



GUIDE

DU COUREUR
DU MARCHEUR



Sommaire

1

Accès
et horaires

2

Retrait
des dossards

3

Le village
des coureurs

4

Le parcours
10 km

5

Le parcours
1.5 km et 5 km

6

Le village
des partenaires



Accès et horaires

Rejoindre l'Hôtel national des Invalides



M 8 Invalides ou La Tour-Maubourg

13 Varenne

RER C Invalides

Pour l'ensemble des courses et pour la marche, la zone de départ et d'arrivée est place Vauban.



Je suis coureur

10
km

09:15 ▶ Accès SAS
09:30 ▶ Élite
09:35 ▶ Départ
10:30 ▶ Podium

1.5
km

Course familiale

11:15 ▶ Accès SAS
11:30 ▶ Départ
12:00 ▶ Podium

5
km

11:40 ▶ Accès SAS
12:00 ▶ Départ
12:30 ▶ Podium



Je suis marcheur

1.5
km

Marche solidaire

14:00 ▶ départ de la marche



Retrait des dossards

Où et quand retirer votre dossard ?

(uniquement pour les coureurs)



Le stand pour retirer votre dossard et votre tee-shirt est à l'entrée Sud de l'Hôtel national des Invalides.

L'accès se fait par la place Vauban – 75007 Paris.

Nous vous donnons rendez-vous :

- ▶ jeudi 7 mai de 14:00 à 17:45
- ▶ vendredi 8 mai de 10:00 à 17:45
- ▶ samedi 9 mai de 10:00 à 17:45



**Aucun retrait de dossard
le dimanche 10 mai !**

Cas 1 : vous venez chercher votre propre dossard

- ▶ Votre pièce d'identité vous sera demandée au point retrait.

Cas 2 : si votre dossard est perçu par une tierce personne

- ▶ Elle devra présenter votre pièce d'identité.

Plan d'accès



Votre certificat médical ou votre attestation Parcours Prévention Santé doivent être déposés sur la plateforme d'inscription [en ligne](#).

Si vous n'avez pas pu le faire, il sera à présenter lors du retrait de votre dossard*.

*Certificat médical ou votre attestation Parcours Prévention Santé ou votre licence sportive FFA.

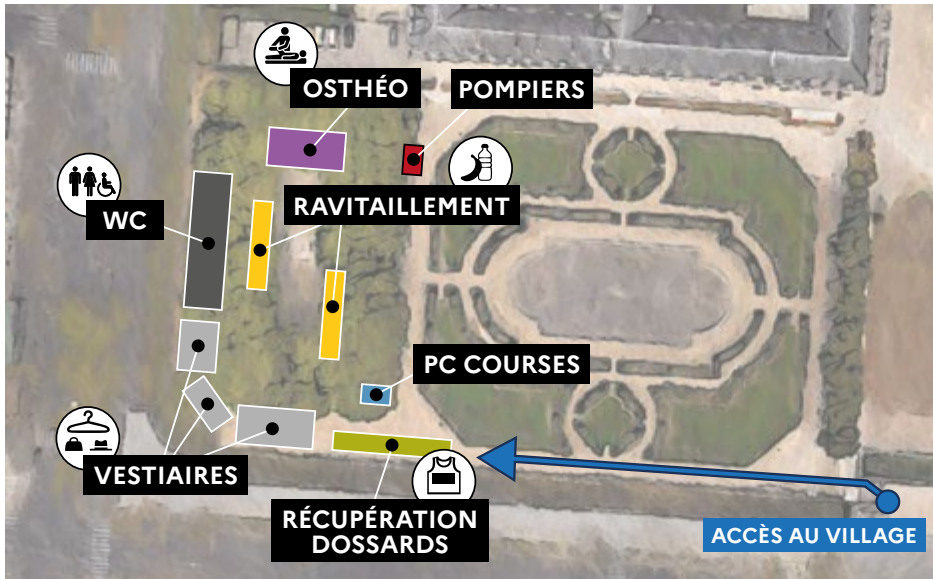


Le village des coureurs



L'accès au village des coureurs est strictement réservé aux participants des courses de 10 km, 5 km et 1.5 km. Vous y trouverez :

- ▶ des sanitaires ;
- ▶ des vestiaires pour déposer vos sacs (places limitées) ;
- ▶ une tente de soin avec des ostéopathes ;
- ▶ un ravitaillement en eau et en fruits.



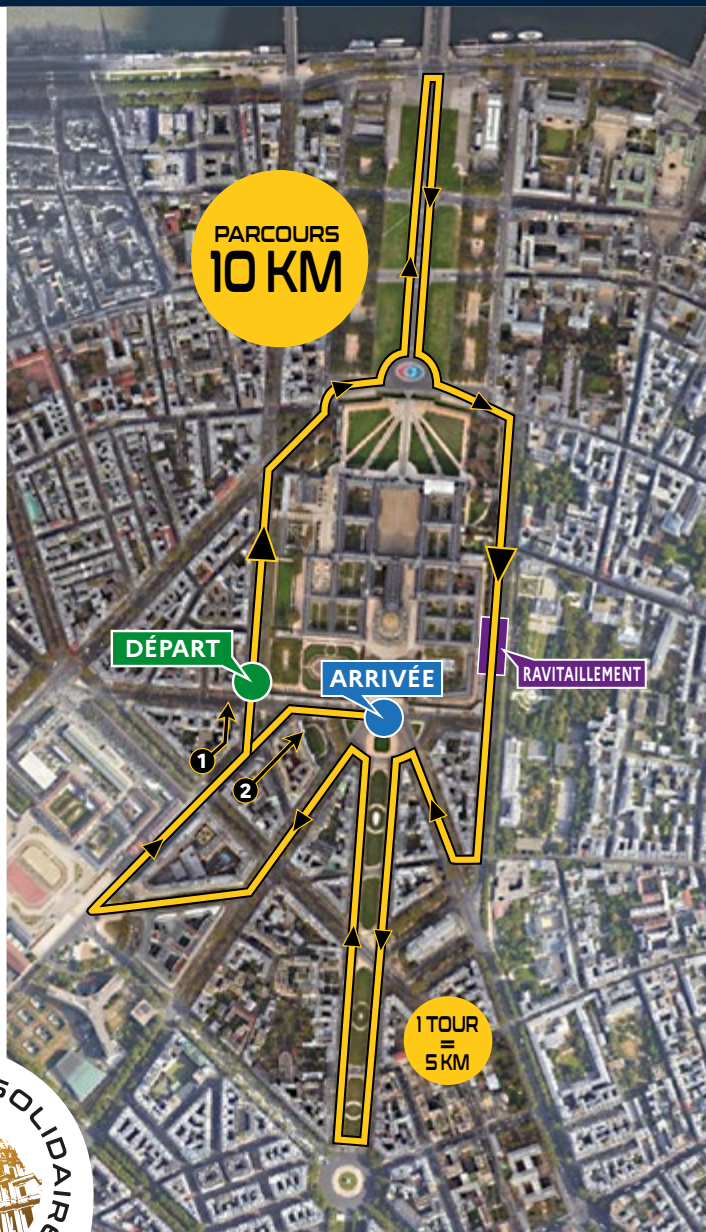
Chaque dossard est pucé et initialisé automatiquement dès la ligne de départ franchie afin de connaître votre temps.



Ne pliez pas le dossard au risque d'endommager votre puce.

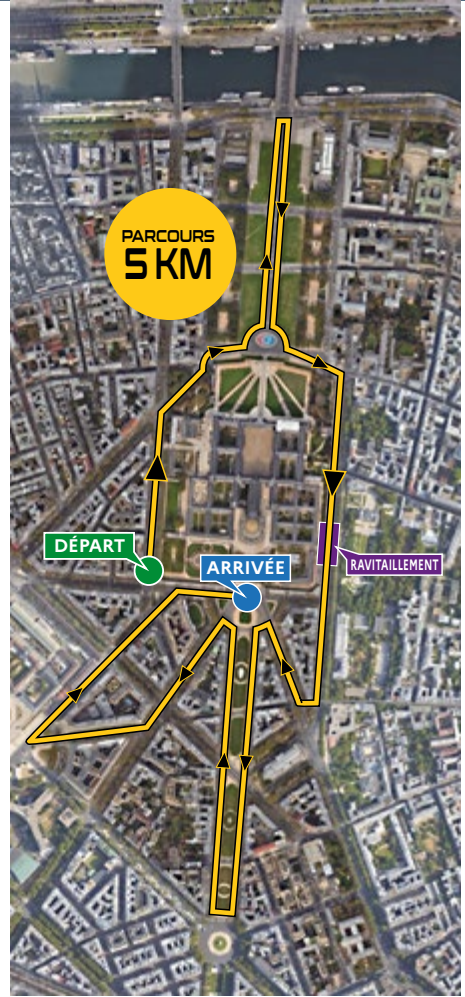
4

Le parcours 10 km



5

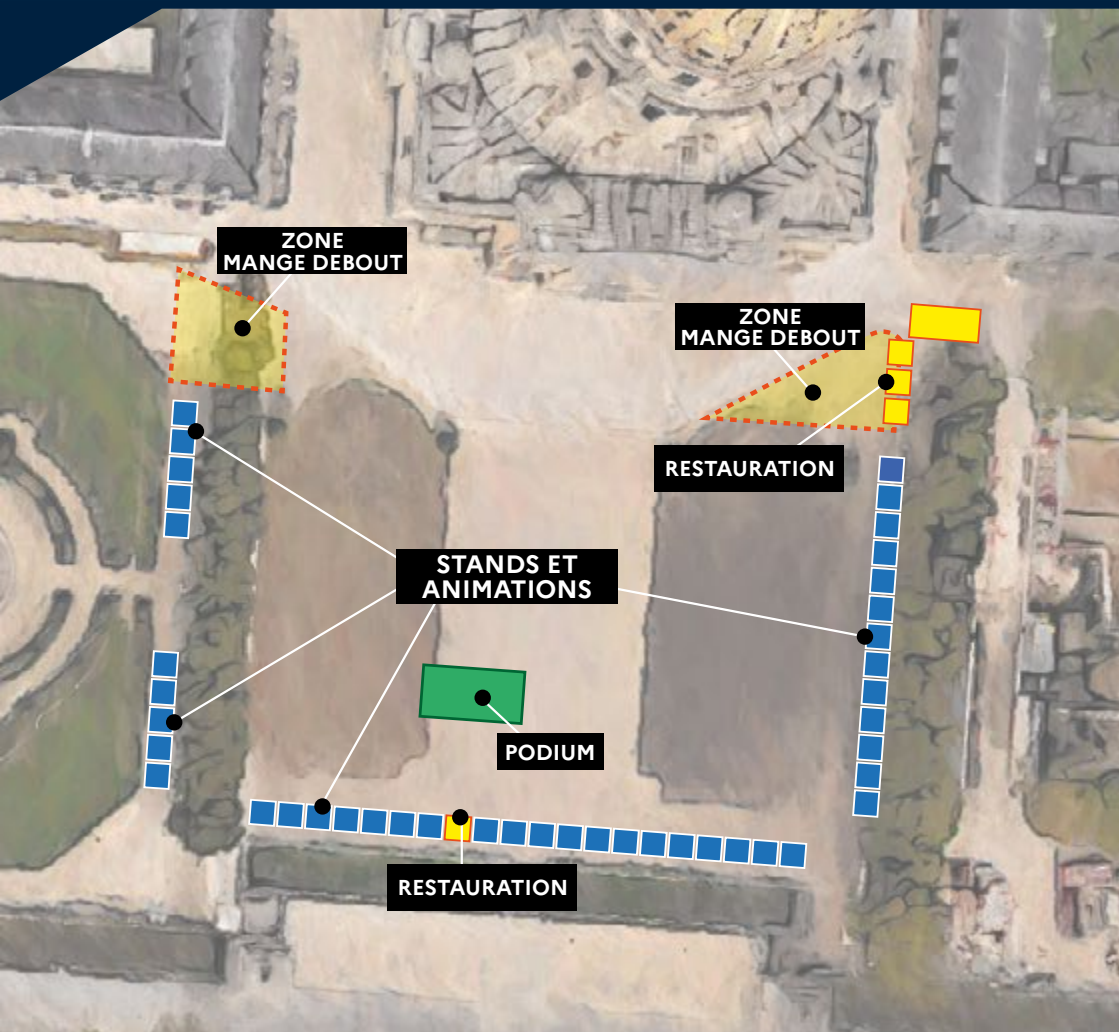
Le parcours 1.5 km et 5 km



Courez en musique grâce aux nombreuses formations musicales présentes tout au long du parcours !

6

Le village des partenaires



Remerciements



www.gouv-mili-paris-courses-solidaires.fr