

6^{ÈME} ÉDITION

14 AVRIL
2024

RENNES

Urban Trail[®]

COURONS TOUS EN TÊTE!
1 COUREUR
= 2€
AU PROFIT des
NEUROSCIENCES
* Versés à l'INCR par Bretagne Atlantique Ambition

3 PARCOURS

7KM

14KM

24KM

CHALLENGE ENTREPRISES 

UNE TRAVERSÉE UNIQUE DE LA CAPITALE DE LA BRETAGNE

URBAN GUIDE

// ÉDITOS

L'Urban Trail revient pour une 6^e édition particulièrement attendue. Avec son parcours atypique à travers les monuments historiques de Rennes, ce grand événement fait désormais partie des rendez-vous annuels qui rythment la vie sportive de notre ville. Plus de 10 000 coureuses et coureurs ont participé à la dernière édition de ce défi hors norme. Cette année encore, la rapidité des inscriptions a battu des records, preuve que les parcours pensés pour allier sport et découverte de notre patrimoine architectural séduisent considérablement ! 7, 14 ou 24 km, challenge entreprises ou bénévolat : autant de formules proposées pour participer à un moment de partage, joyeux et solidaire, dont les bénéfices sont reversés à la recherche en neurologie. Je tiens à remercier l'ensemble des organisateurs, bénévoles et partenaires qui donnent vie à cette manifestation sportive et culturelle, et célèbrent les bienfaits du dépassement de soi et le sens du collectif.



*Nathalie APPÉRÉ,
Maire de Rennes
et Frédéric BOURCIER,
Conseiller Municipal délégué
aux Sports*

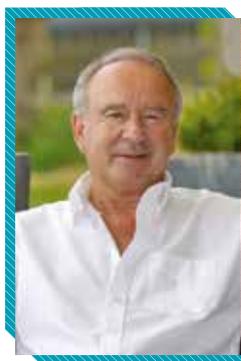


RENNES, 1^{ER} URBAN TRAIL DE FRANCE !

Si Rennes n'est pas la première ville de France, son Urban Trail peut quant à lui, avec plus de 12 000 participants, se targuer du titre de premier de France. Une distinction qui l'honore et qui met en avant la formidable vitalité de ce grand événement sportif qui, le 14 avril prochain, vivra sa 6^{ème} édition. Au travers de nos trois courses, nous visiterons cette année plus de 35 sites et monuments rennais dont pour la première fois la prison Jacques Cartier, le Théâtre National de Bretagne, la Maison des Compagnons du Devoir ou encore la Maison Saint-Cyr. Des parcours inédits, conçus avec soin, qui associent intérêt sportif et intérêt patrimonial pour conforter l'immense succès de ce qui est devenu en peu d'années l'incontournable rendez-vous rennais.

Enfin n'oublions pas que comme son grand frère le Marathon Vert, pour le Rennes Urban Trail cette année encore sportivité et popularité rimeront avec générosité et solidarité, puisque nous espérons dépasser la somme de 25 000 € (2 €/inscription individuelle et 15 €/équipe) collectée pour aider la recherche en neurosciences.

Je souhaite donc un grand succès à notre sixième Urban Trail, beaucoup de plaisir et de découvertes à ses nombreux participants et j'adresse du fond du cœur un grand merci à tous les bénévoles qui assurent sa réussite.



*Daniel JEULIN
Fondateur du Marathon Vert
et du Rennes Urban Trail*



// SOMMAIRE

Programme p.4

Infos pratiques..... p.5-6

Nouveaux lieux.....p.7 à 9

Les marches p.10

Parcours du 7 km..... p.11

Parcours du 14 km p.12

Parcours du 24 km p.13

Les challenges..... p.14

L'engagement au profit
des neurosciences BAA & INCR..... p.15

Merci à nos bénévoles p.16

Merci à nos partenaires..... p.17



// PROGRAMME

VENDREDI 12 ET SAMEDI 13 AVRIL 2024

Retrait des dossards au **Couvent des Jacobins**
de 10h à 19h

DIMANCHE 14 AVRIL 2024

HORAIRES DES DÉPARTS

8h30 & 9h00 7 km	10h00 & 10h45 14 km	12h00 24 km
------------------------------------	---------------------------------------	-----------------------

PROGRAMME DÉTAILLÉ

- 7h45** : ouverture des consignes pour le 7 km
- 8h00** : échauffement (Orange Bleue)
- 8h30** : 1^{er} départ du 7 km
- 8h30** : échauffement (Orange Bleue)
- 9h00** : 2^{ème} départ du 7 km
- 9h15** : ouverture des consignes pour le 14 km
- 9h30** : échauffement (Orange Bleue)
- 10h00** : 1^{er} départ du 14 km
- 10h15** : échauffement (Orange Bleue)
- 10h45** : 2^{ème} départ du 14 km
- 11h15** : ouverture des consignes pour le 24 km
- 11h30** : échauffement (Orange Bleue)
- 12h00** : départ du 24 km

PODIUMS

Les 3 premiers hommes, 3 premières femmes et les premiers de chaque catégorie seront récompensés.

- 11h00** : remise des récompenses pour le 7 km
- 12h30** : remise des récompenses pour le 14 km
- 14h15** : remise des récompenses pour le 24 km,
le challenge du meilleur grimpeur et
le challenge entreprises

ACCÈS AU RETRAIT DES DOSSARDS ET À LA COURSE

RETRAIT DES DOSSARDS

Vous pouvez accéder au Couvent des Jacobins via la ligne de métro A arrêt station Sainte-Anne. Deux parkings sont à proximité : le parking des Lices et le parking Chézy-Dinan.

ACCÈS À LA COURSE

Vous pouvez accéder au départ et à l'arrivée de la course, Mail François Mitterrand, via la ligne A du métro arrêt station République (7 min de marche).

Aucun stationnement possible sur le Mail F. Mitterrand le jour de la course.



// INFOS PRATIQUES



LES RAVITAILLEMENTS

Plusieurs ravitaillements vous seront proposés sur le parcours : un ravitaillement sur le 14 km au niveau du 9^{ème} km à Saint-Vincent Providence et deux ravitaillements sur le 24 km au niveau du 8^{ème} km dans la Prison Jacques-Cartier et du 14^{ème} km à Saint-Vincent Providence.

Un ravitaillement à l'arrivée sera prévu pour les 3 courses.



LE CHRONO

Chaque coureur doit porter son dossard (face visible) sur le devant et veiller à ne pas perdre la puce présente sur le dossard. Tout abandon doit être indiqué aux signaleurs présents sur le parcours ainsi qu'au chrono à l'arrivée.



L'APPLICATION

L'application Rennes Urban Trail permet d'être au fait de toutes les actualités relatives à l'événement, d'être informé des nouvelles annonces de lieux traversés sur le parcours, de consulter toutes les informations pratiques de manière digitale et intuitive et ainsi de préparer au mieux sa course. Vous serez notifiés de toutes les informations indispensables pour profiter pleinement de votre expérience coureur.

Retrouvez également les résultats des courses en direct !



LES STANDS PHOTOS

Venez-vous prendre en photo aux stands photos à l'arrivée de la course et récupérez votre photo instantanément et gratuitement ! Merci à notre partenaire officiel Ouest-France pour la mise en place de ces stands.



LES CONSIGNES

Un sac consigne vous sera remis lors du retrait des dossards au Couvent des Jacobins. Concernant les participants ayant reçu leur dossard par courrier, vous pourrez récupérer un sac consigne sur place le jour J au niveau de l'espace consignes. Il ne restera plus qu'à coller l'étiquette sur votre sac et y insérer vos affaires.



LES GESTES POUR LA PLANÈTE

Vous aurez la possibilité de nous rendre le sac consigne à la fin de la course pour que l'on puisse s'en resservir l'année prochaine. Vous pourrez aussi déposer votre dossard afin que votre puce soit recyclée par Clieco.



LA SÉCURITÉ

Les parcours seront fléchés à l'aide de panneaux directionnels complétés par un fléchage au sol. Sur les parties du parcours empruntant la voie publique, chaque participant devra se conformer au code de la route, courir sur les trottoirs ou dans les couloirs aménagés par l'organisation (barriérage, rubalise...) et suivre les consignes des signaleurs et des bénévoles présents sur les parcours. L'organisation ne pourra être tenue pour responsable en cas de manquement à ces règles. L'organisation met un point d'honneur à traverser le plus de monuments possible. En cas de bouchons, merci pour votre patience. L'organisation invite chaque participant au respect des lieux traversés (voie publique, monuments, jardins...).



LES SECOURS

L'assistance médicale sera assurée par la protection civile d'Ille-et-Vilaine.

// INFOS PRATIQUES



LES ANIMATIONS

De nombreuses animations sont prévues sur les parcours et aux détours des rues ! Retrouvez DJ, groupes de musiques, bagad, danseurs...

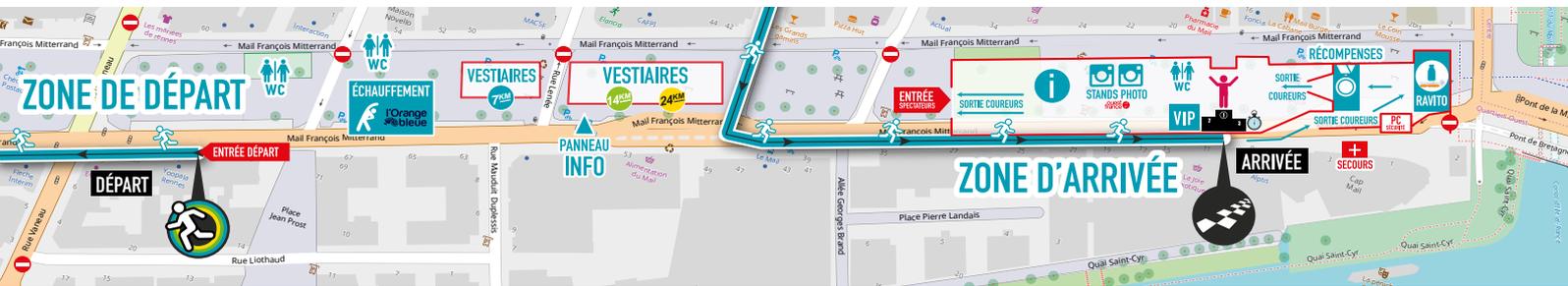


LES PHOTOGRAPHES

Tout au long des parcours de nombreux photographes bénévoles seront présents pour immortaliser votre course, on attend vos plus beaux sourires ! Les photos seront diffusées sur nos réseaux sociaux les jours et semaines après l'événement.



PLAN DU MAIL F. MITTERRAND



// NOUVEAUX LIEUX

7KM

14KM

24KM



Hôtel Bon Pasteur



Salle de la Cité

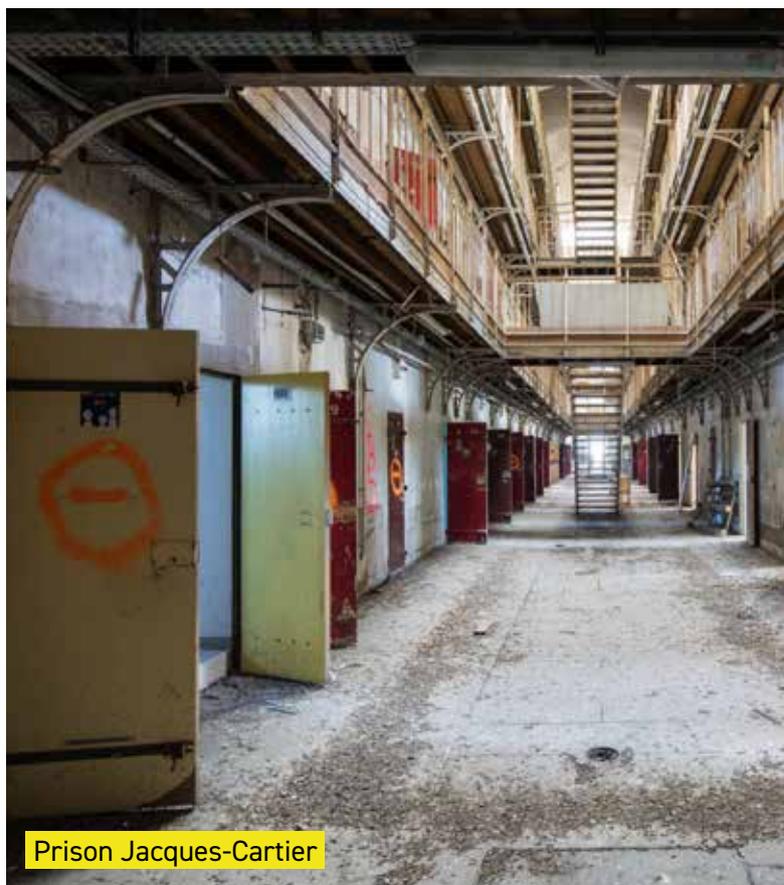
// NOUVEAUX LIEUX

14KM

24KM



Station de Métro Gares



Prison Jacques-Cartier



La Maison de Rennes - Compagnons du Devoir

Retrouvez toutes les infos et anecdotes sur ces nouveaux lieux sur l'application **Rennes Urban Trail** et sur www.rennesurbantrail.bzh

// NOUVEAUX LIEUX

14KM

24KM



Théâtre National de Bretagne



Square de Villeneuve



Restaurant Territorio



La Maison de Rennes - Compagnons du Devoir



Prison Jacques-Cartier



Théâtre National de Bretagne

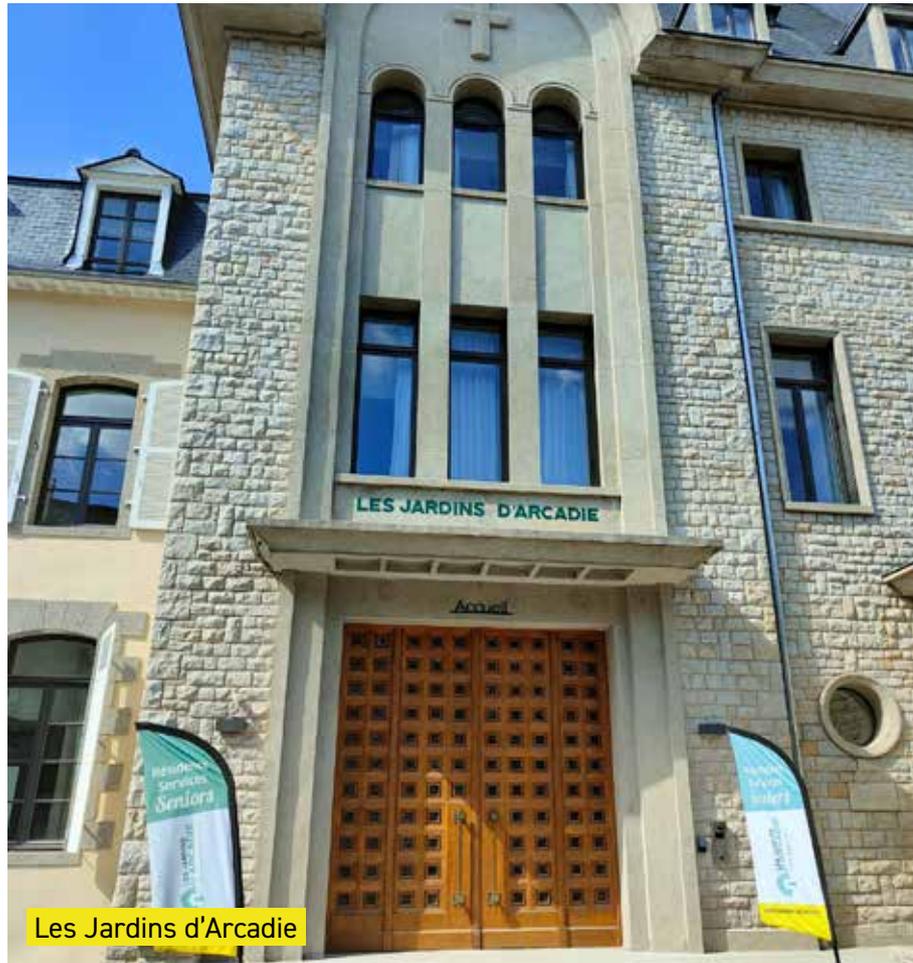
Retrouvez toutes les infos et anecdotes sur ces nouveaux lieux sur l'application **Rennes Urban Trail** et sur www.rennesurbantrail.bzh

// NOUVEAUX LIEUX

24KM



Les Jardins d'Arcadie



Les Jardins d'Arcadie



Maison Saint-Cyr



Maison Saint-Cyr



L'Institut Agro Rennes-Angers



// LES MARCHES

DÉPART 		8h30 & 9h00	10h00 & 10h45	12h00
	<i>marches</i>			
A	L'Institut Agro Rennes-Angers  360			
	Roazhon Park  350			
B	Le Rooftop du Mabilay / Hellowork et Plan.net  380			
M	Station Métro Mabilais  120			
C	La Maison des Compagnons du Devoir  150			
D	La Prison Jacques Cartier  5			
	Square de Villeneuve.....			
E	Whoorks Rennes Gare / Destination Rennes  350			
F	Le Cinéma Arvor			
M	Station Métro Gares  50			
	Restaurant Território			
G	Le Théâtre National de Bretagne  195			
	Stade du Commandant Bougouin  40			
	Le Parc Oberthür			
H	La Grande Halle Oberthür  70			
I	Saint-Vincent Providence  180			
	Le Parc du Thabor  150			
	Sobhi Sport Rennes  10			
M	Station Métro Saint-Germain  200			
	Le Jardin et le Palais S ^t -Georges  30			
J	La Piscine S ^t -Georges  50			
K	L'Hémicycle de la Région Bretagne  110			
L	L'Hôtel Bon Pasteur  10			
M	L'Eclozr  10			
N	La Fac d'éco de l'Université de Rennes  15			
O	Les Jardins d'Arcadie  50			
	Le Parc des Tanneurs			
P	L'Hôtel Dieu  150			
C	Le Collège Lycée Saint Martin  185			
M	Station Métro Sainte-Anne  190			
B	La Basilique Saint-Aubin  30			
S	Le Couvent des Jacobins  115			
T	La Salle de la Cité  10			
U	L'Hôtel de Ville  85			
V	Le Mama Shelter  40			
W	La Halle Martenot			
X	La Maison Saint-Cyr  65			
Y	La Paillette - Le Théâtre  65			
Z	La Paillette - Le Lavoir			
		PARCOURS 7 km	PARCOURS 14 km	PARCOURS 24 km
		TOTAL MARCHES  900*	TOTAL MARCHES  1550*	TOTAL MARCHES  3500* <small>*environ</small>
ARRIVÉE 		Mail François Mitterrand		



2 DÉPARTS

8H30
9H00

900
marches*

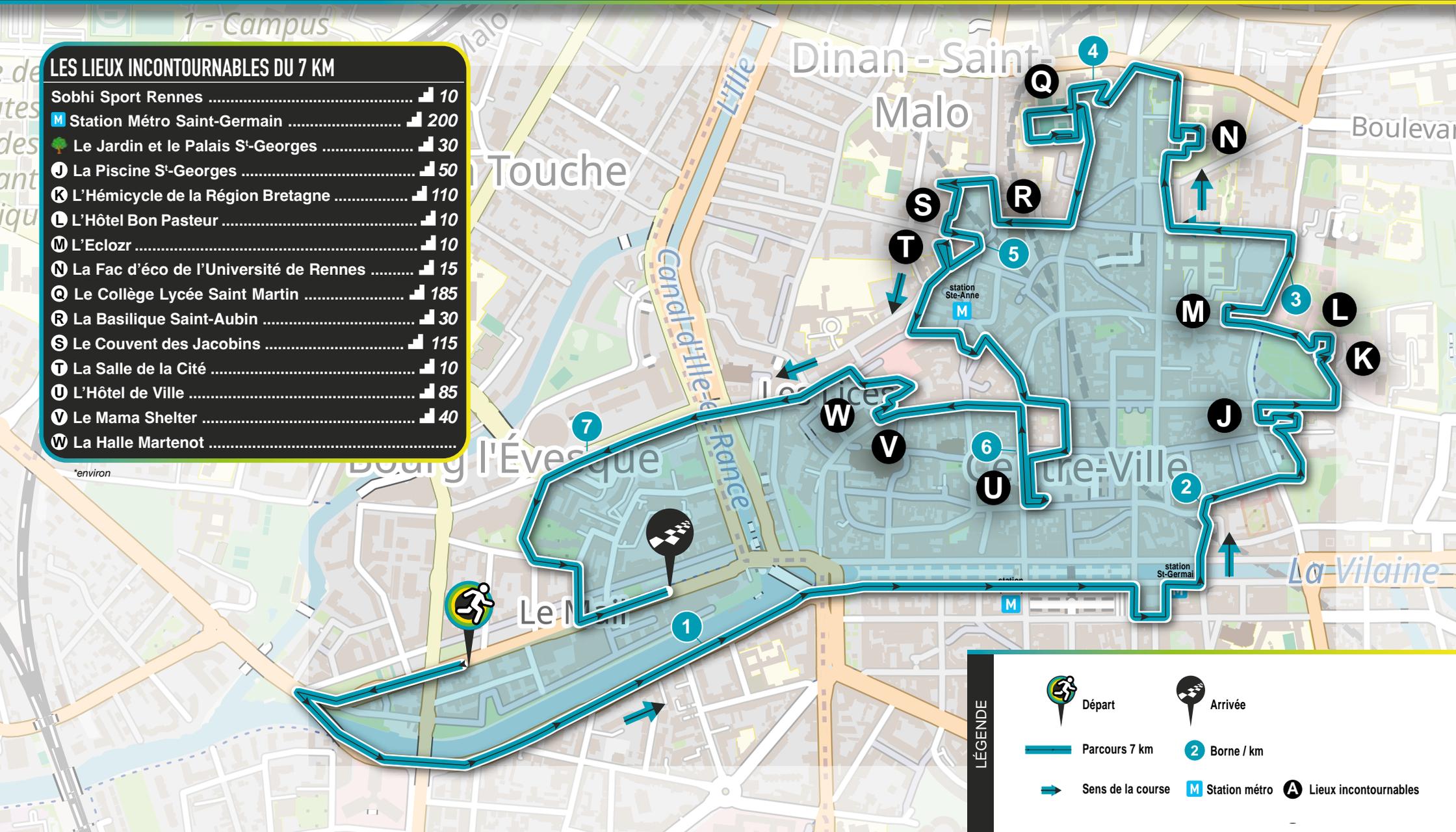
Podium
11H00

7KM

LES LIEUX INCONTOURNABLES DU 7 KM

Sobhi Sport Rennes	10
M Station Métro Saint-Germain	200
Le Jardin et le Palais S ^t -Georges	30
J La Piscine S ^t -Georges	50
K L'Hémicycle de la Région Bretagne	110
L L'Hôtel Bon Pasteur	10
M L'Eclozr	10
N La Fac d'éco de l'Université de Rennes	15
Q Le Collège Lycée Saint Martin	185
R La Basilique Saint-Aubin	30
S Le Couvent des Jacobins	115
T La Salle de la Cité	10
U L'Hôtel de Ville	85
V Le Mama Shelter	40
W La Halle Martenot	

*environ



LÉGENDE

- Départ
- Arrivée
- Parcours 7 km
- Borne / km
- Sens de la course
- Station métro
- Lieux incontournables

2 DÉPARTS

10H00
10H45

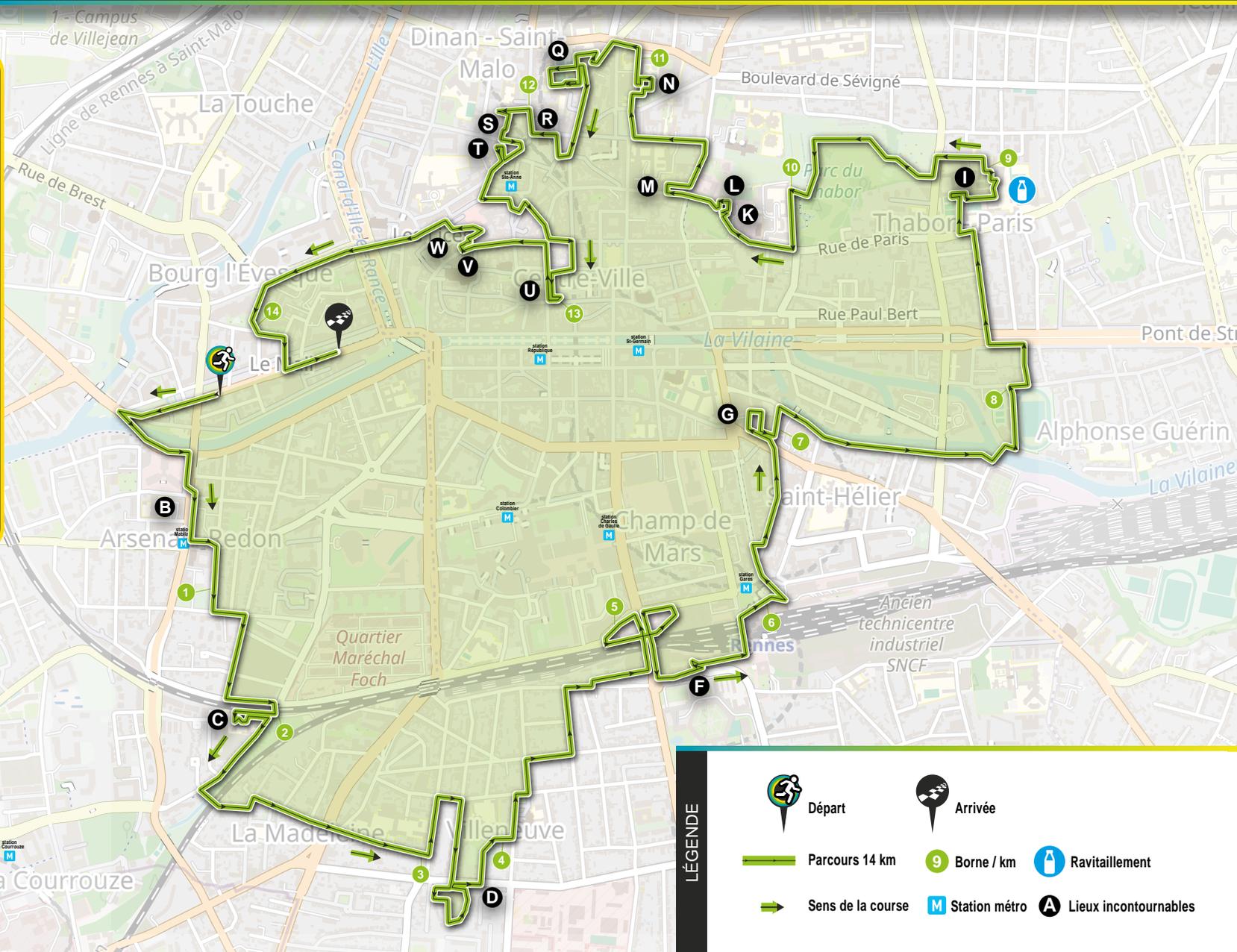
1550
marches*

Podium
12H30

14KM

LES LIEUX INCONTOURNABLES DU 14 KM

- C** La Maison des Compagnons du Devoir 150
- D** La Prison Jacques Cartier 5
- E** Square de Villeneuve 5
- F** Cinéma Arvor 5
- M** Station Métro Gares 50
- Restaurant Territorio 50
- G** Le théâtre National de Bretagne 195
- Stade du Commandant Bougouin 40
- I** Saint-Vincent Providence 180
- L** Le Parc du Thabor 150
- K** L'Hémicycle de la Région Bretagne 110
- L** L'Hôtel Bon Pasteur 10
- M** L'Eclozr 10
- N** La Fac d'éco de l'Université de Rennes 15
- Q** Le Collège Lycée Saint Martin 185
- M** Station Métro Sainte-Anne 190
- R** La Basilique Saint-Aubin 30
- S** Le Couvent des Jacobins 115
- T** La Salle de la Cité 10
- U** L'Hôtel de Ville 85
- V** Le Mama Shelter 40
- W** La Halle Martenot 40



LÉGENDE

- Départ
- Arrivée
- Parcours 14 km
- 9 Borne / km
- Ravitaillement
- Sens de la course
- Station métro
- Lieux incontournables

DÉPART 12H00

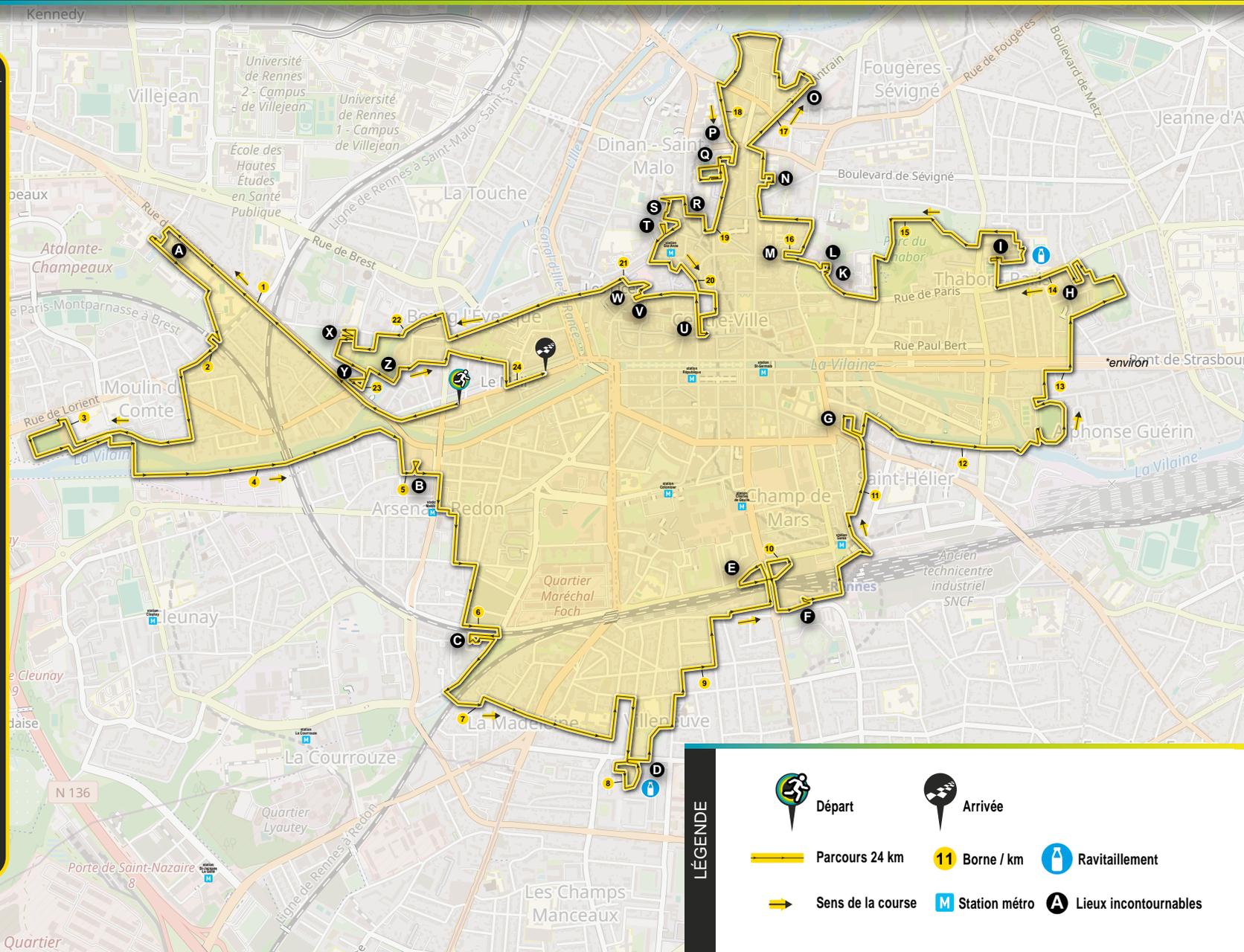
3500
marches

Podium
14H15

24KM

LES LIEUX INCONTOURNABLES DU 24 KM

A	L'Institut Agro Rennes-Angers	360
	Roazhon Park	350
B	Le Rooftop du Mabilay / Hellowork et Plan.net	380
M	Station Métro Mabilais	120
C	La Maison des Compagnons du Devoir	150
D	La Prison Jacques Cartier	5
	Square de Villeneuve	
E	Whoorks Rennes Gare / Destination Rennes	350
F	Le Cinéma Arvor	
M	Station Métro Gares	50
	Restaurant Território	
G	Le Théâtre National de Bretagne	195
	Stade du Commandant Bouguin	40
	Le Parc Oberthür	
H	La Grande Halle Oberthur	70
I	Saint-Vincent Providence	180
	Le Parc du Thabor	150
K	L'Hémicycle de la Région Bretagne	110
L	L'Hôtel Bon Pasteur	10
M	L'Eclozr	10
N	La Fac d'éco de l'Université de Rennes	15
O	Les Jardins d'Arcadie	50
	Le Parc des Tanneurs	
P	L'Hôtel Dieu	150
Q	Le Collège Lycée Saint Martin	185
M	Station Métro Sainte-Anne	190
R	La Basilique Saint-Aubin	30
S	Le Couvent des Jacobins	115
T	La Salle de la Cité	10
U	L'Hôtel de Ville	85
V	Le Mama Shelter	40
W	La Halle Martenot	
X	La Maison Saint-Cyr	65
Y	La Paillette - Le Théâtre	65
Z	La Paillette - Le Lavoir	



LÉGENDE



Départ



Arrivée



Parcours 24 km



Borne / km



Ravitaillement



Sens de la course



Station métro



Lieux incontournables

// LES CHALLENGES

LE CHALLENGE ENTREPRISES GROUPE LEGENDRE

Ce challenge proposé aux entreprises consiste à composer une équipe de 3 coureurs, avec 1 urbantrailler par distance. À l'issue des 3 épreuves, un classement est réalisé. En 2023, 381 équipes étaient inscrites. Le challenge avait été remporté par l'équipe Legendre 3 (André SICOT, Yakoub DELHOUM et Jordane AUFRAY) avec un temps cumulé de 3h05'56". Cette année ce challenge regroupera 480 équipes réparties sur les 3 distances.



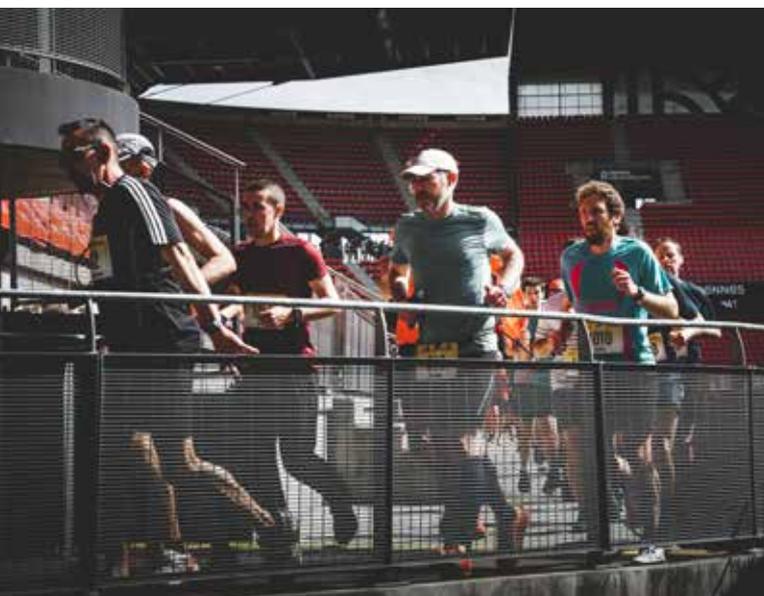
Seront récompensées :

- les 3 premières équipes au scratch
- les 3 premières équipes mixtes
- les 3 premières équipes féminines

LE CHALLENGE ROAZHON PARK

Ce challenge est organisé pendant le 24 km. La 1^{ère} femme et le 1^{er} homme à rentrer dans l'enceinte du Roazhon Park, se verront offrir un maillot du Stade Rennais FC, par notre fournisseur officiel.

Il est obligatoire de terminer la course pour participer à ce challenge.



LE CHALLENGE DU MEILLEUR GRIMPEUR



Ce challenge est en partenariat avec le Crédit Agricole d'Ille et Vilaine et Breizh Chrono. Cette année, les coureurs du 24 km vont se défier dans une tour au cœur du nouveau quartier d'affaires EuroRennes : Whoorks Rennes Gare.

Les coureurs auront le plaisir d'ajouter 350 marches à leur compteur dans ce lieu afin d'atteindre le 8^{ème} étage chez notre partenaire Destination Rennes.



// L'ENGAGEMENT AU PROFIT DES NEUROSCIENCES



LUTTER CONTRE LES MALADIES DE PARKINSON, ALZHEIMER, LA SCLÉROSE EN PLAQUES ET L'ÉPILEPSIE.

Rennes Urban Trail soutient BAA (Bretagne Atlantique Ambition), fonds de dotation pour la recherche & l'innovation dans l'Ouest.

Pour chaque inscription, l'association Rennes Urban Trail s'engage à

reverser 2 € pour le challenge individuel et 15 € pour le challenge entreprises, au profit des neurosciences pour faire avancer la recherche sur « des causes essentielles qui nous touchent tous ».

Courons tous en tête en faveur de la recherche sur les maladies du cerveau !

En 5 ans, nous avons récolté plus de 80 000 € de dons !



LES NEUROSCIENCES EN UN MOT

Les neurosciences sont l'étude scientifique du système nerveux. Elles ont pour but de trouver des traitements pour des maladies du cerveau et du système nerveux central, parmi les plus connues : maladie de Parkinson, sclérose en plaques, maladie d'Alzheimer...

LA RECHERCHE RENNAISE À L'HONNEUR

La priorité c'est l'humain ! Faire un don à l'INCR c'est avant tout aider l'avancée des recherches en neurosciences.

Donner à l'INCR c'est aussi permettre à la recherche française, bretonne plus particulièrement, de maintenir un si haut niveau d'exigence et de compétence.

À titre d'exemple cette année encore, les dons nous permettent de financer 8 projets de haute qualité sur des pathologies variées telles que l'épilepsie, la maladie de Parkinson ou encore les cancers cérébraux.

Faire un don c'est donc participer, aider à tout ce travail effectué par des dizaines de chercheurs et de cliniciens afin d'améliorer la vie des patients.

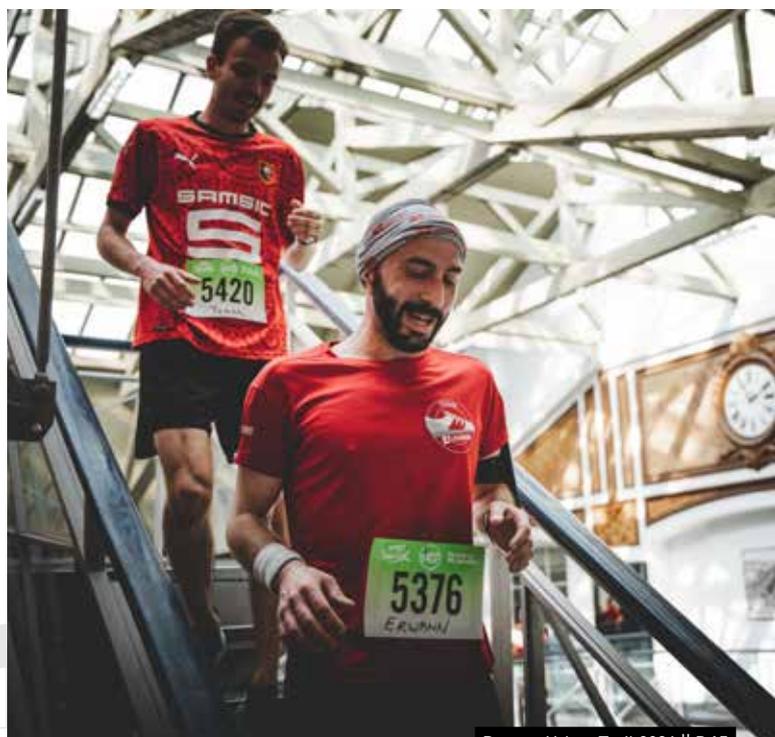
BRETAGNE ATLANTIQUE AMBITION



Bretagne Atlantique Ambition

Fondé notamment par Roland Beaumanoir (PDG Groupe Beaumanoir) et Christian Roulleau (PDG Groupe Samsic), et financé par des chefs d'entreprises, le fond Bretagne Atlantique Ambition encourage le mécénat au service de la recherche et de l'innovation dans l'Ouest.

Les fonds vont au profit de la recherche médicale dans l'Ouest par la création de postes de jeunes chercheurs à Rennes.



// MERCI À NOS BÉNÉVOLES

Un évènement tel que le Rennes Urban Trail ne pourrait voir le jour sans l'aide de nombreux bénévoles. Ils sont plus de 850 à chaque édition à assurer le bon déroulement de la manifestation et à encourager les coureurs ! Merci à eux !



// MERCI À NOS PARTENAIRES

Nous remercions particulièrement la Ville de Rennes pour son accueil et sa confiance renouvelés, en ouvrant les portes des sites et monuments qui font de cette course un événement exceptionnel !

Un grand merci également à notre partenaire Destination Rennes, qui a mis à notre disposition tout son savoir-faire et ses connaissances de la Ville pour offrir aux 12 000 coureurs des contenus attractifs autour des courses.

PARTENAIRES OFFICIELS



PARTENAIRES INSTITUTIONNELS



ORGANISATEUR



FOURNISSEURS OFFICIELS



RENNES Urban Trail®

WWW.RENNESURBANTRAIL.BZH

