



UN ÉVÉNEMENT
FONDATION ARC



10^e édition du Triathlon des Roses : 5 villes, 1800 participants pour expérimenter les vertus du défi

La Fondation ARC rappelle à travers cet événement les bienfaits de l'activité physique, véritable cotraitement du cancer, tant dans son rôle préventif que pour ses effets sur la diminution des effets secondaires et sur les risques de récives.

Le Triathlon des Roses, organisé par la Fondation ARC, s'élançera en 2023 pour sa 10^e édition. Cette compétition solidaire dédiée aux femmes, dont l'objectif est de lever des fonds pour la recherche sur les cancers du sein, prend chaque année un peu plus d'ampleur, rassemblant à chaque édition de formidables énergies. Cette fois, 5 villes

participent à l'événement : **Paris, le samedi 16 septembre** avec le Stade Français ; **Toulouse, le dimanche 24 septembre** avec le Toulouse Triathlon ; **Lyon, le dimanche 8 octobre** avec le Lugdunum Triathlon Club ; **Antibes** avec Antibes Triathlon et **Nantes** avec le Triathlon Club Nantais, **le dimanche 22 octobre**. Près de 1800 participantes et participants sont attendus sur la ligne de départ, prêts à se défier pour la bonne cause sur un parcours adapté à tous les publics enchaînant natation, cyclisme et course à pied. Par ailleurs, pour la 2^e année consécutive, un Triathlon des Roses en version connectée permettra à toutes les bonnes volontés de se mobiliser partout en France.

3 disciplines sportives, 3 objectifs

Le Triathlon des Roses qui, comme son nom l'indique, regroupe 3 disciplines sportives se fixe 3 grands objectifs : collecter des fonds pour faire avancer la recherche sur les cancers du sein ; informer sur les progrès réalisés dans ce domaine ; sensibiliser sur les bienfaits du sport en matière de santé. Chaque année, on dénombre en effet 59 000 nouveaux cas de cancer du sein en France : il est donc vital de se mobiliser pour faire reculer la maladie. Avec le soutien de la Fondation ARC, les chercheurs explorent sans relâche de nouvelles pistes et produisent des connaissances qui doivent être partagées avec le plus grand nombre.

Un défi à la portée de toutes et tous

Même s'il s'agit d'une compétition officielle, chronométrée, le Triathlon des Roses demeure avant tout une course solidaire et festive. Les distances que doivent parcourir les participantes – c'est avant tout une épreuve dédiée aux femmes – sont adaptées à tous les publics et à toutes les conditions physiques : 100 m ou 200 m en natation, moins de 10 km à vélo, de 2 à 5 km de course à pied selon les villes. Les inscrites peuvent concourir à titre individuel ou en équipes relais de 2 ou 3 personnes (auquel cas les hommes sont les bienvenus). Pour s'aligner sur la ligne de départ, il suffit de collecter 100 à 300 € minimum en individuel et 250 à 500 € minimum pour les relais. Les montants de collecte minimum varient en effet selon les villes.

« Pour moi, c'est hyper concret d'être ici. J'ai eu la chance de bénéficier d'un nouveau traitement qui n'existait pas il y a cinq ans quand j'ai fait ma première récurrence, et ça, c'est grâce à la recherche. Pour moi, ça signifie vraiment quelque chose de venir au Triathlon des Roses et de voir tous ces gens solidaires, ces donateurs, ces chercheurs qui nous permettent à nous, malades, de garder espoir et de finir par gagner contre la maladie. » **Amélie, participante au Triathlon des Roses de Paris en 2022**

Les entreprises aussi se mobilisent

Cette année encore, les entreprises sont invitées à participer au Triathlon des Roses. L'occasion pour elles de fédérer leurs collaborateurs autour d'une grande cause et d'un défi sportif. En amont de la compétition, les équipes se mobilisent pour collecter des dons et, le jour de l'événement, se retrouvent sur le terrain, plus soudées que jamais.

Modalités de participation pour une entreprise à Paris : 5 000 € de don (ou l'équivalent en sponsoring ou en partenariat média), jusqu'à 6 collaborateurs ; 7 500 €, jusqu'à 15 collaborateurs ; 10 000 €, jusqu'à 24 collaborateurs.

L'édition connectée revient en 2023

Pour la deuxième année consécutive, la Fondation ARC organise également un Triathlon des Roses connecté. Le principe en est simple : il s'agit de réaliser collectivement **le plus grand triathlon de France** en cumulant les kilomètres nagés, pédalés et courus pour tous les participants, partout dans l'Hexagone. Les inscriptions seront ouvertes dès cet été. Le challenge proprement dit se déroulera, quant à lui, du 1^{er} au 31 octobre prochain. **Estelle Fabrice** (ancienne membre de l'équipe de France de cyclisme féminin), **Fanny Leeb** (chanteuse, autrice-compositrice) et **Frédéric Bousquet** (champion du monde de natation) **seront les marraines et le parrain de cette 2^e édition en ligne.**

Sport et cancer : des Français concernés et sensibilisés*

En matière de prévention, il paraît essentiel de promouvoir l'activité sportive : de nombreuses études ont montré que son absence et manque est responsable de 20 % des cancers du sein et qu'une pratique régulière après un diagnostic diminue le risque de récurrence de 24 %.

* Enquête « Sport & Cancer » réalisée par l'Institut Think pour la Fondation ARC auprès de 801 personnes malades ou ayant eu un cancer, issues d'un échantillon représentatif des Français âgés de 40 ans et plus, du 14 au 25 avril 2023.

L'absence de sport
est responsable de
20 %
des cancers
du sein

Une pratique
régulière diminue le
risque de récurrence
de **24 %**

Plus de 8 personnes sur 10 touchées par un cancer sont convaincues qu'il faut bouger pendant la maladie et 86 % sont même persuadées que l'activité physique est recommandée. Elles sont autant à connaître les bénéfices du sport (cardio, efficacité non médicamenteuse, guérison).

Cependant, on peut se demander quelle est la connaissance précise des patients sur les bienfaits de l'activité physique. Mesurent-ils, au-delà de la qualité de vie pendant et après les traitements, l'impact de l'activité physique sur la réduction des récurrences : -24 % dans le cas des cancers du sein et du risque de décès, et -28 % dans les cas des cancers du sein, ainsi que -39 % pour les cancers colorectaux* ? En effet, **un peu moins de 7 personnes interrogées sur 10 connaissent son rôle préventif**, ainsi que ses effets sur la diminution des effets secondaires et sur les risques de récurrence.

Comme le souligne le **docteur Jean-Marc Sène**, médecin spécialisé en sport et santé, ex-médecin de l'équipe de France olympique de judo, l'activité physique est un véritable cotraitement du cancer : *« L'activité physique permet de développer les capacités respiratoires et musculaires, afin de lutter contre la fatigue, tout en améliorant la récupération. Une activité adaptée est importante pendant et après un cancer. Elle améliore la tolérance au traitement et diminue ses effets secondaires. Surtout, il faut savoir que le sport agit fortement sur le risque de récurrence. C'est donc un "médicament" plus que recommandé ! »*

Ces résultats restent encourageants et traduisent une bonne sensibilisation des malades aux bienfaits de l'activité physique. Néanmoins, il s'agit à présent de comprendre pourquoi celle-ci n'est pas davantage prescrite et n'est pas plus intégrée dans les parcours de soins, et quels sont les manques auxquels font face les professionnels de santé pour la prescrire plus largement – manque de moyens, de temps, de formation, etc. Les structures sont pourtant existantes, mais elles gagneraient à être davantage connues afin d'optimiser la mise en place de l'activité physique pendant la maladie. Un réel travail est à mener pour mieux faire le lien entre elles et les professionnels de santé.

L'étude montre également que les principaux moteurs à la pratique du sport sont : **se changer les idées (63 %), se sentir soutenu par ses proches (55 %), se réapproprier son corps (47 %)**. Cependant, les freins à la poursuite d'une activité sportive pendant la maladie restent nombreux, les principaux étant : **la fatigue (68 %)**, ainsi que **les périodes de dépression (37 %)** et **la peur de se blesser (29 %)**.

Si l'on constate **une baisse d'activité pendant la maladie (-9 points vs avant le diagnostic)**, **l'activité sportive est davantage plébiscitée après la maladie (+10 points pour la remise en forme et pour les déplacements à pied, à vélo ou en trottinette)**. Enfin, participer à un défi sportif renforce la résilience du patient, en lui changeant les idées (58 %), en le motivant à bouger (54 %) et à prendre soin de lui (45 %). La motivation, quant à elle, passe par le soutien des proches (55 %), l'aide d'un coach (30 %) ou le fait de bouger en équipe (27 %).

Docteur Caroline Cuvier, spécialiste sport santé, revient sur l'importance d'un événement comme le Triathlon des Roses pour renforcer la motivation des malades et les informer sur les bienfaits de l'activité physique dans le cadre de la maladie : *« Après un cancer, il faut retrouver du muscle, de la force et se réconcilier avec un corps souvent meurtri. Des défis comme le Triathlon des Roses sont l'occasion de médiatiser ce sujet et de rappeler l'importance du sport dans le cadre de la prévention et de la guérison des patientes atteintes d'un cancer du sein. Il est important de faire parler de cette initiative pour attirer l'attention des patients, des familles et du grand public sur les bénéfices de la pratique d'une activité physique adaptée à sa forme, à son âge et à sa maladie. »*

« Mon cancer, c'est du sport ! Les vertus du défi sportif à l'épreuve du cancer »

Face au cancer, les bienfaits de l'activité physique ne sont plus à démontrer, que ce soit pour prévenir la maladie, supporter les traitements et leurs effets secondaires, ou encore limiter les risques de récurrence. Le défi sportif est l'une des formes que peut prendre cette activité. Dans un contexte de lutte contre le cancer, il revêt une importance particulière, entre catalyseur de ressources physiques et mentales décisives, dépassement de soi et moment suspendu, tenant la maladie à distance.

Dans un livret réalisé à l'occasion de cette nouvelle édition du Triathlon des Roses, la Fondation ARC a donné la parole à trois jeunes femmes : **France, Élodie et Amandine**.

Toutes ont connu la maladie, un cancer du sein, et se sont lancées dans un défi sportif, dont le Triathlon des Roses. Elles ont accepté de nous conter leur histoire. Ce dialogue est complété par les éclairages de médecins chercheurs spécialisés dans le sport et la santé, ainsi que par le témoignage du parrain de la course, également sportif invétéré, le journaliste et animateur de l'émission Koh-Lanta, **Denis Brogniart**.

Ce dernier a en effet tenu à rappeler l'importance d'un défi comme le Triathlon des Roses pour les patients et leur entourage : « *Participer à un événement comme le Triathlon des Roses, c'est se lancer un défi personnel, mais le faire avec et pour les autres, c'est rendre un peu de la chance dont on bénéficie depuis de longues années. Le Triathlon des Roses est une course exceptionnelle qui regroupe des jeunes, des moins jeunes, des femmes, des hommes. Certaines participantes ont ou ont eu un cancer du sein et se reconstruisent à travers le sport. Le défi pour elles, c'est d'arriver au bout du parcours avec leur famille et leurs amis. Il s'agit de vivre ensemble cet événement extraordinaire pour réduire l'écart entre les malades et les personnes bien portantes. Une femme qui souffre d'un cancer du sein n'est pas en dehors de la vie, mais pleinement dans la société. Elle a besoin de cette structure commune pour accélérer sa rémission et sa guérison.* »

Retrouvez l'intégralité du témoignage de Denis Brogniart



La Fondation ARC et la lutte contre le cancer du sein

Pour la Fondation ARC, tout part d'une conviction : c'est grâce aux découvertes des chercheuses et des chercheurs que nous finirons par remporter la victoire contre le cancer, tous les cancers. Ces 5 dernières années, la Fondation ARC a financé 207 projets de recherche sur les cancers du sein pour un montant de près de 23 millions d'euros.

Actuellement, elle soutient 6 nouveaux projets de recherche qui visent à mieux comprendre les processus biologiques en jeu dans les cancers du sein les plus agressifs (cancers dits triple-négatifs et métastatiques) et résistants aux traitements actuels, afin de développer de nouvelles stratégies thérapeutiques plus efficaces. Ces projets s'articulent autour de 3 grands axes :

1 - VERS DE NOUVEAUX TRAITEMENTS

Projet FATMAM : Rôle des adipocytes mammaires dans l'agressivité des cancers du sein triple-négatifs

Porteur de projet : Camille Attané, Institut de pharmacologie et de biologie structurale, Toulouse.

Comprendre comment certaines cellules cancéreuses triple-négatives récupèrent de l'énergie à partir de lipides produits par des cellules graisseuses. Trouver les clés pour, à terme, interrompre ce processus de détournement favorable à l'agressivité du cancer et sa résistance aux traitements.

« Le soutien de la Fondation ARC est essentiel pour la recherche en cancérologie en France. Les projets financés par la Fondation ARC permettent une meilleure compréhension des mécanismes complexes impliqués dans l'évolution des cancers. Ceci permet d'identifier de nouveaux marqueurs essentiels à la détection précoce des cancers mais aussi de proposer de nouvelles thérapies de plus en plus ciblées et efficaces. » **Camille Attané, Institut de pharmacologie et de biologie structurale, Toulouse.**

Projet DIAPRODENMIC : Identification d'un dialogue protecteur entre les cellules dendritiques et le microenvironnement tumoral dans le cancer du sein

Porteur de projet : Marc Dalod, Centre d'immunologie de Marseille-Luminy, Marseille.

Pour jouer leur rôle de lanceuses d'alerte déclenchant la réaction immunitaire anticancéreuse, les cellules dendritiques doivent être mises en action par une série de mécanismes. Le projet s'intéresse à l'un d'entre eux, récemment découvert, qui permettrait de concevoir une immunothérapie innovante contre les cancers du sein triple-négatifs.

« La Fondation ARC joue un rôle clé dans l'écosystème français de la recherche sur le cancer. » **Marc Dalod, Centre d'immunologie de Marseille-Luminy, Marseille.**

2 - LUTTER CONTRE LES MÉTASTASES

Projet I-COMET : Étude du contrôle des métastases par l'immunothérapie

Porteur de projet : Nadège Bercovici, Institut Cochin, Paris.

Une immunothérapie montre en laboratoire une efficacité contre la survenue de métastases pulmonaires issues de cancers du sein triple négatifs.

Ce résultat est positif à deux titres : il est en soi l'ouverture d'une nouvelle piste thérapeutique, et il ouvre un nouveau champ décisif pour mieux comprendre comment lutter contre ces métastases, auquel s'attelle ce projet.

« Grâce à ce projet, nous voulons ouvrir la voie à de nouvelles stratégies d'immunothérapie qui garantiront une meilleure qualité de vie avec des traitements de faible toxicité qui protègent les patients sur le long terme. » **Nadège Bercovici, Institut Cochin, Paris**

Projet MÉNINE : Étude des vésicules extracellulaires cancéreuses, ces messagers qui préparent le terrain pour les métastases

Porteur de projet : Vincent Hyenne, Centre de recherche en biomédecine, Strasbourg.

Des vésicules propagées par des cancers du sein triple-négatifs génèrent la formation de métastases dans les poumons. Ce projet vise à étudier comment ces vésicules mobilisent le système immunitaire dans les poumons pour y générer une inflammation favorable au développement de métastases. Les résultats attendus de ce projet devraient permettre de comprendre comment contrer ce détournement pour mieux prévenir la formation de métastases pulmonaires de ces cancers du sein.

« *Si notre étude porte ses fruits, nous pourrions imaginer de nouvelles stratégies thérapeutiques antimétastatiques. Ces thérapies pourraient être utilisées pour traiter des patients diagnostiqués avec une tumeur primaire, avant l'apparition de métastases.* » **Vincent Hyenne, Centre de recherche en biomédecine, Strasbourg.**

3 - CONTRER LES RÉSISTANCES AUX TRAITEMENTS

Projet HISTOTRAP : Étude des mécanismes cellulaires modulant l'efficacité des traitements à base d'inhibiteurs de PARP utilisés contre les tumeurs avec altérations BRCA

Porteur de projet : Sébastien Huet, Institut de génétique et développement de Rennes.

Une thérapie ciblant une protéine impliquée dans un mécanisme de réparation de l'ADN semblait à fort potentiel pour le traitement de cancer du sein chez des femmes ayant des mutations des gènes BRCA1 et BRCA2. Malheureusement, cette stratégie n'est pas efficace sur le long terme, ces deux projets visent donc à renforcer et à maintenir son effet anticancer par des approches complémentaires.

« *La Fondation ARC soutient à la fois des projets appliqués et plus fondamentaux, permettant ainsi non seulement d'accompagner les développements actuels dans le traitement du cancer mais aussi de favoriser l'émergence à moyen terme de nouvelles thérapies innovantes.* » **Sébastien Huet, Institut de génétique et développement de Rennes, Rennes.**

Projet METEOR : Cibler les protéines arginines méthyltransférases pour contrer les résistances aux traitements dans le cancer du sein triple-négatif

Porteur de projet : Muriel Le Romancer, Centre de recherche en cancérologie de Lyon.

« *Le soutien des travaux de recherche par la Fondation ARC est fondamental car il participe activement à l'évolution des connaissances, à l'innovation scientifique et surtout à l'accélération du développement de nouveaux traitements.* » **Muriel Le Romancer, Centre de recherche en cancérologie de Lyon.**

LE TRIATHLON DES ROSES EN CHIFFRES

Édition 2022

Paris : près de 600 participants
+ une centaine de bénévoles
Toulouse : près de 500 participants
+ une centaine de bénévoles
Antibes : plus de 200 participants
+ 70 bénévoles
Édition connectée :
près de 750 participants
Plus de 436 000 € collectés
pour la recherche
sur le cancer du sein

Prévisions 2023

Paris : 600 participants
Toulouse : 500 participants
Lyon : plus de 200 participants
Antibes : près de 300 participants
Nantes : plus de 200 participants
Objectif de collecte :
dépasser les 500 000 €

LE CALENDRIER COMPLET DE L'ÉVÉNEMENT

- **Samedi 16 septembre : PARIS (La Faisanderie, Domaine national de Saint-Cloud)**
Organisé avec le Stade Français et en partenariat avec la Ligue IDF de Triathlon
Parrain de l'événement : Denis Brogniart
200 m de natation, 8 km de vélo, 5 km de course à pied
- **Dimanche 24 septembre : TOULOUSE (Les Argoulets)**
Organisé avec le Toulouse Triathlon et en partenariat avec la Ligue Occitanie de Triathlon
100 m de natation, 6 km de vélo, 2 km de course à pied
- **Dimanche 8 octobre : LYON (grand parc Miribel Jonage)**
Organisé avec le Lugdunum Triathlon Club
et en partenariat avec la Ligue Auvergne-Rhône-Alpes de Triathlon
200 m de natation, 10 km de vélo, 2,5 km de course à pied
- **Dimanche 22 octobre : ANTIBES (La Salis)**
Organisé avec Antibes Triathlon et en partenariat avec la mairie d'Antibes Juan-les-Pins
200 m de natation, 7,5 km de vélo, 3 km de course à pied
- **Dimanche 22 octobre : NANTES (piscine Léo Lagrange)**
Organisé avec le Triathlon Club Nantais
et en partenariat avec la Ligue de Triathlon des Pays de la Loire,
100 m de natation, 6 km de vélo, 3 km de course à pied

DONS ET INSCRIPTIONS

paris.triathlondesroses.fr
toulouse.triathlondesroses.fr
lyon.triathlondesroses.fr
antibes.triathlondesroses.fr
nantes.triathlondesroses.fr





Fondation
pour la **recherche**
sur le **cancer**

À PROPOS DE LA FONDATION ARC

Pour la Fondation ARC, tout part d'une conviction : la recherche vaincra le cancer. C'est grâce aux découvertes des chercheuses et des chercheurs que nous finirons par remporter la victoire.

Sa mission au quotidien est de libérer l'extraordinaire potentiel de la recherche française en cancérologie en lui apportant un soutien stratégique matériel et humain.

Contact Presse

@FHCOM
01 55 34 24 24
frederic.henry@fhcom.net - 06 20 83 23 73

 facebook.com/ARCcancer
 [@FondationARC](https://www.instagram.com/FondationARC)
 www.fondation-arc.org