

# HÉLINE DE SOUZA

ULTRA TRAILEUSE



# SOMMAIRE



01 **À PROPOS**

---

02 **PALMARÈS**

---

03 **OBJECTIFS**

---

04 **STATISTIQUES**

---

05 **EXPERTISES**

---

06 **COLLABORATIONS**

---

07 **CONTACT**

---



# À PROPOS

Je m'appelle Héline de Souza, j'ai 29 ans et je suis traileuse et ultra-traileuse basée à Digne-les-Bains, dans les Alpes-de-Haute-Provence.

Je pratique la course à pied avec une spécialisation dans les courses d'ultra-endurance, notamment en environnement désertique.

À travers mes aventures sportives, je partage bien plus que des performances : je raconte des expériences humaines, des voyages, et des histoires authentiques.

Je cours pour vivre des aventures uniques, découvrir le monde, et repousser mes limites physiques et mentales.

Mes valeurs :

- dépassement de soi
- authenticité
- simplicité
- aventure humaine
- partage



# PALMARÉS



**HALF MARATHON DES  
SABLES 100 KM**



**TRAIL CHECHAOUEN  
80 KM**

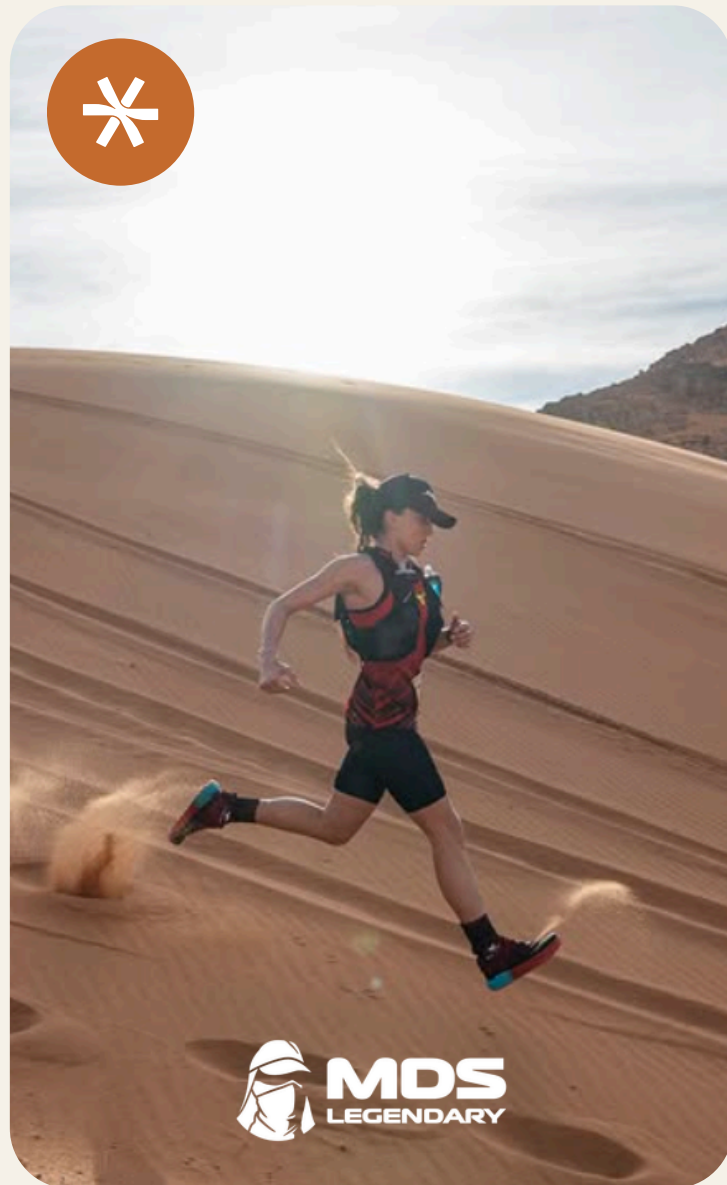


**ULTRA MIRAGE  
100 KM**



**SAHARA DESERT TRAIL  
MOROCCO  
132 KM**

# OBJECTIF 2026



## MARATHON DES SABLES LEGENDARY

270 km | Sahara | Auto-suffisance alimentaire

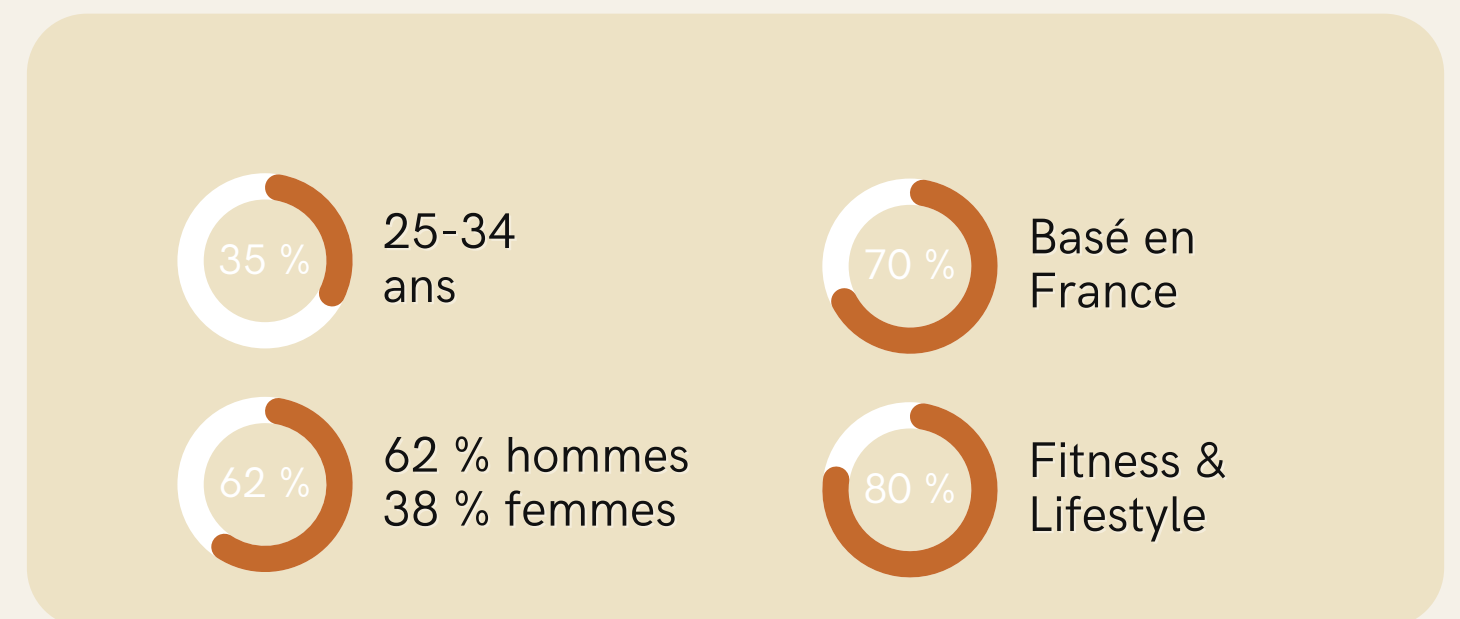
En avril 2026, je prendrai le départ du Marathon des Sables Legendary, une course mythique de 270 km en autonomie complète à travers le désert marocain.

Ce défi représente une étape majeure dans mon parcours d'ultra-traileuse spécialisée dans les environnements désertiques. Au-delà de la performance sportive, ce projet est une aventure humaine et mentale, qui me permettra de partager un contenu immersif et authentique au cœur de conditions extrêmes.

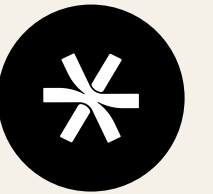
À travers cette expérience, mon objectif est d'inspirer, de transmettre et de valoriser les marques partenaires dans un environnement unique et engageant.



# AUDIENCE & STATISTIQUES



# EXPERTISES



## Création de contenu :

- Reels Instagram
- Stories immersives
- Photographie sportive et lifestyle
- Storytelling authentique
- Tests produits en conditions réelles

## Compétences digitales :

- Création visuelle Canva
- Communication digitale
- Valorisation de marque
- Création de contenu engageant

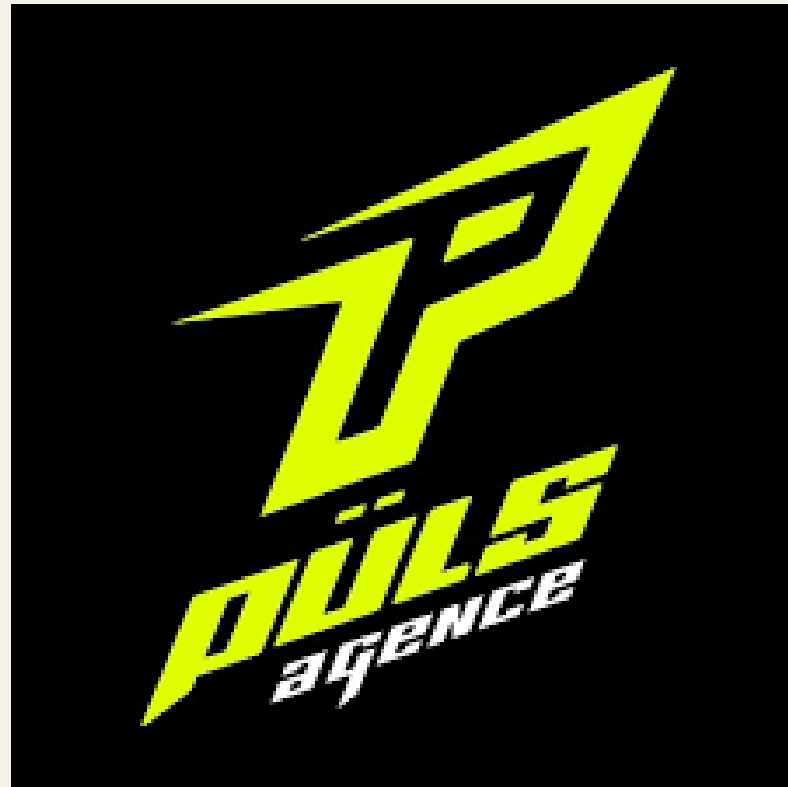
# COLLABS



J'ai collaboré avec plusieurs marques reconnues dans l'univers du sport et de la nutrition, en créant du contenu authentique, immersif et engageant, mettant en valeur leurs produits dans des conditions réelles.



# CONTACT



contact@puls-agency.com

---

puls-agency.com

---

@heeeeline

---

06.37.31.72.60

---