

Ultra Endurance



LE PROJET

Le canal du Midi

Le canal du midi, reliant Toulouse à Sète, long de 242 km a été construit en 14 ans (1667-1681) sous les ordres de Pierre Paul Riquet par plus de 12000 personnes. Il est aujourd'hui inscrit au patrimoine mondial de l'Unesco.

LE CANAL DU MIDI EN FRANCE



Il est associé au "Canal latéral de Garonne" reliant Bordeaux à Toulouse pour former ensemble le "Canal de deux mers" et permettre alors de fournir une voie navigable entre l'océan atlantique et la méditerranée.



LE PROJET

Mon histoire avec le canal

Depuis quelques années et le début de mes études sur Toulouse, le canal du midi a toujours eu une place importante à mes yeux.

Il reflète pour moi ce havre de liberté et de nature au sein de cette grande ville. J'ai toujours aimé y courir, marcher, rouler. En parcourant le canal sur des kilomètres lors de mes entraînements, j'ai pu y trouver ce que je cherchais : quiétude, apaisement, liberté et calme. Au rythme des piétons, des bateaux et des animaux, le canal reste le terrain de jeu favoris des sportifs toulousains.

En élargissant ma pratique de la course à pied et en découvrant le trail et à présent l'ultra trail, mes entraînements se sont fait loin du plat du canal du midi, mais encore assez souvent, je me plais à fouler de nouveau les bords de ce fleuve.



LE PROJET

Un projet à double objectif

Le dépassement de soi

Se dépasser, frôler mes limites physiques et mentales est en grande partie la raison qui me pousse à courir.

Après avoir couru plusieurs marathons, c'est dans le Trail et l'Ultra Trail que je m'épanouis à présent.

Ces efforts d'une centaine de kilomètres et d'une vingtaine d'heures m'ont permis de développer des compétences dans la gestion de l'effort tant au niveau physiologique que mental.

Ce désir de parcourir l'intégralité du canal de midi, soit 240km, en courant, est le reflet de cette appétence pour les efforts d'ultra distance.

Réaliser ce projet en moins de 48h, et établir une marque de référence sur ce parcours sera le témoignage d'une belle aventure humaine partagée autour du dépassement de soi.



LE PROJET

Un projet à double objectif



Sensibiliser sur un sujet majeur

Je suis infirmier de formation. J'ai tout d'abord évolué dans le service de transplantation d'organes puis je suis devenu par la suite coordinateur de l'équipe du don d'organes au sein du CHU de Toulouse.

Le prélèvement et la greffe d'organes ont toujours fait partie de mon parcours professionnel.

Ces opportunités m'ont permises de côtoyer au plus près les familles de donneurs, tout autant que les receveurs et leurs proches.

Je suis convaincue de l'importance du don d'organes et je souhaite à travers ce projet, défendre cette cause en m'engageant auprès de l'association "Midi cardio greffes Occitanie".



LE PROJET

L'association

"Midi Cardio Greffes Occitanie" est une association de greffés du cœur et/ou des poumons et des porteurs d'assistance cardiaque de l'Occitanie.

Durant mes années à coordonner l'activité de prélèvement et de greffe au sein du CHU, j'ai eu l'occasion de travailler en collaboration avec cette association dans le cadre d'action de sensibilisation au sujet du don d'organes.

Cette association, très active, a été créée en 1992, dans le but d'accompagner les personnes greffées ou en attente de greffe et leurs aidants sous forme de conseils, partage d'expérience ou de soutien moral.

L'association mène également des actions en rapport avec le sport-santé et la réhabilitation suite à la greffe. C'est en ce sens également que je souhaitais que mon projet soit lié à cette association.



LE PROJET

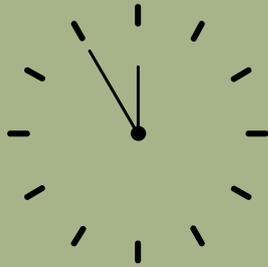
Quand ?

START



Port de l'Embouchure

Toulouse

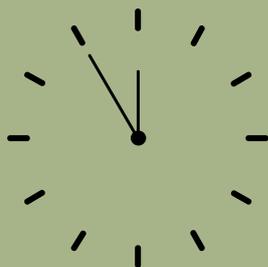


*Vendredi 6 Juin 2025
18h00*

FINISH



*Phare des Onglous
Etang de Thau
Sete*



*Dimanche 8 Juin 2025
avant 18h00*



LE PROJET

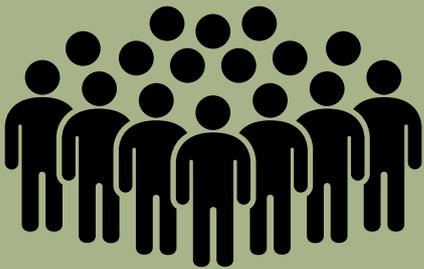
Comment ?



*En courant principalement,
en alternant avec de la
marche, aucune assistance
motorisé ni vélo.*



*Parcours de 242 km pour un
dénivelé positif d'environ 300m.*



*Un projet partagé :
Des amis, sportifs, acteurs de la
cause du d'on d'organes vont se
relayer pour relever ce défi
avec moi.*



*Toute personne qui souhaitent
parcourir des kilomètres avec nous
sont les bienvenues, ce projet est
avant tout synonyme de partage.*

"Seul, on va plus vite, ensemble, on va plus loin"



LE PROJET

Comment soutenir le projet ?

La cagnotte en ligne



L'objectif : **REUNIR DES FONDS**
pour deux raisons

40% des
bénéfices



**Aider au
financement de la
logistique du
projet (matériel,
alimentation, suivi
de course,
vidéaste...)**

60% des
bénéfices



**Faire un don à
l'association
"Midi Cardio
Greffe
Occitanie"**

Un récapitulatif financier sera réalisé
à la fin du projet aux donateurs pour
retranscrire en toute transparence
l'utilisation de la cagnotte en ligne

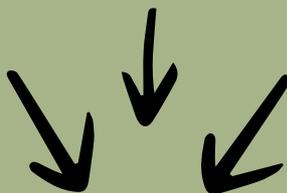


LE PROJET

Comment soutenir le projet ?

La cagnotte en ligne

**Lien vers la cagnotte en
ligne**



ULTRA CANAL (242 km de Toulouse à Sète en - 48h) (ulule.com)



LE PROJET

Comment soutenir le projet ?

Sponsoring

Si votre entreprise est intéressée pour s'investir dans le projet financièrement ou matériellement, vous pouvez me contacter pour échanger sur le sujet.

Votre entreprise sera mise en avant durant l'aventure et sur le film retraçant le projet pour la remercier de son soutien.



06.21.48.66.23



lfcoachingcaptrail@gmail.com



N'hésitez pas à me contacter pour plus de détails sur le projet, je serais ravi d'échanger avec vous !



Merci

