



# Invitation presse

Jeudi 9 janvier 2025

## Grenoble soutient le Veganuary ! Départ du second marathon

**Mercredi 15 janvier à 13h45**

► **Parvis de l'Hôtel de Ville, côté parc Paul Mistral**

En présence de

- **Eric Piolle**, Maire de Grenoble
- **Sandra Krief**, Adjointe au Secteur 4 et à la Condition Animale
- **Guillaume Koudlansky de Lustrac**, athlète

Grenoble s'associe à L214, à l'Association Végétarienne de France (AVF) et au Plan Based Treaty et pour promouvoir l'alimentation végétale. Né il y a plus de 10 ans au Royaume-Uni, le Veganuary, contraction de « **vegan** » et « **january** » est un défi qui invite tout le monde à tester l'alimentation végétale pendant 1 mois.

Ce mardi, l'athlète d'ultra-endurance végétalien Guillaume Koudlansky de Lustrac débutera un quadruple marathon en quatre jours. Il rencontrera mercredi Eric Piolle et Sandra Krief avant de commencer le second.

### Inciter à faire un mois végétalien

La Ville a lancé une campagne de communication «Et si on testait l'alimentation végétale ?» sur son [site internet](#), par affichage en ville et sur les réseaux sociaux. La Ville de Rouen participe aussi cette année. En janvier 2024, on estimait à 25 millions le nombre de personnes ayant relevé le challenge du Veganuary dans le monde.

### Une campagne pour les animaux, la planète et la santé #VeganuaryGrenoble2025

Pourtant meilleure pour l'environnement, les animaux et la santé, l'alimentation végétale souffre encore de nombreux clichés. Pourtant, elle est plébiscitée par de grands sportifs. Ainsi, la Ville de Grenoble et les associations partenaires mettent au défi Guillaume Koudlansky de Lustrac, athlète d'ultra-endurance végétalien. Celui-ci réalisera **4 marathons à travers les massifs grenoblois en 4 jours, du 14 au 18 janvier 2025.**

Détenteur du record mondial du marathon couru à l'envers, inscrit au Guinness Book dans la catégorie du plus



Grâce au défi Veganuary, explorez la cuisine végétale ! Participez au challenge sur [veganuary2025.fr](#)

L214.  
x  
VEGANUARY

grand dessin GPS réalisé à vélo – en représentant les anneaux Olympiques sur une distance de 2 196 kilomètres, Guillaume Koudlansky de Lustrac est la preuve vivante qu'on peut enchaîner les succès sportifs avec une alimentation dénuée de produits issus de l'exploitation animale.

Le premier marathon aura lieu dans le Vercors. Le second aura lieu le 15 janvier dans le Taillefer avec un lancement à l'Hôtel de ville. Le troisième aura lieu le 16 janvier en Chartreuse et le quatrième le 17 janvier dans le massif de Belledone. Chaque étape de ce parcours sportif se terminera dans un refuge ou un restaurant où un repas 100% végétal sera partagé.

***Le samedi 18 janvier, un mini-marché végétal aura lieu de 10h à 16h sur la place Félix Poulat.***

Objectif : dissiper les mythes autour du véganisme, notamment l'idée qu'il entraîne fatigue et carences, tout en soulignant ses avantages pour le bien-être animal, la santé humaine et la protection de l'environnement. En effet, l'élevage étant une des principales causes de réchauffement climatique et de maltraitance animale, consommer végétal est le moyen le plus efficace pour protéger les animaux tout en réduisant notre empreinte carbone.



Photo : Nicolas Eymard

# 4 MARATHONS EN 4 JOURS : LE DÉFI

**Guillaume Koudlansky  
de Lustrac**  
athlète végétalien d'ultra-endurance

**VEGANUARY**  
VILLE DE GRENOBLE  
20  
25

Suivez-nous sur les réseaux  
**#VEGANUARYGRENOBLE2025**

