



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 es una organización caritativa del Reino Unido que recauda dinero y despierta conciencia acerca de las asociaciones caritativas relacionadas con el cáncer, con los objetivos siguientes:

1. Inspirar a personas normales a adoptar estilos de vida más sanos para reducir el riesgo de contraer cáncer.
2. Recaudar hasta £1 millón para las asociaciones caritativas relacionadas con el cáncer.

“Queremos mostrar que la gente normal puede hacer cosas extraordinarias”



**CANCER
RESEARCH
UK**



**Countess
Mountbatten
Hospice
Charity**

Registered Charity Number: 1123304

La historia hasta ahora

En los últimos 6 años hemos organizado varias marchas ciclistas, tanto viajes cortos de masas como vueltas de larga distancia, por varias partes de Europa. De paso hemos recaudado más de £300,000 para las caridades que luchan contra el cáncer.

2009 - Se estableció Inspired Living

2010 - 33 ciclistas (y equipo de apoyo) viajan de Winchester a Gibraltar, esto coordinado con un viaje de masas con más de 200 ciclistas yendo de Winchester a Portsmouth

2011 – 14 ciclistas (y equipo de apoyo) cruzan Italia ‘de arriba abajo’

2012 – 31 ciclistas (y equipo de apoyo) viajan de Andover a Venecia

2014 – 50 ciclistas (y equipo de apoyo) viajan de Melksham a Monte-Carlo

2016 – 50 ciclistas (y equipo de apoyo) van de Winchester a Roma

Descubrir más

Hay mucha más información en nuestra página web

www.inspiredliving.org.uk

¿Por qué hacemos esto?

1. El ciclismo es una metáfora de la vida – estamos todos en un viaje
2. Para luchar contra la adversidad del cáncer con el positivismo
3. Para promover un mensaje convincente sobre la importancia de la salud – factores de la dieta, el ejercicio y el estilo de vida
4. Al mejorar la nutrición y aumentar la actividad física se reduce el riesgo de cáncer y apoplejía.

Barcelona 2019

El jueves 5 de septiembre 37 ciclistas viajarán en bici por Francia y España llegando a Barcelona el sábado 14 de septiembre por la tarde. 5 días en bici y una distancia de más de 750 millas/ 1,200 km.

La vuelta estará apoyada completamente, lo que permitirá a los ciclistas viajar ligeros con sus equipajes en los vehículos de apoyo.

Cada día el equipo de apoyo organizará paradas después de aproximadamente 30 y 60 millas, donde proporcionará a los ciclistas comida y bebida.

Los ciclistas cubrirán sus propios gastos para este desafío, o serán cubiertos por su empleador, lo que permitirá que todos los ingresos de las donaciones recaudadas sean donados a Cancer Research UK y ‘Countess Mountbatten Hospice’.