

**COMMUNIQUÉ  
DE PRESSE**

**COURIR CONTRE  
LES IDÉES REÇUES  
AUTOUR DU PAIN !**

**Une équipe faite d'Artisans Boulanger et d'acteurs de la meunerie française s'entraîne sur les bords de Seine pour sa première participation au Semi-Marathon de Paris.**

**JEUDI 2 FÉVRIER À 5H00 SUR LES BORDS DE SEINE**

DÉPART DE LA BOULANGERIE L'ESSENTIEL  
2 RUE MOUFFETARD  
75005 PARIS

**C'est une séance de running un peu particulière qui se déroulera le 2 février prochain. En vue de sa participation inédite au Semi-Marathon de Paris le 5 mars, une équipe composée d'artisans boulangers et de salariés des Moulins Familiaux, union de meuniers indépendants, foulera les pavés parisiens à l'heure de la boulange entre 5h00 et 8h30. Accompagnée des Early Birds, un groupe de runners du matin, l'équipe vous invite à découvrir son engagement pour démontrer la compatibilité entre le sport et le pain !**

**« Un bon pain pour un corps sain ! »**

Le Fitbit Semi de Paris, événement populaire du calendrier sportif français, est l'occasion pour le monde du pain de se mobiliser pour la première fois en faveur du sport. Une vingtaine de coureurs du monde de la boulange et de la meunerie compteront ainsi parmi les 47 000 concurrents de la 25<sup>e</sup> édition du Fitbit.

L'objectif de cette course est d'apporter un éclairage à contre-courant des idées reçues sur le pain. Véritable allié des sportifs, le pain présente des apports nutritionnels indispensables, pourtant largement méconnus.

La veille et l'avant-veille de la course, un stand d'informations au Village exposants sensibilisera coureurs et supporters aux bienfaits du pain, particulièrement lorsqu'il est associé à la pratique sportive. Au programme : ateliers de Bread Tasting, présentation de « pains Runners », échanges avec le nutritionniste Raphaël Gruman et un coach running...

Pour assister à l'une des séances d'entraînement de l'équipe 100% pain, rendez-vous le 2 février !