

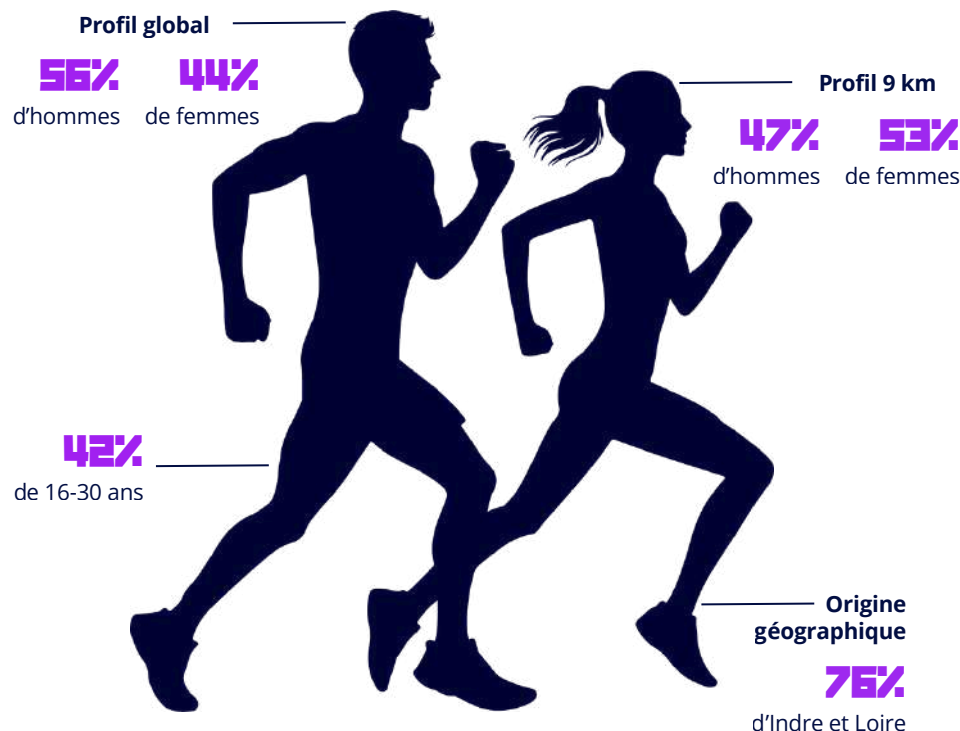


LE GUIDE DU COUREUR

ÉDITION 2026

TOUTES LES INFOS
PRATIQUES !

EDITO



Chers runners, runneuses,

C'est l'hiver, mais notre passion pour le running n'a pas de saison ! C'est pourquoi nous avons choisi de vous proposer en plein hiver sur une période où les courses ne sont pas nombreuses un événement à Tours hors norme : L'Urban Trail Tours, première édition. Après les fêtes et le mois de janvier où l'on reprend l'activité physique, on raccroche un dossard !

Notre belle ville de Tours regorge de richesses patrimoniales, chargées d'histoire, mais aussi de monuments plus contemporains. Ce mélange de style d'architecture différents, nous souhaitons que vous le découvriez de l'intérieur en vous proposant deux parcours atypiques et avec de très belles vues sur la ville.

Vous découvrirez aussi des animations avec une proposition de différents spectacles et une programmation éclectique.

Attention, ça va piquer aussi au niveau cuisses, des mollets et du cardio, avec les escaliers ou les côtes, et pensez aussi que le chrono tourne...

Mais vous serez à chaque fois bien récompensés sur chaque site traversé , et avec une arrivée et une grande fête sur le parquet de la salle Grenon, mythique avec plusieurs dizaines de titres gagnés par nos volleyeurs du TVB.

L'UTT c'est aussi un moment de partage aussi entre génération avec un passage et un ravitaillement tenu par des étudiants au sein de la résidence Henry Dunant. Cette première édition se veut également solidaire : pour chaque dossard, 1 € sera reversé à la Ligue contre le cancer. Courir ensemble, c'est aussi soutenir une cause qui nous concerne tous.

C'est aussi un véritable engagement de nos 400 bénévoles que je tiens à remercier sans qui cet événement au coeur de l'hiver ne pourrait pas avoir lieu. Merci aussi à nos partenaires pour cette première édition.

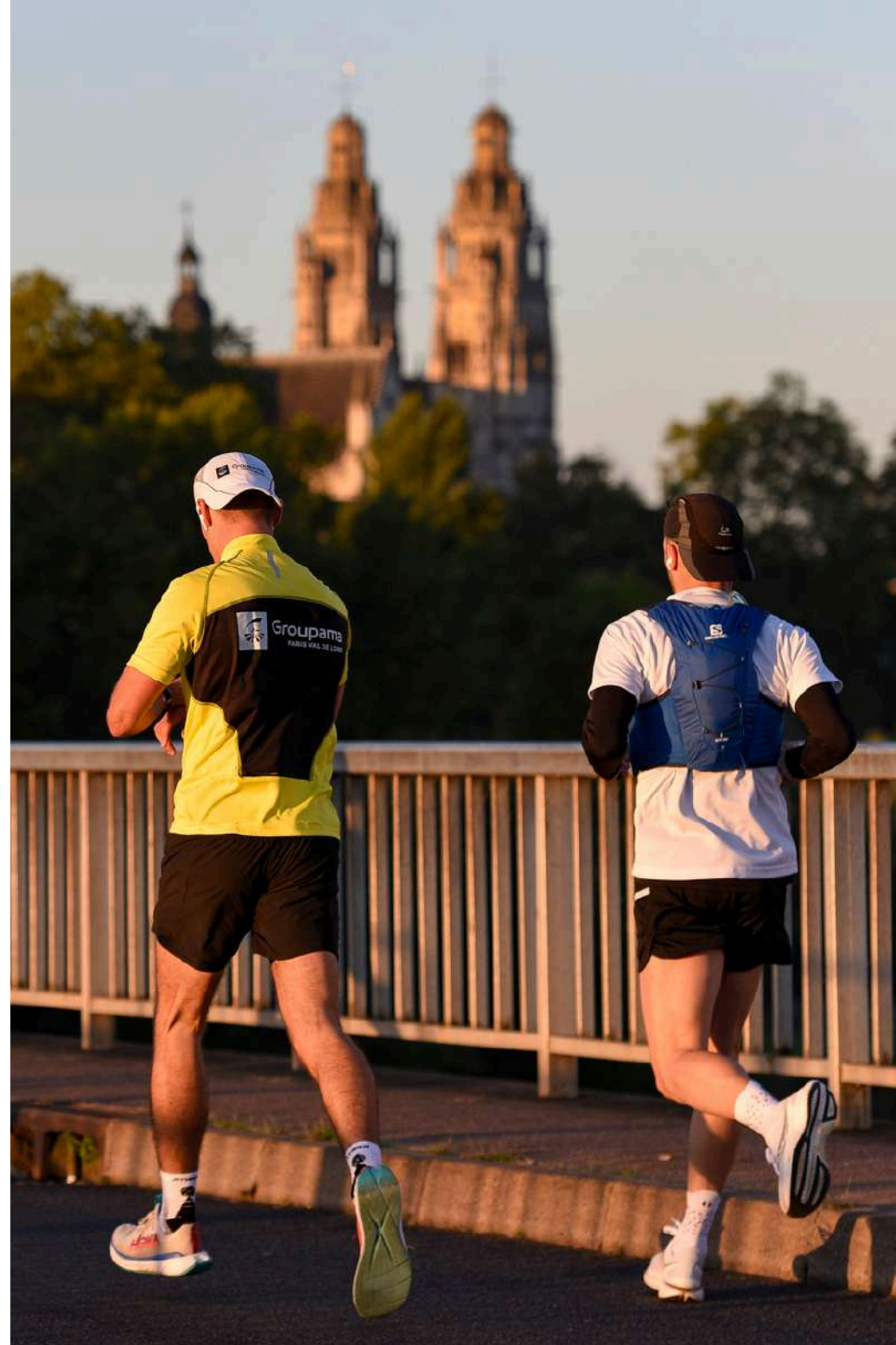
Prenez beaucoup de plaisir sur votre parcours, et un seul objectif en commun : passer un superbe moment entre amis, en famille, avec les collègues, s'amuser et franchir la ligne d'arrivée ! Bonne course à tous !

Christophe Chinette

Président du Comité des 20 km de Tours

SOMMAIRE

Programme du week-end	1
Retrait des dossards	2
Tout savoir sur le Long Run - 19 km	3
Tout savoir sur le Short Run - 9 km	5
Infos pratiques : se repérer Place Jean Jaurès	7
Infos pratiques : se repérer au Palais des Sports	8
Le Jour J	9
Animations	10
Je suis FINISHER	11
Les temps forts	12
FAQ	13



PROGRAMME DU WEEK-END

7 & 8 FÉVRIER 2026

**SAMEDI 7
FÉVRIER**

10H - 19H

Retrait des dossards

Hall du Palais des Sports de Tours

**DIMANCHE 8
FÉVRIER**

8H30

Départ du Long Run
19 km

10H

Départ du Short Run
9 km

RETRAIT DES DOSSARDS

7 FEVRIER 2026

Où et quand retirer mon dossard ?

📍 Hall du **Palais des Sports** de Tours
(1 Boulevard de Lattre de Tassigny, 37000 Tours)

🕒 Samedi 7 février **10h-19h**

Documents à présenter pour retirer ton dossard

✓ Si ton dossier est COMPLET, tu devras présenter :

- une pièce d'identité
- ta carte de retrait de dossard (envoyée par mail et disponible sur ton espace coureur)

✗ Si ton dossier n'est pas complet, finalise le dès que possible, soit en fournissant ton numéro de PPS, soit ta licence FFA. 2025/2026.

💡 Une autre personne peut retirer ton dossard si elle présente une copie de ta pièce d'identité et ta carte de retrait si ton dossier est complet.

**AUCUN DOSSARD NE
PEUT ÊTRE RETIRÉ LE
DIMANCHE !**



Finalise ton inscription avec le PPS

Le certificat médical est remplacé par le **Pass Prévention Santé (PPS)** pour les coureurs majeurs non licenciés. Si ton dossier est incomplet, suis la procédure ci-dessous pour obtenir ton n° PPS et finalise ton inscription ! C'est rapide (5min !) simple et gratuit :

- ✓ Connecte-toi à : <https://pps.athle.fr>
- ✓ Indique tes coordonnées et la date de l'événement
- ✓ Suis les 4 étapes dont le visionnage de 3 vidéos
- ✓ Renseigne ton n° de PPS dans ton dossier (via le bouton "accéder à mon dossier" dans le mail de confirmation d'inscription)



Comment venir au Palais des Sports ?

En tram/bus

- **Tramway ligne A** : arrêt « Palais des Sports »
- **Bus** : Arrêt « Boisdénier » - Lignes 2, 10.

En vélo

Parkings vélos disponibles à proximité

En covoiturage

Trouve ton trajet pour venir à Tours en combinant train, bus et covoiturage avec  Tictactrip



TOUT SAVOIR SUR LE LONG RUN – 19 KM

Un tracé sportif mêlant **patrimoine emblématique, lieux habituellement fermés au public, animations artistiques et musicales**. Entre portions roulantes, montées mythiques et plus de **1000 marches**, ce parcours est un véritable défi sportif et culturel au cœur de la ville.



Analyse détaillée du parcours

Départ

Place Jean Jaurès

Arrivée

Palais des Sports

Horaire

Départ 8h30

Temps Limite

3h45

SAS de départ

Accès aux SAS par la Rue de Bordeaux (côté Gare de Tours)

Les départs seront organisés par vagues, toutes les 2 minutes.

	TEMPS	DÉPART	ENTRÉE SAS
🚩	Elite	8h30	8h
🚩	Performance	8h30	8h
🚩	Sportif	8h30	8h
🚩	Loisir	9h	8h30



Les + de la course

- 🎵 Programmation musicale et culturelle sur le parcours
- 🍏 Ravitaillement Ehpad Henry Dunant + un ravitaillement convivial à l'arrivée
- 📋 Consignes Palais des Sports de 7h30 à 13h30 (gratuite, sac personnel fermé de 20L exclusivement)
- 🚿 Douches (vestiaire collectif) - Palais des Sports
- 🎁 Tour de cou, médaille Finisher et journal La Nouvelle République

TOUT SAVOIR SUR LE LONG RUN – 19 KM



TOUT SAVOIR SUR LE SHORT RUN – 9 KM

Une aventure intense au cœur de Tours, mêlant lieux emblématiques, sites exceptionnellement ouverts, animations artistiques et ambiance festive. Avec près de 800 marches, ce tracé est un concentré de patrimoine, de défis sportifs et de plaisir urbain.

Analyse détaillée du parcours



Départ

Place Jean Jaurès

Arrivée

Palais des Sports

Horaire

Départ 10h

Temps Limite

1h45

SAS de départ

Accès aux SAS par la Rue de Bordeaux (côté Gare de Tours)

Les départs seront organisés par vagues, toutes les 2 minutes.

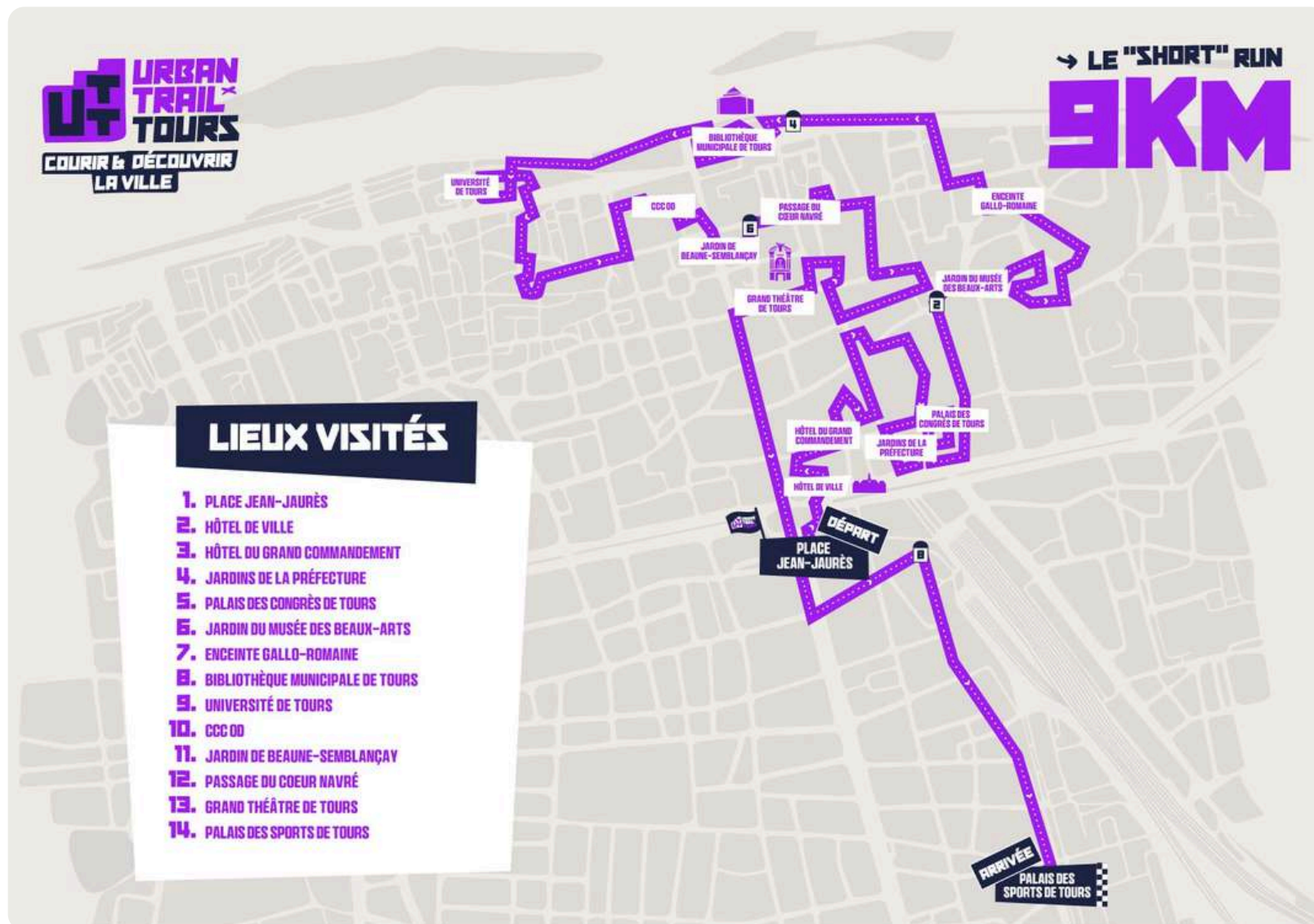
	TEMPS	DÉPART	ENTRÉE SAS
	Elite	10h	9h30
	Performance	10h	9h30
	Sportif	10h	9h30
	Loisir	10h30	10h

Les + de la course

-  Programmation musicale et culturelle sur le parcours
-  Ravitaillement convivial à l'arrivée
-  Consignes Palais des Sports de 7h30 à 13h30 (gratuite, sac personnel fermé de 20L exclusivement)
-  Douches (vestiaire collectif) - Palais des Sports
-  Tour de cou, médaille Finisher et journal La Nouvelle République

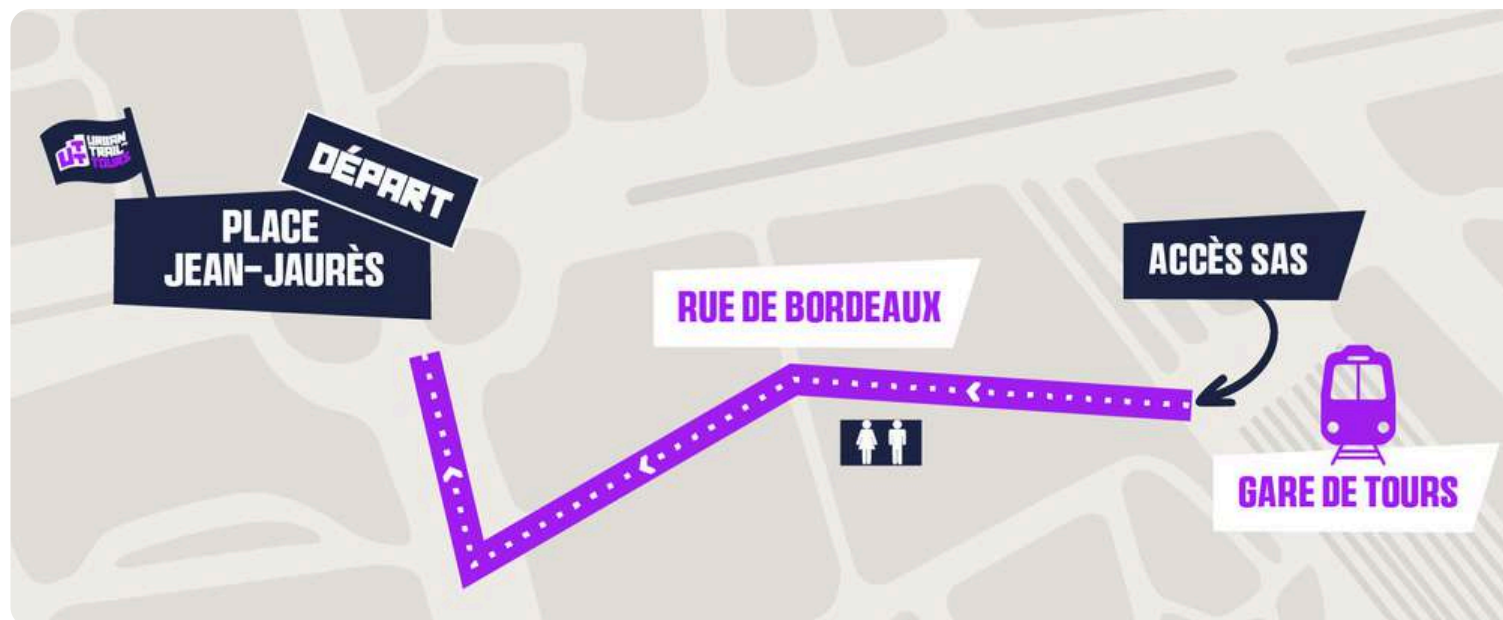


TOUT SAVOIR SUR LE SHORT RUN – 9 KM



INFOS PRATIQUES

SE REPÉRER PLACE JEAN JAURÈS



Comment venir Place Jean Jaurès ?

En tram/bus

- **Tramway ligne A** : arrêt « Gare de Tours » ou « Porte de Loire »
- **Bus** : arrêt « Gare de Tours » (ligne 2, 3a/b, 4, 5)

En vélo

Parkings vélos disponibles aux abords du départ

En covoiturage

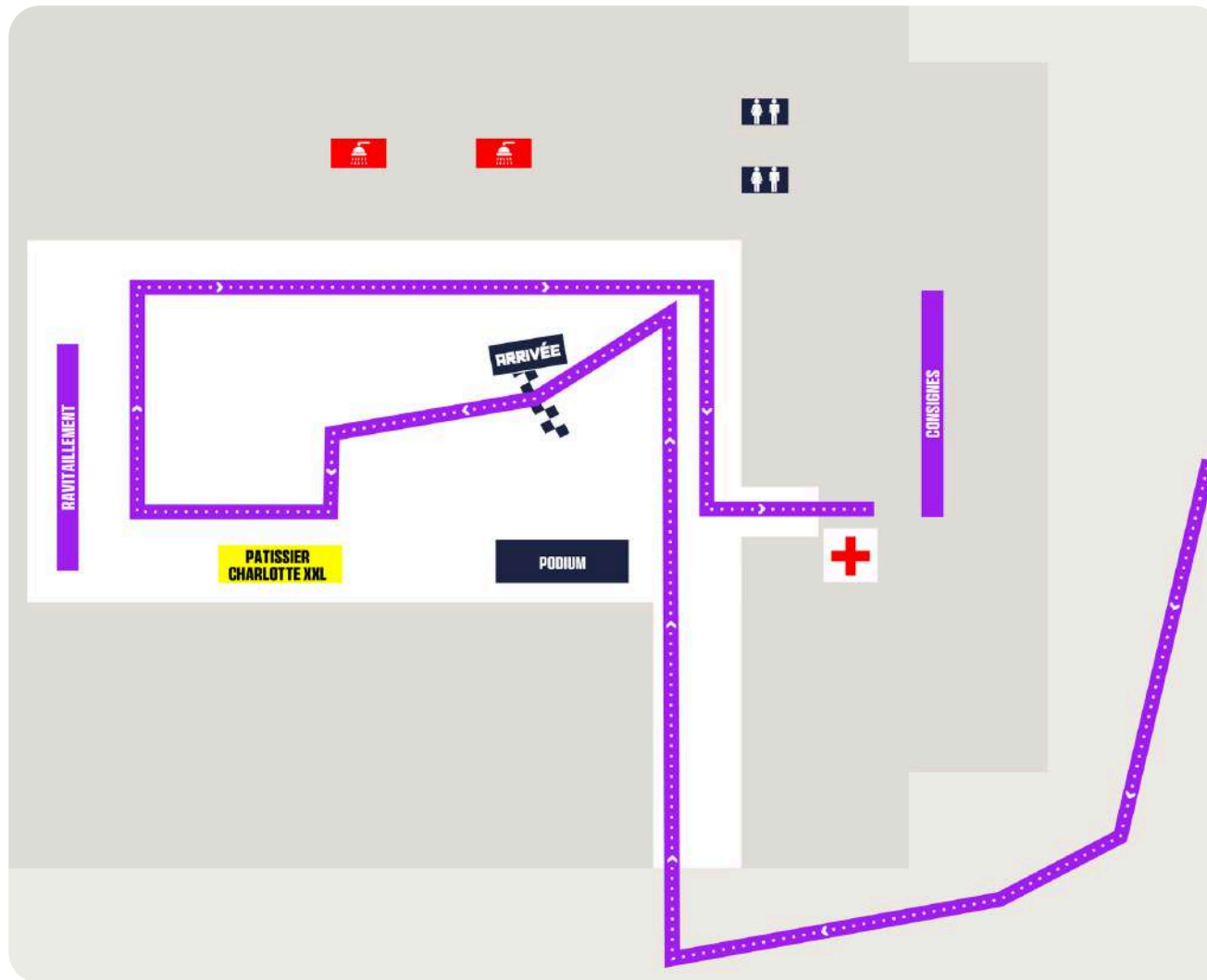
Trouve ton trajet pour venir à Tours en combinant train, bus et covoiturage avec  tictactrip

Parkings

Parking Indigo Gare de Tours / Parking Saint-Paul - proche Palais des Sports

INFOS PRATIQUES

— SE REPÉRER AU PALAIS DES SPORTS



LE JOUR J

Check-list du JOUR J

- ✓ Un bon petit déjeuner
- ✓ Une tenue sportive adéquate en fonction de la météo, et agréable à porter
- ✓ Ton dossard épinglé sur le devant de ton tee-shirt
- ✓ Pense à arriver sur les lieux en avance et vérifie ton horaire d'entrée de SAS.
- ✓ Positionne toi bien dans ton SAS
- ✓ Respire et Hop c'est parti ! Amuse-toi !!



Echauffes-toi avec l'Orange Bleue

Échauffements collectifs animés par l'Orange Bleue, notre partenaire officiel, sur la zone départ – place Jean Jaurès.

👉 Avant les deux épreuves : Le Long Run - 19 km et Le Short Run - 9 km.

Un moment convivial et énergique pour être à fond avant le départ !! 🏃💪

MON COMEDY CLUB

AVEC DES VRAIS COACHS

COURS COLLECTIFS & VIVANTS yako

RENFO, CARDIO, COURS CO!

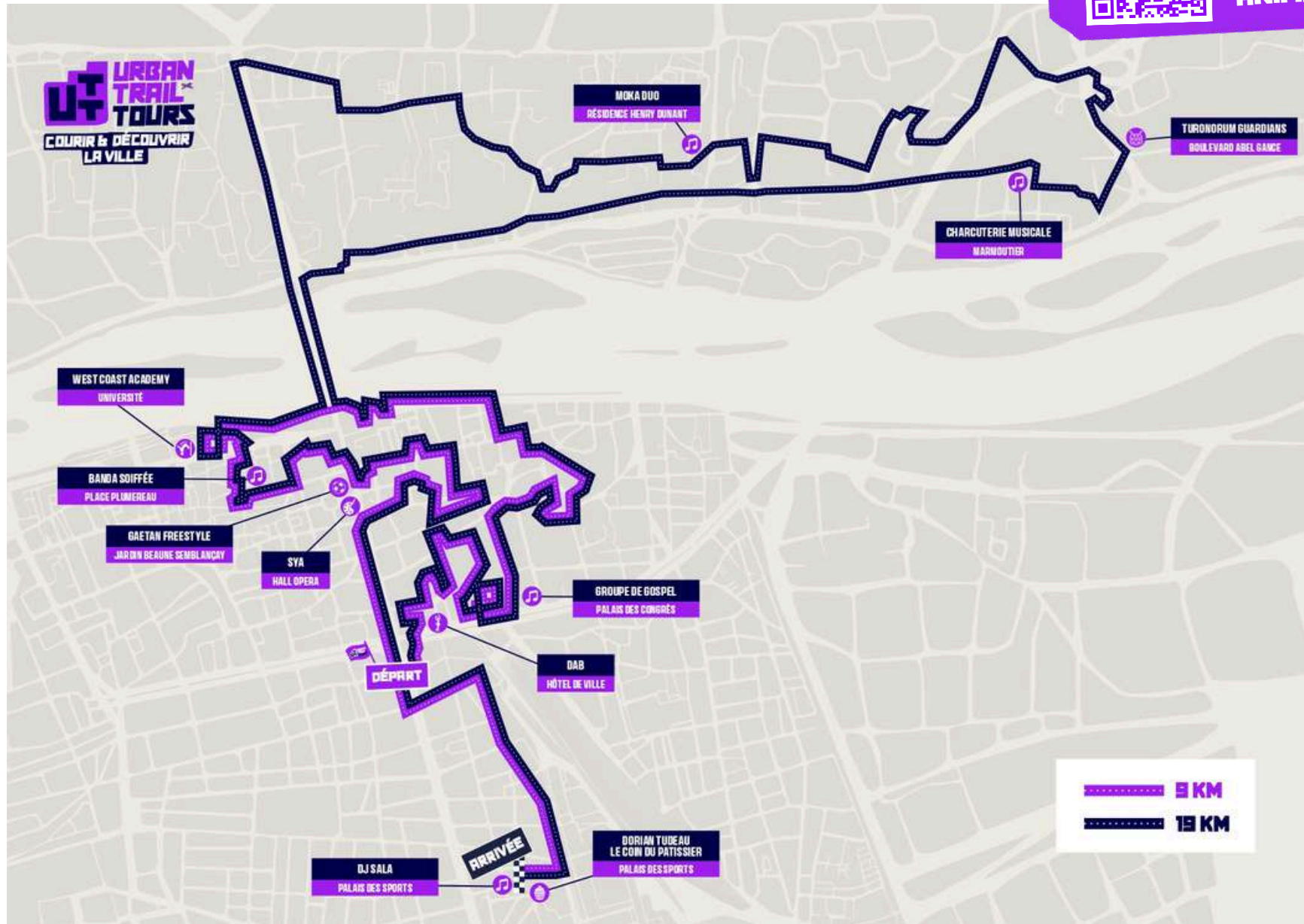
l'Orange bleue mon coach Fitness

Montlouis-sur-Loire / Tours Centre / Tours Nord

ANIMATIONS



PLUS D'INFOS
SUR LES
ANIMATIONS



JE SUIS FINISHER !



Tes photos individuelles

Dès le lendemain de ta course, télécharge tes photos sur le site capture.finishers.com.

Un souvenir gravé de ta course ! 🔥

FINISHERS



Résultats et diplôme Finisher !

Après ta course, consulte tes résultats (temps - classements) et télécharge ton diplôme FINISHER sur notre site web : urbantrailtours.com



-20%

sur chaussures et textiles*

 **running conseil**

**VALABLE DANS
LES 3 MAGASINS
DE TOURS**

*Valable sur présentation du dossard, jusqu'au 8 avril 2026.
Hors soldes et promotions.*

LES TEMPS FORTS



L'IAE à l'Ehpad Henry Dunant

Les résidents de l'EHPAD Henry Dunant et les étudiants de l'IAE de Tours seront aux petits soins pour que tu prennes des forces avec un **ravitaillement plein d'énergie et de convivialité**. Un moment de partage intergénérationnel !



Remise des médailles par les Motivés de l'ESAT Anaïs

À l'arrivée, votre médaille vous sera remise par les équipes **des Motivés de l'ESAT Anaïs de Tours**, un moment symbolique et chaleureux pour célébrer votre performance. Une belle façon de conclure la course, placée sous le signe du partage, de l'inclusion et de la fierté collective.



Dorian et ses pâtisseries XXL au ravito d'arrivée

Après votre course, vous aurez la chance de savourer un moment de réconfort bien mérité autour d'un ravitaillement convivial, avec en bonus les **pâtisseries XXL de Dorian Tudeau, alias Le Coin du Pâtissier**, véritable star des réseaux sociaux. Un moment gourmand après l'effort !

FAQ

Est-ce qu'il y aura des consignes ?

Tu auras la possibilité de déposer gratuitement ton sac (20L max) dans l'espace Consigne au Palais des Sports, à proximité de la zone Arrivée de 7h30 à 14h30.

Est-ce qu'il y aura des toilettes et douches ?

Oui, il y aura des toilettes sur les zones de Départ et Arrivée ainsi que sur la zone ravitaillement à l'Ehpad Henry Dunant pour les coureurs du 19 KM. Des douches (vestiaires collectifs) seront à votre disposition après les courses au Palais des Sports. Accès sur présentation du dossard.

Les départs par vagues ?

Afin de fluidifier les courses et de préserver le patrimoine ainsi que les bâtiments, les départs seront organisés par vagues d'environ 40 coureurs toutes les 2 minutes. Merci de respecter le SAS et l'horaire de départ indiqués sur votre carte de retrait ainsi que sur les pages épreuves (p. 3 et p. 5).

Circulation et stationnement

La circulation sera interdite sur le parcours de 7h à 13h30. Des restrictions de stationnement seront mises en place sur certaines voies. Merci de respecter la signalisation temporaire.

Où voir les résultats ?

Les résultats seront accessibles après la course sur notre site internet : www.urbantrailtours.com



BANQUE POPULAIRE VAL DE FRANCE

PARTENAIRE MAJEUR



**COURIR & DÉCOUVRIR
LA VILLE**

BANQUE POPULAIRE
VAL DE FRANCE



la réussite est en vous

Banque Populaire Val de France • SA coopérative de Banque Populaire à capital variable
9 av. Newton, Montigny-le-Bretonneux (78) • SIREN 549 800 373 RCS Versailles.



LE SON POP-ROCK



www.urbantrailtours.com

