# DÉFI CROSSFIT SAUVAGE 2024

**Par SOS Miss Dolittle, centre d'aide pour animaux sauvages**

**En collaboration avec Crossfit Ste-Foy**



**Vous cherchez une activité de 'TEAM BUILDING'?**

**La cause animale vous tient à coeur ?**

**On a un défi pour vous !**

## Qui est SOS Miss Dolittle ?

**SOS Miss Dolittle** est le plus grand centre de réhabilitation de la faune au Québec pour toutes les espèces animales sauvages et a reçu plus de **7,700 animaux sauvages en détresse** depuis 2014. Ouvert à l'année, **7 jours sur 7,** vétérinaire, biologistes, responsables aux soins des animaux, et une armée de bénévoles s'activent afin de venir en aide au plus grand nombre d'animaux sauvages blessés ou orphelins.

Nous sommes un organisme de bienfaisance **NON subventionné**. Nous vivons uniquement grâce au support de la population, des amoureux des animaux. www.sosmissdolittle.com

Découvrez le refuge SOS Miss Dolittle ICI

## Qu'est-ce que le Défi Crossfit Sauvage ?



**Quoi ?** **10 épreuves sportives et amusantes !**

Les participants feront des défis **imitant les animaux** tels que:

- Pédaler comme un canard
- Chasser comme un renard
- Forcer comme un castor
- Se cacher comme une marmotte

**Quand ?** **Samedi 24 août 2024, de 13h30 à 16h00**

**Où ?** **Chez SOS Miss Dolittle, à St-Henri de Lévis**

**Tarif ?** **100 $/participant ou 400$ par équipe**

*Un reçu d'impôts de 100$ par participant vous sera remis

# DÉFI CROSSFIT SAUVAGE 2024

**Par SOS Miss Dolittle, centre d'aide pour animaux sauvages**

**En collaboration avec Crossfit Ste-Foy**



## Pourquoi participer au défi ?

- Pour se dépasser, s'amuser  et donner le meilleur de soi-même !
- Pour lever des fonds dans le cadre de la campagne "U-nid pour la vie" de SOS Miss Dolittle
- Pour aider les animaux sauvages en détresse

## Doit-on être en forme pour participer ?

Ce défi est pour tous.tes ! Les épreuves sont adaptées en fonction du niveau de chaque participant.e ! Pas besoin d'être un athlète, seulement d'être actif.ve !

**Voici une vidéo qui présente le défi**

### DÉBUTANT.E

- Personne active
- Aime avoir du plaisir tout en se dépassant
- Capable de soulever un minimum de 20 lbs
- N'a jamais fait de CrossFit auparavant

**Ce défi est pour vous !**

### INTERMÉDIAIRE

- Personne active
- Aime avoir du plaisir tout en se dépassant
- Fait du sport régulièrement
- Capable d'activité physique soutenue

**Ce défi est pour vous !**

### AVANCÉ.E

- Adepte du Crossfit
- Aime se dépasser et donner le meilleur de soi-même
- Capable d'activité physique intense
- Aime la compétition

**Ce défi est pour vous !**







# DÉFI CROSSFIT SAUVAGE 2024

**Par SOS Miss Dolittle, centre d'aide pour animaux sauvages**

**En collaboration avec Crossfit Ste-Foy**

La campagne "U-nid pour la vie" est la principale source de financement de SOS Miss Dolittle.

**Objectif de la campagne: 100 000$**







## Comment s'inscrire au Défi CrossFit Sauvage ?



1. Formez une équipe de **4 personnes**. Amis, famille, collègues, etc. Si vous êtes seul.e, vous serez jumelé.e à une équipe.
2. Choisissez un nom d'équipe et **INSCRIVEZ-VOUS ICI**
3. Levez des fonds pour la campagne U-nid pour la vie

**Et surtout, amusez-vous !**

**Faites vite ! Les places sont limitées !**

(10 équipes maximum)

Numéro d'organisme de bienfaisance:811334176 RR 0001