



Inspired Living is a UK Charity Committee raising funds and awareness for cancer charities, with the following aims:

1. To inspire ordinary men & women to adopt healthier lifestyles to reduce their risk of contracting cancer.
2. To raise up to £1 million for cancer charities.

“We want to show that ordinary people can do extraordinary things”



Registered Charity Number: 1123304

The story so far

Over the past 6 years we have organised a number of cycling activities, both short distance mass rides and long duration rides around various parts of Europe. In the process we have raised over £300,000 for Cancer charities

2009 - Inspired Living was established

2010 - 33 cyclists (and support crew) from Winchester to Gibraltar coordinated with a 'mass ride' where over 200 riders cycle from Winchester to Portsmouth

2011 – 14 cyclists (and support crew) Italy 'Top to Toe'

2012 – 31 cyclists (and support crew) from Andover to Venice

2014 – 50 Cyclists (and support crew) from Melksham to Monte-Carlo

2016 – 50 Cyclists (and support crew) from Winchester to Rome

Find out more

There's lots more information on our web site

www.inspiredliving.org.uk

Why are we doing this?

1. Cycling is a metaphor for life – we are all on a journey
2. Fighting the adversity of cancer with positivity
3. To promote the compelling health messages - diet, exercise and lifestyle factors
4. Improved nutrition and an increase in activity reduces the risk of cancer and stroke.

Barcelona 2019

37 Riders will depart on Thursday 5th September cycling through France and Spain for the next 9 days, arriving in Barcelona on the afternoon of Saturday 14th September, a distance of over 750 miles / 1,200 km.

The ride will be fully supported allowing the riders to travel light with their luggage transported in our support vehicles.

Every day the support team will set up rest stops after approximately 30 and 60 miles where riders will be provided with food and drink.

The riders will be covering their own costs of the challenge, or are being funded by their employer, enabling individual sponsorship to be donated to Cancer Research UK and the Countess Mountbatten Hospice.



Inspired Living est un organisme de bienfaisance qui récolte des fonds et sensibilise le public aux œuvres caritatives contre le cancer. Il vise notamment à:

1. Inspirer des hommes et des femmes à adopter un mode de vie plus sain afin de réduire le risque de cancer.
2. Réunir jusqu'à 1 million de livres sterling (à peu près 1 200 000 EUR) pour les œuvres caritatives contre le cancer.

« On veut démontrer que les gens ordinaires peuvent faire des choses extraordinaires. »



Countess
Mountbatten
Hospice
Charity

Registered Charity Number: 1123304

L'Histoire jusqu'ici

Depuis 6 ans, on organise plusieurs activités cyclistes – de petits tours à vélo en masse et de grands tours à vélo dans toute l'Europe. Grâce à ces activités on a réuni plus de £300,000 (vers 340000EUR) pour les œuvres de bienfaisances contre le cancer.

2009 : Inspired Living est établi.

2010 : 33 cyclistes (avec l'aide d'un groupe de soutien) partent de Winchester (sud d'Angleterre) à Gibraltar. Un grand tour à vélo est organisé pour plus de 200 cyclistes de Winchester à Portsmouth au début du tour.

2011 : 14 cyclistes (avec l'aide d'un groupe de soutien) traversent toute d'Italie.

2012 : 31 cyclistes (avec l'aide d'un groupe de soutien) partent d'Andover (une ville au sud de l'Angleterre) à Venise.

2014 : 50 cyclistes (avec l'aide d'un groupe de soutien) partent de Melksham (40km de Bristol) à Monte-Carlo.

2016 : 50 cyclistes (avec l'aide d'un groupe de soutien) partent de Winchester à Rome.

En savoir plus

Vous trouverez plus d'informations sur notre site-web:

www.inspiredliving.org.uk

Pourquoi faisons-nous cela?

1. Le cyclisme est une métaphore pour la vie – on est toute en route sur un chemin.
2. Pour lutter avec une attitude positive contre l'adversité du cancer.
3. Pour promouvoir l'importance d'un mode de vie plus sain y compris un régime alimentaire avec plein d'exercice et d'autres facteurs de style de vie.
4. Pour réduire le risque de cancer et des attaques cérébrales il faut améliorer l'alimentation et faire plus d'activité physique.

Barcelone 2019

En Jeudi 5 septembre, 37 cyclistes vont traverser la France et l'Espagne jusqu'à Barcelone au cours de 9 jours. La distance sera plus de 750 miles/ 1200km.

Il y aura un groupe de soutien qui va conduire des vans remplis de valises afin de permettre aux cyclistes de voyager léger. Chaque jour, l'équipe va installer des aires de repos chaque 30 à 60 miles (de 50 à 96km) pour fournir aux cyclistes de la nourriture et des boissons.

Les cyclistes sont autofinancées ou financées par un employeur pour que les fonds individus puissent être donnés à Cancer Research UK (un grand organisme de bienfaisances qui fait des recherches et soutient les gens avec le cancer) et à Countess Mountbatten Hospice (un hospice pour les gens avec des maladies graves et leurs familles).