STRIDE

Le média qui run au féminin

STRIDE
Le média qui run au féminin

LE CONSTAT

Un angle encore trop peu exploré

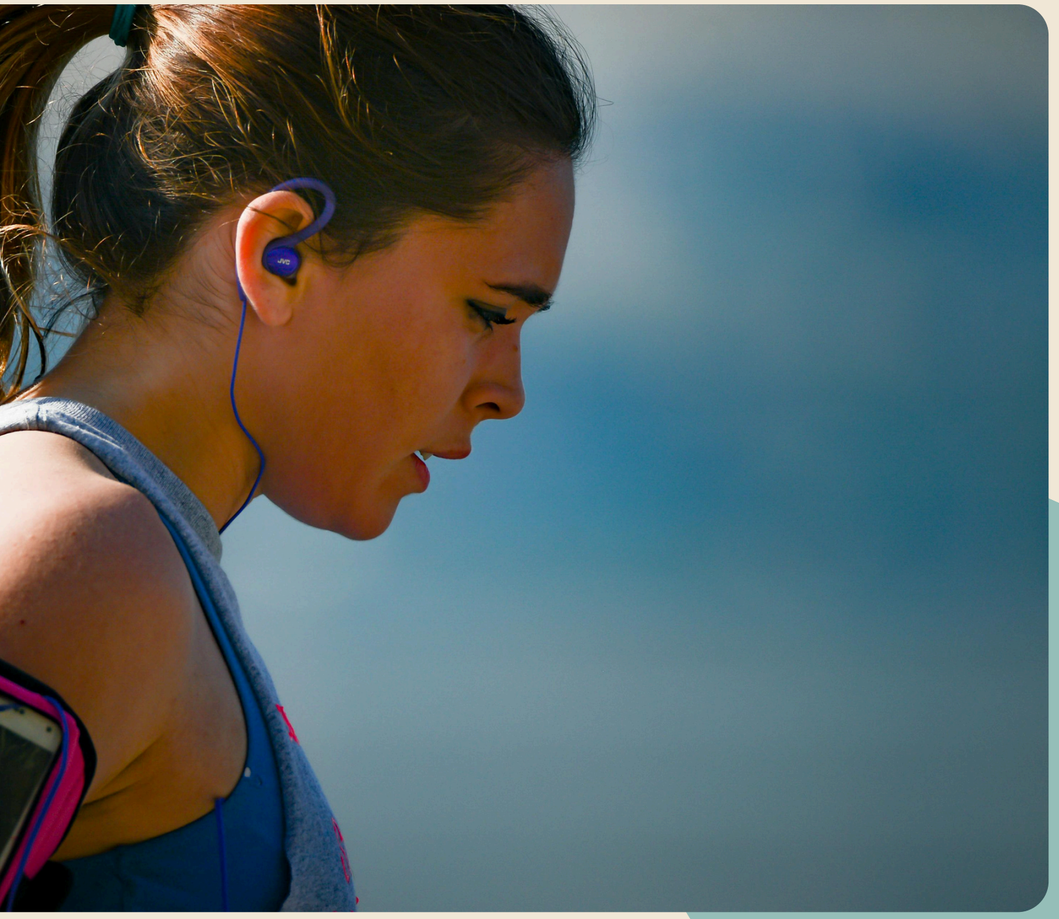
Le corps des femmes dans le sport reste encore largement sous-représenté et insuffisamment pris en compte.
Dans la course à pied, les contenus, les conseils et les approches sont souvent pensés de manière universelle, sans intégrer les spécificités physiologiques et les réalités vécues par les femmes.
Grossesse, post-partum, cycle menstruel, pathologies comme l'endométriose ou le SOPK : ces sujets restent encore trop peu visibles, ou mal traités.
Résultat : un manque d'information fiable, et une pratique parfois inadaptée.



STRIDE
Le média qui run au féminin

LA VISION

Faire évoluer l'image du sport féminin



Stride est né d'une volonté simple :
proposer une approche plus juste, plus informée et plus inclusive de la course à pied.
En donnant la parole à des professionnels de santé et en abordant des sujets souvent laissés de côté, Stride souhaite permettre aux femmes de mieux comprendre leur corps, pour adapter leur pratique (et non l'inverse).
Parce que courir ne devrait pas signifier s'adapter à un modèle qui n'a pas été pensé pour soi.

→

STRIDE
Le média qui run au féminin

LE CONCEPT

un média, plusieurs formats

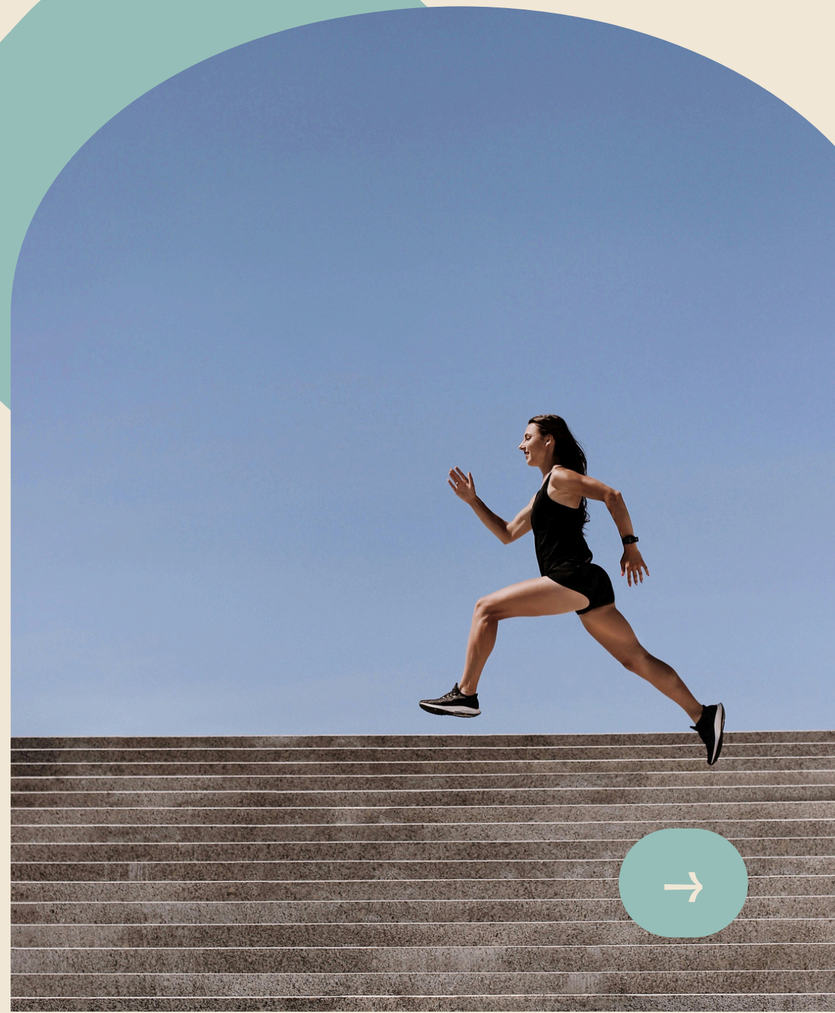
Stride se construit comme un média digital complet, à la croisée de l'information, de l'expérience et de l'accompagnement.

BLOG ÉDITORIAL
Articles et interviews de professionnels (kiné, médecins, nutritionnistes)

RÉSEAUX SOCIAUX
Contenus pédagogiques, accessibles et engageants

RESSOURCES PRATIQUES
Outils téléchargeables pour accompagner la pratique

TESTS & RETOURS TERRAIN
Équipement et solutions adaptées aux femmes



STRIDE
Le média qui run au féminin

SUJETS ABORDÉS

un positionnement clair et engagé



Stride explore la course à pied à travers le prisme du corps féminin et de ses spécificités.

- **GROSSESSE & POST-PARTUM**
- **CYCLE MENSTRUEL & PERFORMANCE**
- **ENDOMÉTRIOSE, SOPK ET PRATIQUE SPORTIVE**
- **PRÉVENTION DES BLESSURES**
- **RAPPORT AU CORPS**
- **CHARGE MENTALE**
- **ETC...**

→

STRIDE
Le média qui run au féminin

OPPORTUNITÉ DE COLLABORATION



Stride accompagne les marques, événements et acteurs du sport qui souhaitent s'adresser et s'engager auprès des femmes.

- **CRÉATION DE CONTENU (BLOG & RÉSEAUX SOCIAUX)**
- **TEST & MISE EN AVANT DE VOS PRODUITS**
- **COUVERTURE DE VOTRE ÉVÈNEMENT**
- **INTERVENTION & CAMPAGNE DE SENSIBILISATION**

Chaque collaboration est pensée pour produire un contenu utile qui résonne auprès de sportives, débutantes ou plus confirmées.

→

NOUS CONTACTER

Envie de participer à faire évoluer la place des femmes dans le sport ?
Discutons-en !



contact@shestride.fr

shestride.fr

STRIDE
Le kit média

UN MÉDIA À 360°

Axe éditorial



Articles et interviews de professionnels de santé (kiné, médecins, nutritionnistes) pour informer et accompagner la pratique du running féminin.

Expérience & resources



Formats pédagogiques et engageants sur Instagram pour sensibiliser, informer et créer une communauté autour du running féminin.

contenu digital



Tests produits, contenus pratiques et outils téléchargeables pour accompagner les femmes dans leur pratique au quotidien.

→