

Harmonie Mutuelle
**MARATHON
10 - 20K
TOURS**

**LE GUIDE
DU COUREUR**

ÉDITION 2026



Bienvenue à l'édition 2026 de l'Harmonie Mutuelle Marathon 10-20K Tours !

Toute l'équipe du Comité d'organisation est heureuse de vous accueillir à Tours pour cette édition record. Vous serez plus de **21 000 coureurs** à prendre le départ le 27 septembre. Quel que soit votre objectif, votre distance ou votre niveau, vous êtes ici pour partager le plaisir de courir, de vous dépasser et de vivre ensemble cette belle journée.

NOUVEAUX PARCOURS ET NOUVEAU SITE DE DEPART

Cette année, vous prendrez le départ Quai Paul-Bert (par la Place Choiseul) et découvrirez de nouveaux parcours. Sur le marathon, vous partirez notamment à la découverte de Rochecorbon, Vouvray et Vernou-sur-Brenne avec un passage dans le Château de Jallanges, entre Loire et vignobles, avant de rejoindre l'arrivée place Anatole France.

UN ÉVÉNEMENT ENGAGÉ

Nous poursuivons également nos engagements environnementaux, avec notamment zéro bouteille d'eau plastique sur les ravitaillements, des mobilités douces et des actions en faveur d'un événement plus responsable.

Enfin, rien ne serait possible sans nos **1 200 bénévoles**, nos partenaires et l'ensemble des acteurs qui font vivre cet événement depuis **plus de 40 ans**.

Au nom du Comité d'organisation, je vous souhaite à toutes et à tous une très belle course, pleine d'émotions, de partage et de plaisir.

Vive le running, vive le sport et vive l'**Harmonie Mutuelle Marathon 10-20K Tours** !

Christophe Chinette
Président du Comité d'organisation

PROGRAMME DU WEEK-END



25, 26 ET 27 SEPTEMBRE 2026

VENDREDI 25 SEPTEMBRE

15h - 20h

SALON RUNNING HARMONIE MUTUELLE
MARATHON 10-20K TOURS

 Palais des Congrès de Tours

SAMEDI 26 SEPTEMBRE

9h30 - 13h

COURSE DES JEUNES

 Parc de la Gloriette

10h - 19h

SALON RUNNING
HARMONIE MUTUELLE
MARATHON 10-20K TOURS

 Palais des Congrès de Tours

10h00

SHAKE OUT RUN
avec Félix Bour
(sur inscription)

 Palais des Congrès de Tours

DIMANCHE 27 SEPTEMBRE

Départs

QUAI PAUL BERT
(par la Place Choiseul)



Arrivées

PLACE ANATOLE FRANCE

7h30

DÉPART MARATHON
SOLO & DUO

8h00

DÉPART 10 KM
MARCHE NORDIQUE

9h45

DÉPART 10 KM - VIRÉE
MARCHE NORDIQUE

*Arrivée de la marche nordique
Quai de Loire*

7h55

DÉPART FAUTEUIL
DE COURSE

8h30

DÉPART 20 KM

11h15 Départ 1

11h30 Départ 2

12h00 Départ 3

DÉPART 10 KM

12h30

CÉRÉMONIE
DES PODIUMS



Courez, bougez, souriez pour votre santé !



**Harmonie
Mutuelle**
GRUPE vyv

Partenaire titre

Harmonie Mutuelle Marathon 10-20K Tours

LE SALON **Harmonie Mutuelle Marathon 10-20K Tours**

 25 ET 26 SEPTEMBRE 2026

Où et quand retirer mon dossard ?



Salon Harmonie Mutuelle Marathon 10-20K Tours, au Palais des Congrès de Tours
(26 boulevard Heurteloup - 37000 TOURS)



Vendredi 25 septembre **15h-20h**
Samedi 26 septembre **10h-19h**

Documents à présenter



DOSSIER COMPLET :

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



DOSSIER INCOMPLET : finalise le dès que possible, soit en fournissant ton n° PPS, soit ta licence FFA 2026/2027.



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.



Les 2 dossards du **Marathon Duo** doivent obligatoirement être retirés au même moment !

AUCUN DOSSARD NE PEUT ÊTRE RETIRÉ LE DIMANCHE !

Finalise ton inscription avec le PPS

Le **Pass Prévention Santé (PPS)** est désormais obligatoire pour les coureurs majeurs non licenciés. Il remplace le certificat médical et coûte 5€ pour une validité d'un an. Si ton dossier est incomplet, suis la procédure ci-dessous :

- 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 salon ?

En tram

Tramway ligne A
Arrêt Gare de Tours

En bus

Arrêt Gare de Tours
Lignes 2 - 3 - 5 - 11 - 19 - 34

En vélo

Parking vélos disponible sur le parvis

SALON **Harmonie Mutuelle**
MARATHON
10 - 20K
TOURS



LE SALON Harmonie Mutuelle Marathon 10-20K Tours

25 ET 26 SEPTEMBRE 2026

**2 JOURS D'IMMERSION
DANS LE MONDE DU
RUNNING AVANT LE
DÉPART DE LA COURSE !**

Les exposants

- Santé, bien-être, nutrition
- Equipements et accessoires de sport
- Acteurs économiques et touristiques
- Courses et événements sportif
- Collectivités territoriales

Les animations

- Espace massage
- Présentation des parcours

**Entrée
gratuite
pour tous !**



Exposants

- | | | |
|--|------------------------------------|---|
| 1 - Decathlon | 12 - Abalone Marathon de Nantes | 24 - Marathon de la Loire |
| 2 - L'Espace du Souffle | 13 - Marathon Vert Rennes | 25 - Trail Sud Touraine |
| 3 - Fil Bleu | 14 - La Coulée Verte | 26 - Don de Sang UDDSB 37 |
| 4 - Harmonie Mutuelle | 15 - Circle Sportswear | 27 - Running Conseil |
| 5 - Région Centre-Val de Loire | 16 - Max Sports | 28 - La Nouvelle République Val de Loire TV |
| 6 - Banque Populaire Val de France | 17 - 1001 Pétales | 29 - Les Frères Chaussettes |
| 7 - Université de Tours | 18 - Bulle Enchantée | 30 - Endo Centre |
| 8 - TA Energy | 19 - Marathonian | 31 - Joggingtours |
| 9 - Finishers | 20 - Masso Relaxologue Sport | 32 - La Ronde de la Choissille |
| 10 - Association Marathon de La Rochelle Serge Vigot | 21 - Azur Sport Organisation | 33 - ASPTT Tours Métropole |
| 11 - Marathon de Cheverny | 22 - Marathon Royan Côte de Beauté | 34 - Comité Athlétisme 37 Running Marche Nordique |
| | 23 - Marathon Poitiers-Futuroscope | 35 - La P'tite Maiz |
| | | 36 - Sport Innovation |

25-26 septembre 2026
Palais des Congrès
de Tours

SALON Harmonie Mutuelle
MARATHON
10 - 20K
TOURS



Électrifiez votre conduite avec Hyundai.

TUCSON	SANTA FE	KONA EV
A 38g CO₂/km	A 31g CO₂/km	A 0g CO₂/km
B	B	B
C	C	C
D	D	D
E	E	E
F	F	F
G	G	G

Découvrez-les

Pensez à covoiturer #SeDéplacerMoinsPolluer

Nouveau TUCSON, SANTA FE Nouvelle Génération, KONA, découvrez la nouvelle gamme de SUV électrifiés chez votre distributeur Hyundai.

SOFIBRIE
AUTO MOBILES

HYUNDAI TOURS
78 Rue de la Pinauderie
37540 Saint-Cyr-sur-Loire
02 47 36 00 47 - www.eosdesnations.fr

HYUNDAI

Consommations mixtes (WLTP) de la nouvelle gamme Hyundai TUCSON : 1,4 L en cycle mixte. Données en cours d'homologation. Consommations mixtes de Hyundai SANTA FE Nouvelle Génération : 1,7 L en cycle mixte. Données en cours d'homologation. Consommations mixtes (WLTP) de la gamme KONA Electric Nouvelle Génération (kWh/100 km) : 14,6 - 16,6. Émissions CO₂ (g/km) : 0. *Conditions sur Hyundai.fr.

Tout savoir sur le 10 km de Tours



Vous serez **12 000 coureurs** à relever un défi sur une distance accessible, profiter d'une course rapide et dynamique ou simplement vivre un moment festif entre collègues ou amis

Analyse détaillée du parcours par Bastien, notre expert course à pied !



Départ/Arrivée

Quai Paul Bert /
Place Anatole France

Horaires

11h15 : départ n°1

11h30 : départ n°2

12h : départ n°3

Temps Limite

2h

SAS de départ

TEMPS	DÉPARTS	ENTRÉE SAS
Élites	11h15	10h45
40 min	11h15	10h45
45 min	11h15	10h45
50 min	11h15	10h45
55 min	11h30	11h15
1h00	11h30	11h15
1h10 et +	12h00	11h35

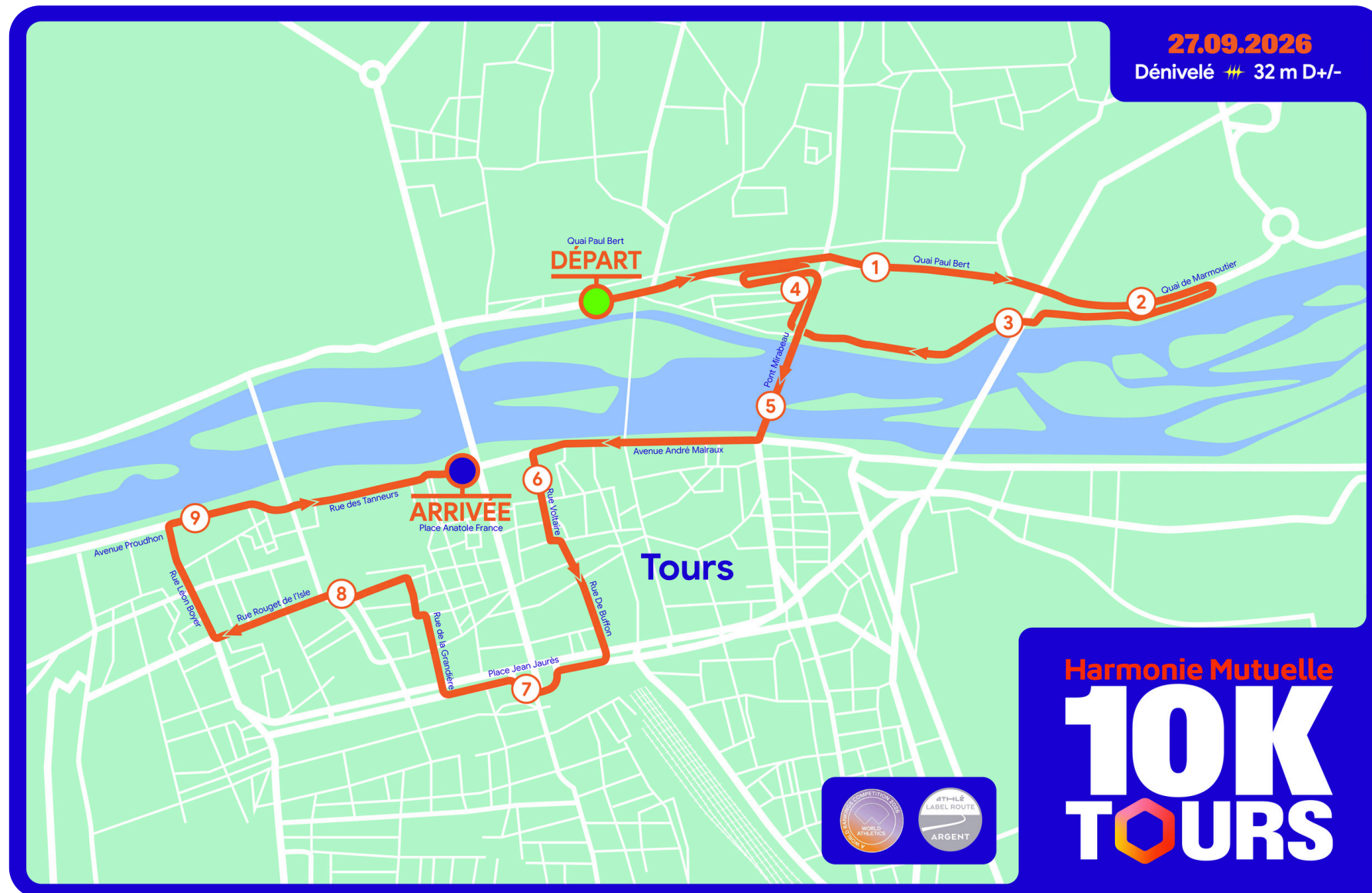
Merci de respecter ton SAS et ton horaire de départ pour des raisons de sécurité !

Les + de la course

- Programmation musicale sur le parcours par Terres du Son
- Meneurs d'allures : 45 min - 50 min - 55 min - 1h - 1h10 et +
- Un ravitaillement convivial à l'arrivée (fouées rabelaisiennes, barres de céréales, pommes, sucre, eau et boissons TA Energy)
- Consignes Place Choiseul de 6h30 à 14h30 (gratuite, sac personnel fermé de 20 L exclusivement)
- Douches - Gymnase des Minimes 10h-15h
- Ticket de transport Aller/Retour compris dans l'inscription et remis au retrait des dossards



Tout savoir sur le 10 km de Tours



Tout savoir sur le 20 km de Tours



Vous serez près de **6000** à relever le défi des 20 km de Tours sur un parcours dynamique de 61 m de dénivelé, à la fois urbain et nature. Après un départ Quai Paul Bert, le tracé vous guidera le long des quais jusqu'à Rochecorbon avant de franchir le Pont Mirabeau. Le parcours signe un retour très attendu sur la place Jean Jaurès et l'avenue Grammont, avant de traverser le centre historique pour juger l'arrivée Place Anatole France.

Analyse détaillée du nouveau parcours
par **Bastien**, notre expert course à pied !



Départ/Arrivée

Quai Paul Bert /
Place Anatole France

Horaire

Départ 9h

Temps Limite

3h

SAS de départ

Merci de respecter ton SAS et ton horaire de départ pour des raisons de sécurité :

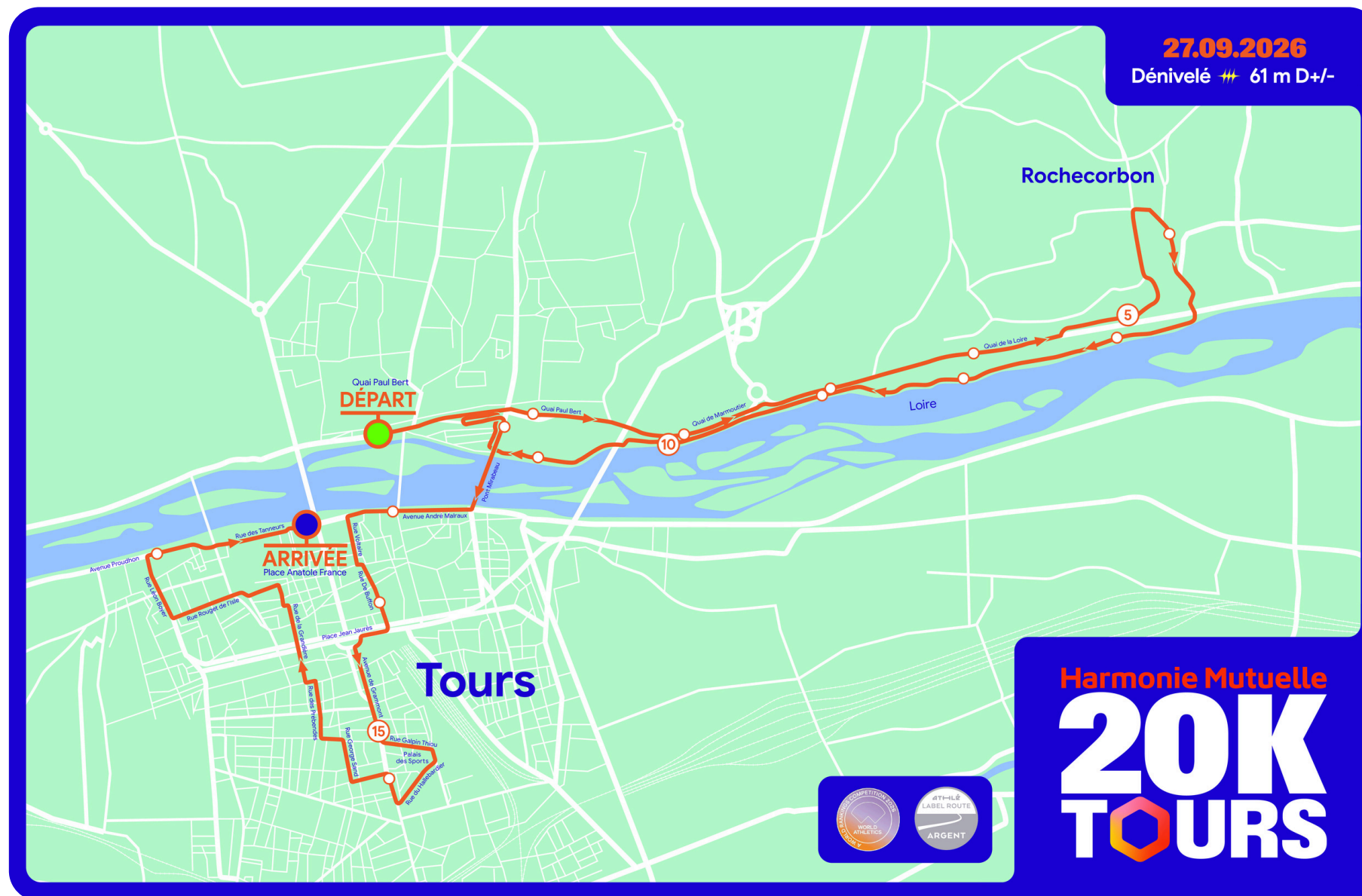
TEMPS	DÉPART	ENTRÉE SAS
Élites	9h00	8h30
1h30	9h00	8h30
1h45	9h00	8h30
2h	9h00	8h30



Les + de la course

- Programmation musicale sur le parcours par Terres du Son
- Meneurs d'allures : 1h30 - 1h45 - 1h55 - 2h
- 3 ravitaillements sur le parcours **km5**, **km10**, **km15** (bananes, dattes, pain d'épices, biscuits salés, sucre, eau) et un ravitaillement convivial à l'arrivée (fouées rabelaisiennes, barres de céréales, pommes, sucre, eau et boissons TA Energy)
- Consignes Place Choiseul de 6h30 à 14h30 (gratuite, sac personnel fermé de 20 L exclusivement)
- Douches - Gymnase des Minimes 10h-15h
- Ticket de transport Aller/Retour compris dans l'inscription et remis au retrait des dossards

Tout savoir sur le 20 km de Tours



Tout savoir sur le Marathon de Tours

 (SOLO & DUO)

Pour sa 12^e édition, le Marathon de Tours change la donne avec un nouveau parcours : départ du quai Paul Bert, arrivée sur la place Anatole France au cœur de la Ville, et entre les deux la découverte de Rochecorbon, Vouvray et Vernou-sur-Brenne.

Varié et exigeant, tu découvriras un tracé mêlant **vignobles, bords de Loire** et **patrimoine historique de Tours**.

Analyse détaillée du parcours par **Bastien**, notre expert course à pied ! 



Départ/Arrivée

Quai Paul Bert/
Place Anatole France

Horaire

Départ 7h30

Temps Limite

6h

SAS de départ

Merci de respecter ton SAS et ton horaire de départ pour des raisons de sécurité

TEMPS	DÉPART	ENTRÉE SAS
Élites	7h30	7h00
3h	7h30	7h00
3h15	7h30	7h00
3h30	7h30	7h00
3h45	7h30	7h00
4h	7h30	7h00
4h15	7h30	7h00
4h30 et +	7h30	7h00

Les de la course



Programmation musicale sur le parcours par Terres du Son



Meneurs d'allures : 3h - 3h15 - 3h30 - 3h45 - 4h - 4h15 - 4h30



Tous les 5 km (bananes, dattes, pain d'épices, biscuits salés, sucre, eau, Saint-Yorre, coca, boissons TA Energy) et à l'arrivée (barres de céréales, cakes chocolat, bananes, dattes, pommes, biscuits salés, sucre, eau, Saint-Yorre, coca et boissons TA Energy).



Consignes Place Choiseul de 6h30 à 14h30 (gratuite, sac personnel fermé de 20 L exclusivement)



Toilettes tous les 5 km



Douches - Gymnase des Minimes 10h-15h



Massage de récupération à l'arrivée



Ticket de transport Aller/Retour compris dans l'inscription et remis au retrait des dossards



Si tu as commandé ta plaque personnalisée, tu la recevras directement à ton domicile. Une fois reçue, tu n'as plus qu'à la fixer au dos de ta médaille !



Tout savoir sur le Marathon de Tours

■■■■■■■■■■■■■■■■■■■■ (SOLO & DUO)



COURSE SUR ROUTE · TRAIL · CYCLISME · TRIATHLON

www.sportinnovation.fr



LE CALENDRIER
des courses près de chez vous



VOS INSCRIPTIONS EN LIGNE
en quelques clics



APPLICATION DE SUIVI LIVE
pour un suivi en temps réel



LES RÉSULTATS DE VOS COURSES
sur une seule plateforme

Pour plus d'infos



contact@sportinnovation.fr



02 97 40 43 51



VANNES

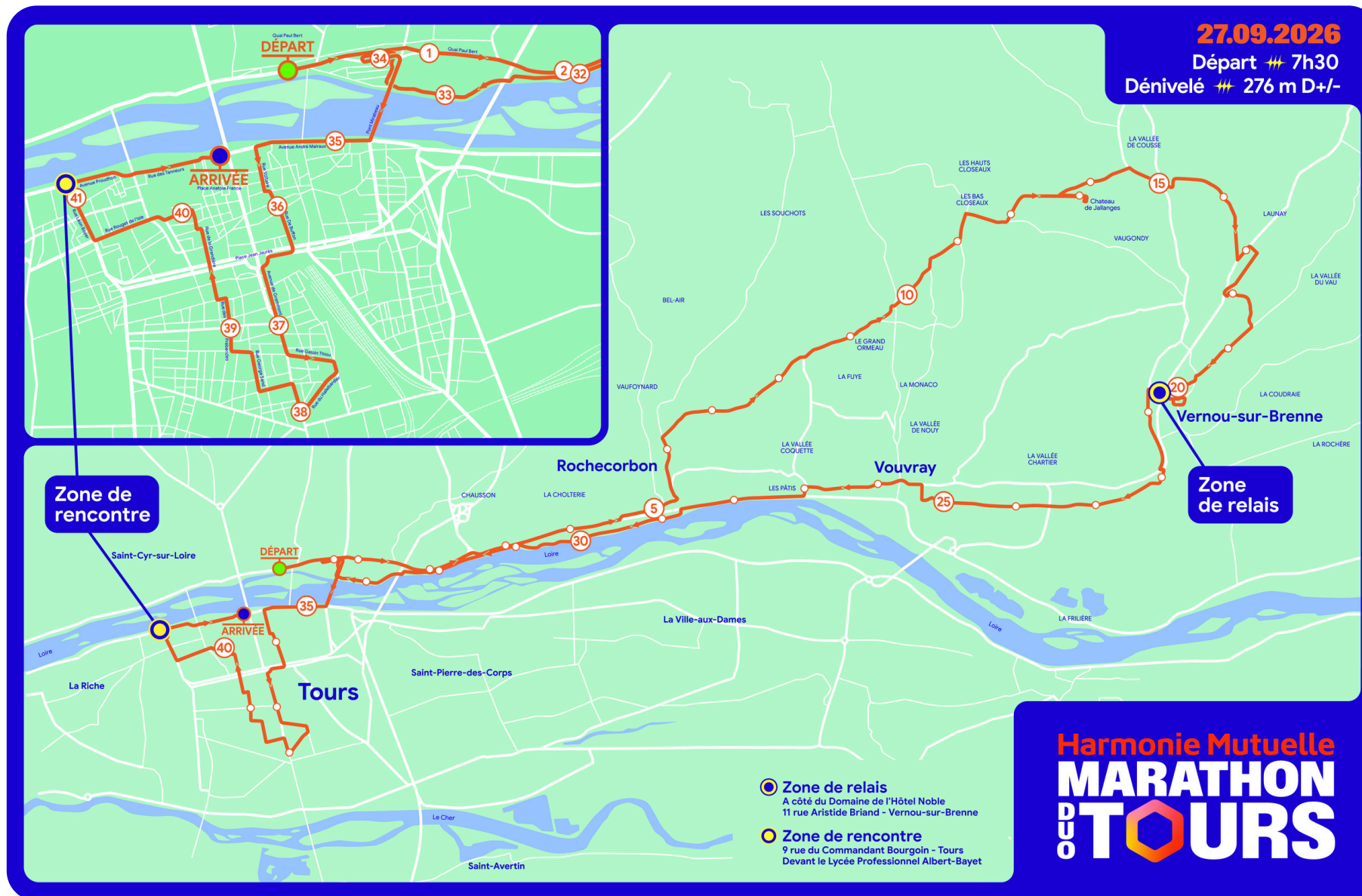
Suivi Live

Tes proches pourront te suivre sur le parcours du Marathon de Tours en direct. Grâce à **l'application Chrono-course**, il seront informés de tes temps de passage, du départ jusqu'à l'arrivée. Télécharge dès maintenant l'application pour ne rien manquer de cet événement exceptionnel !



Tout savoir sur le Marathon de Tours

//////////////////// (SOLO & DUO)



Tout savoir sur le Marathon de Tours

INFOS RELAIS MARATHON DUO

Pour rejoindre la zone relais !

entre 7h et 7h15 : départ de la gare routière de Tours

➤ Arrivée entre 7h45 et 8h00 sur le parking à côté du garage AD à Vernou-sur-Brenne

Passage de dossard (km20,7 de course)
à côté du Domaine de l'Hôtel Noble

● Seconde partie de course : 21,5km

RELAYEUR 1

● A Pied

au Gymnase de Vernou

Zone de bus pour retourner à
Tours : départ parking Garage AD

➤ Arrivée rue du 501^{ème} Régiment
de Chars de Combat

Marche 7min (500m)

● Fin de course en duo (1,195km)



Dalkia est à vos côtés pour **accélérer la décarbonation** de vos territoires et accroître la performance énergétique de vos bâtiments¹.

Découvrez nos solutions sur notre site éco-conçu² **dalkia.fr**

¹ www.dalkia.fr/service-energetique/

² www.dalkia.fr/sitewebeco/

L'énergie est notre avenir, économisons-la !

La ville où il fait bon vivre, on travaille pour que ce soit la vôtre.

SKF



**LA PERFORMANCE
AU CŒUR DE CHAQUE
FOULÉE !**

SKF, partenaire officiel des 10 km, 20 km et Marathon de Tours

Tout savoir sur la Marche Nordique



Vous serez plus de **800 marcheurs** sur le 10 km de Marche Nordique et la Virée Nordique non chronométrée lors de cette nouvelle édition. Sur ce parcours **semi-urbain** en bord de Loire, au cœur de Tours et de Saint-Cyr-sur-Loire, armés de vos bâtons, vous vous élançerez depuis le **Quai Paul Bert** et vous terminerez votre parcours sur les Quai de la Loire, où une séance collective d'étirements vous sera proposée.

Analyse détaillée du parcours
par Sylviane, Directrice de course



Départ

Quai Paul Bert

Arrivée

Quai de Loire

Horaires

8h30 : départ 10 km Marche Nordique de Tours

10h15 : départ Virée Non Chronométrée

Temps Limite

2h30

SAS de départ

Merci de respecter ton SAS et ton horaire de départ pour des raisons de sécurité :

TEMPS	DÉPART	ENTRÉE SAS
Moins de 1h20	8h30	8h
Entre 1h20 et 1h50	8h30	8h
Entre 1h50 et 2h30	8h30	8h
Virée non chronométrée	10h15	9h45



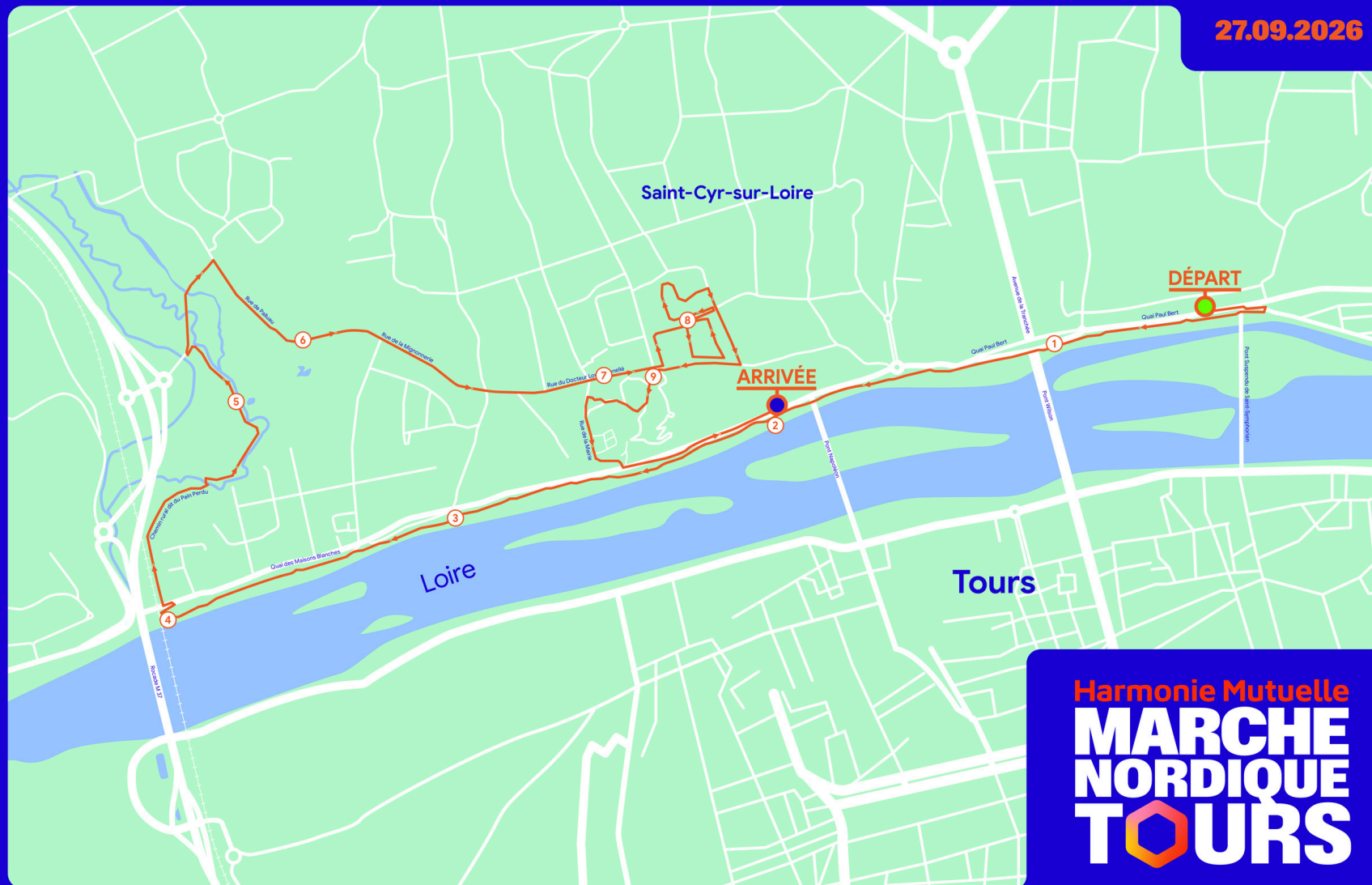
Les ☺ de la course

-  Programmation musicale sur le parcours par Terres du Son
-  Un ravitaillement convivial à l'arrivée
-  Consignes Place Choiseul de 6h30 à 14h30 (gratuite, sac personnel fermé de 20 L exclusivement)
-  Ticket de transport Aller/Retour compris dans l'inscription et remis au retrait des dossards

Tout savoir sur la Marche Nordique



27.09.2026



Harmonie Mutuelle
**MARCHE
NORDIQUE
TOURS**

Tout savoir sur la course Handi-Fauteuil

FAUTEUIL DE COURSE

Créée en 2024 pour poursuivre la promotion du handisport, la course à destination des athlètes en fauteuil de course (sans assistance) revient en 2026 avec un parcours repensé. Après un départ Quai Paul Bert, vous traverserez la Loire par le Pont Mirabeau avant de rejoindre le centre-ville de Tours. Vous passerez notamment par la Rue de Buffon, l'Avenue de Grammont et la Rue des Prébendes.

Vous emprunterez ensuite la Rue Rouget de l'Isle et la Rue Léon Boyer, avant de franchir la ligne d'arrivée Place Anatole France.

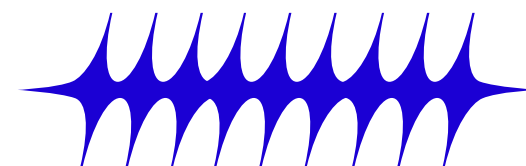


Départ/Arrivée

Quai Paul Bert /
Place Anatole France

Horaire

Départ 7h55



Tout savoir sur la Course des Jeunes



5ème édition de la Course des Jeunes au Parc de la Gloriette pour **les 6-15 ans** ! Cette épreuve **non chronométrée** est avant tout festive et accessible à tous, offrant un moment unique et joyeux aux jeunes inscrits. Une journée de plaisir et de sports les attend !



Départ/Arrivée

Parc de la Gloriette (61 Avenue de Pont-Cher, 37200 TOURS)

Horaires

9h15 :

Début des animations

9h15-9h45 :

Retrait des dossards

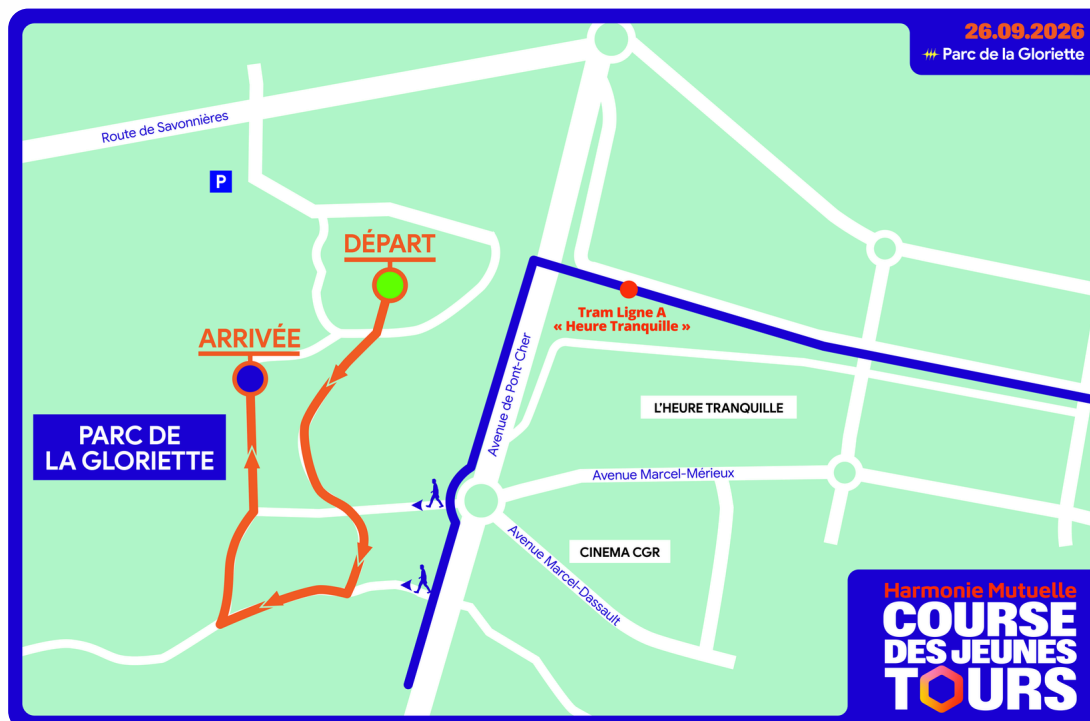
10h : 1 boucle - 750m
(6-8 ans)

10h30 : 2 boucles - 1,5 km
(9-11 ans)

11h : 3 boucles - 2,25 km
(12-15ans)

Animations

- Initiation au Disc Golf
- Découverte de l'athlétisme



Aucune inscription sur place !





La ville où il fait bon vivre,
on travaille pour que
 ce soit la vôtre.

KILOUTOU
LOUER, PARTAGER.



RETROUVEZ NOUS

KILOUTOU CHAMBRAY-LES-TOURS
 Av. du Grand Sud, Route Nationale 10
 02 47 28 18 18
agence0340@kiloutou.fr

KILOUTOU PARCAY MESLAY
 Rond Point de l'Aviation, D77
 02 47 85 45 85
agence0341@kiloutou.fr

Infos pratiques



Se rendre Quai Paul Bert (via accès place Choiseul obligatoire)

En tram/bus

Grâce à ton ticket A/R offert avec ton inscription

En Tram

- Arrêt Gare de Tours puis 15 min à pied
- Arrêt Place Choiseul puis 5 min à pied

En bus

- Arrêt Gare de Tours puis 15 minutes à pied (lignes 2 - 3 - 5 - 11 - 19 - 34)

Pour l'occasion, tous les parkings relais seront ouverts en accès libre : Vaucanson, Mayer, Tranchée, L'Heure Tranquille, Lac, Sagerie et Jean Monnet

En vélo

Parking pour vélos disponible en collaboration avec le Collectif Vélo 37 : Place Choiseul

Parkings

Vinci Gare : 650 places
Champs Girault : 178 places

Circulation & stationnement

Afin de garantir le bon déroulement de la course, la circulation et le stationnement seront réglementés et/ou interdits sur l'ensemble du parcours, le samedi 26 et dimanche 27 septembre. Découvre ci-dessous ci-dessous la carte réalisée par Tours Métropole pour anticiper tes déplacements !



Venez au départ à vélo !

Grâce au **Collectif Cycliste 37**, un parking vélos gardienné sera installé Place Choiseul, à deux pas de la zone de départ.

- Parking surveillé de 6h30 à 14h30
- Pensez simplement à apporter votre cadenas

En bonus, les bénévoles du Collectif Cycliste 37 seront présents pour vous conseiller sur l'entretien de votre vélo et regonfler vos pneus avant votre retour.

PLAN SITE DÉPART

**ACCUEIL
HANDISPORT**

**PARKING
PMR**



Avenue de la Tranchée

Place Choiseul

**ENTRÉE
COUREURS**

CONSIGNE

BAR A PAILLETTES



**PARKING VÉLOS
Collectif Vélo 37**

ACCÈS COUREURS DÉPART (PLACE CHOISEUL)

Pont Wilson

**Arrivée
Place
Anatole France**

La Loire

ECHAUFFEMENT

**l'Orange
bleue** non coach
Fitness

FLUX COUREURS

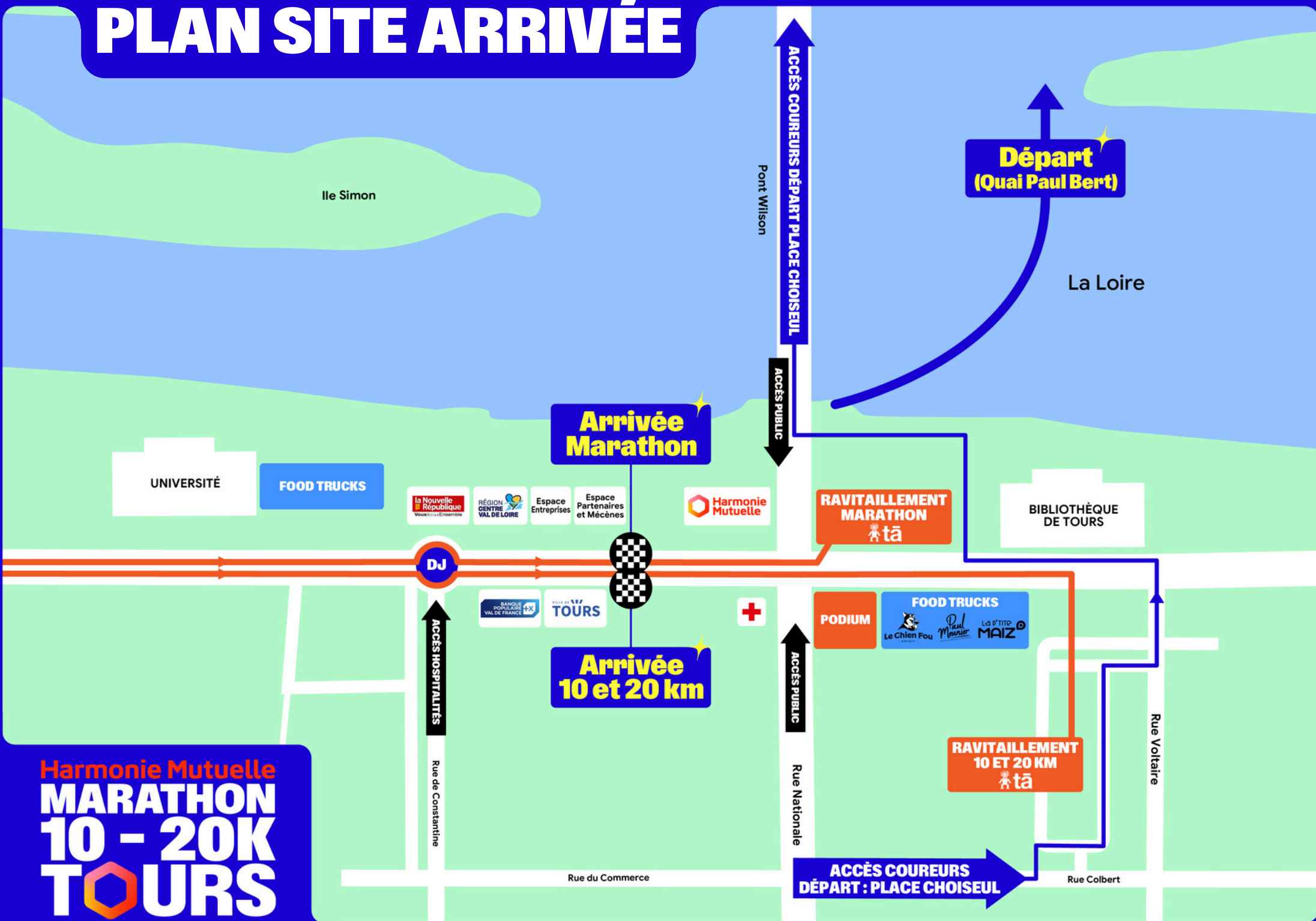
FLUX PUBLIC

Départ

**la Nouvelle
République**
Vous êtes Ensemble

Harmonie Mutuelle
MARATHON
10 - 20K
TOURS

PLAN SITE ARRIVÉE



PLAN MARCHÉ NORDIQUE

Saint-Cyr-sur-Loire

Arrivée

Départ

RAVITAILLEMENT

**PARKING
VÉLOS**

**ENTRÉE
COUREURS**
CONSIGNE

FLUX COUREURS
FLUX PUBLIC

Quai Paul Bert

Pont suspendu de St-Symphorien

Avenue de la Tranchée

Place Choiseul

Pont Wilson

Pont Napoléon

Loire

Harmonie Mutuelle
**MARCHE
NORDIQUE
TOURS**

Le Jour J



La Check-list du Jour J

- ✓ Télécharge le [Guide Nutrition](#) de notre partenaire Tā Energy pour tout savoir sur l'hydratation et la nutrition, avant-pendant-après ta course !
- ✓ Un bon petit déjeuner
- ✓ Une tenue sportive adaptée 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 !!

Le Bar à Paillettes Gîtes de France® est de retour ✨

Avant de prendre le départ, arrêtez-vous au Bar à Paillettes Gîtes de France® et ajoutez une touche de couleur pour briller jusqu'à la ligne d'arrivée 🎉

- **Stand Gîtes de France®**
Quai Paul Bert
- **Gratuit**
- **Ouvert à tous**

Après ta course, reprends des forces !

Découvre les foodtrucks présents place Anatole France le dimanche 27 septembre :

- **Paul Meunier** : boulangerie et snacking
- **Pizza Turone** : fouées, pizza et pâtes
- **Pic NiK Rick** : burgers et frites
- **Le Korrigan** : crêpes et galettes bretonnes
- **La Douce Folie** : plats Cuisinés

Et pour te rafraichir après ces nombreux kilomètres viens déguster les bières artisanales et locales de notre partenaire **La P'tite Maiz'**.

Personnalise ta pancarte supporter !

Rendez-vous au Salon Harmonie Mutuelle Marathon 10-20K Tours vendredi 25 et samedi 26 septembre pour créer ta **pancarte personnalisée L'Heure Tranquille** et soutenir nos champions le Jour J !





**L'HEURE
TRANQUILLE**

Partenaire officiel des supporters



Le bar à Paillettes GÎTES DE FRANCE



**On met des
paillettes dans
ta course !**

Passe nous voir
avant le départ
pour briller sur la
ligne d'arrivée ✨

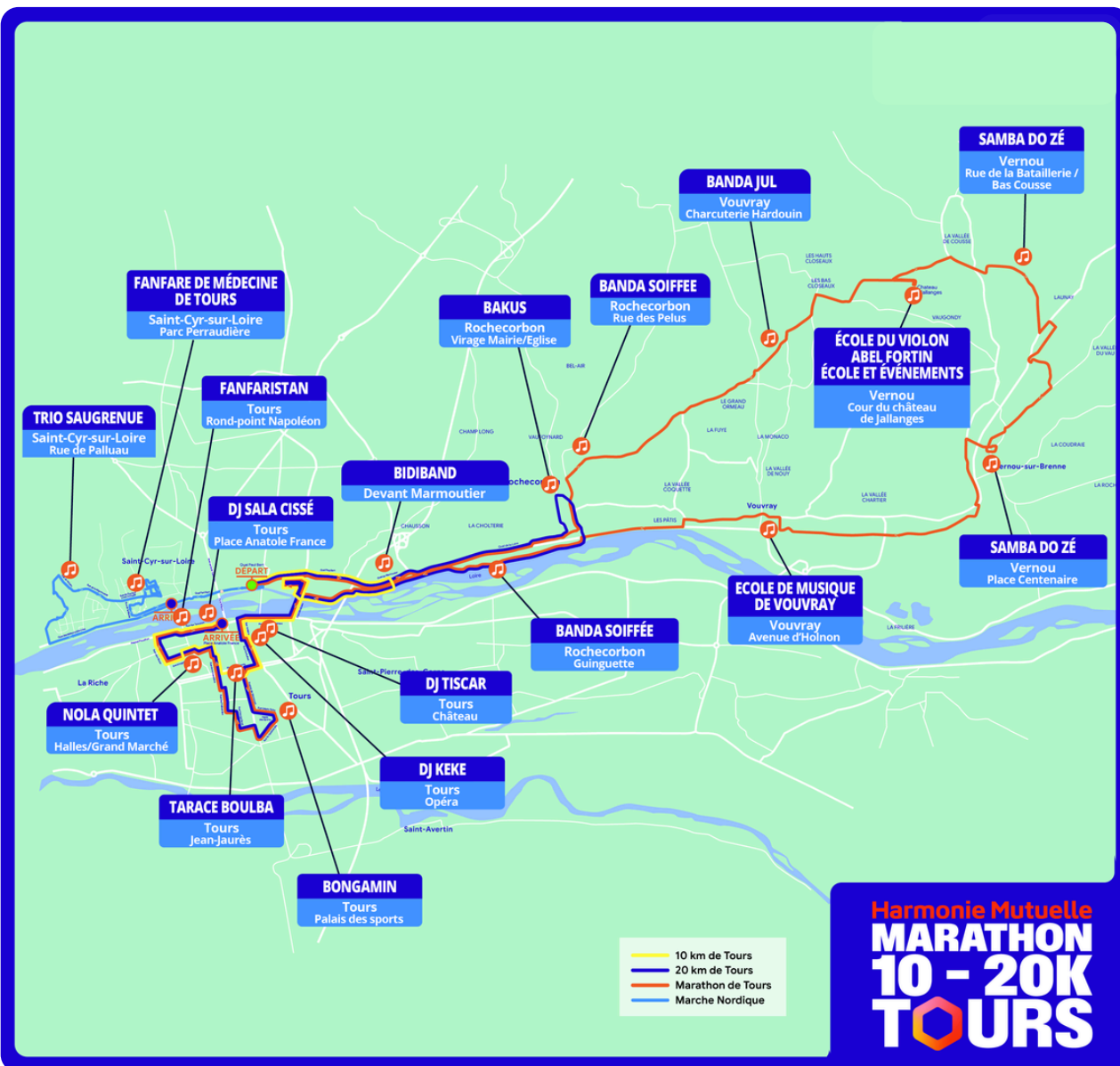
Gratuit



Parcours en musique



AVEC LE FESTIVAL TERRES DU SON



**TERRES
DU SON** ÉTHIQUE & RESPONSABLE

Terres du Son est de nouveau à nos côtés pour animer musicalement le parcours !

Jazz, samba, DJ set, il y en aura pour tous les goûts ! Les différentes épreuves vont prendre des allures de fête grâce à une ambiance musicale de folie. Des groupes de musique seront là pour te booster tout au long du parcours. Que tu sois coureur ou marcheur, laisse-toi emporter par le rythme et fais de cette course un moment mémorable !

Supporters et supportrices, préparez-vous à encourager les coureurs avec enthousiasme pour une ambiance survoltée le jour J !



Je suis finisher !



Tes photos individuelles

Finishers Capture te propose d'acheter tes photos individuelles.

Tu peux retrouver tes photos en HD après ta course grâce à ton numéro de dossard et choisir celle que tu veux acheter.



Résultats et diplôme de FINISHER

Après ta course, consulte tes résultats et télécharge ton diplôme FINISHER sur notre [site officiel](#).



L'esprit Tourangeau



BANQUE
POPULAIRE 
VAL DE FRANCE

PARTENAIRE HISTORIQUE

Ensemble sur la ligne de départ

! LaBanquePopulaireValde France vousaccompagne à chaque kilomètre de votre parcours.

Banque Populaire Val de France- Société Anonyme coopérative de Banque Populaire à capital variable, régie par les articles L. 512-2 et suivants du Code monétaire et financier et l'ensemble des textes relatifs aux Banques Populaires et aux établissements de crédit. Siège social : 9 avenue Newton - 78180 Montigny-Le-Bretonneux. SIREN 549 800 373 RCS Versailles.



Un événement toujours engagé



Alimentation responsable

Coureur : produits locaux et/ou bio à chaque ravito

Volontaires signaleurs : paniers gourmands (pâté du Père Champain, confiture des Mille et une confitures, bière La P'tite Maiz' et jus de pomme des Vergers de la Manse)

Supporter : offre de restauration locale proposée après ta course Place Anatole France.



Achats responsables

Nos **tee-shirts, tour de cou et chaussettes réalisés en collaboration avec CIRCLE sont éco-responsables** : fabriqués en Europe à partir de matières recyclées.

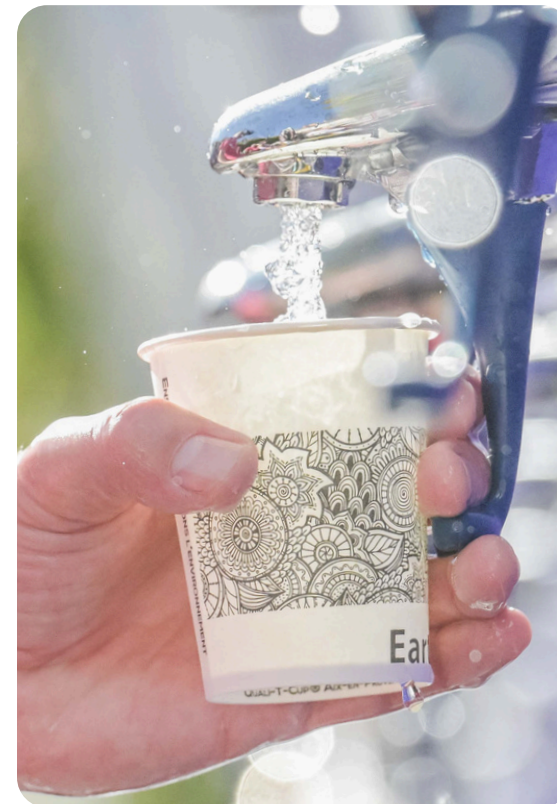
Si tu as commandé un produit Circle lors de ton inscription, récupère le au Salon Harmonie Mutuelle Marathon 10-20K tours ! La boutique sera ouverte pour ceux qui ne l'auraient pas commandé !



Réduction des déchets

Depuis 2023, installation de **rampes à eau** et de gobelets compostables **EARTH CUP**.

Renforcement du tri et de la sensibilisation : les biodéchets sont récupérés et les surplus distribués à la Banque Alimentaire et les Restos du Coeur.



Mobilités durables

Un **ticket de transport offert par Fil Bleu** Tours Métropole-SMT avec ton inscription. Pour la 3ème année, profite de l'offre Rémi sur les trains du réseau le dimanche 27 septembre.



Respect des sites naturels

Nos parcours se situent dans un espace inscrit au patrimoine mondial de **l'UNESCO**. Pour garantir sa protection, une patrouille verte nettoie le parcours après ton passage.

Un événement toujours engagé



Une course solidaire

Bulle Enchanté et 1001 Pétales, l'association caritative mise à l'honneur à l'occasion de la course dont Marie-José Pérec est la marraine nationale, recevra 1€ pour chaque inscription coureur.

ASSOCIATION 1001 PÉTALES



Pour les enfants et jeunes de l'association



Bulle ENCHANTÉE
Un répit pour chacun



Promotion de l'égalité homme/femme

Mise en place de **primes équitables et paritaires** : les hommes, femmes, hommes handisport et femmes handisport ont tous les mêmes récompenses qu'il importe la distance.



Des épreuves pour tous et inclusives

Sport pour toutes et tous ! Athlètes handisport et accompagnateurs, on t'accueille avec des parcours adaptés et une inscription gratuite grâce à **Harmonie Mutuelle**. Plus de 160 personnes bénéficient de ce dispositif en 2026 !



Respect des sites naturels

Nos parcours se situent dans un espace inscrit au patrimoine mondial de **l'UNESCO**. Pour garantir sa protection, une patrouille verte nettoie le parcours après ton passage.



**Marathon,
10 km et 20 km
de Tours**



FDJ, partenaire majeur du marathon, 20 et 10 km de Tours, souhaite une belle course à tous les participants.

Édition 2026



Marie-José Pérec, de nouveau Marraine en 2026 !

Marie-José Pérec, triple championne olympique et icône de l'athlétisme français, ambassadrice de la marque Circle est de nouveau la marraine de l'événement !



Harmonie Mutuelle CHALLENGE ENTREPRISES

Notre partenaire Harmonie Mutuelle propose un défi supplémentaire aux entreprises, clubs et associations.

Toutes les teams inscrites peuvent tenter de décrocher par équipe : le **prix de la team endurante** (- de 50 coureurs ou + de 50 coureurs) ou le **prix de la team féminine et masculine la plus performante** !



Merci à nos bénévoles!

Un grand merci à notre super Team bénévoles sans qui l'événement ne pourrait avoir lieu ! Une équipe de choc qui fait, chaque année, de cet événement une réussite !! Ils vous suivront tout au long de votre week-end : ravitaillements, épongeages, consignes, signaleurs, Salon Running ! Merci aussi à nos 4 clubs supports : ASPTT de Tours, Jogging Tours et RSSC et aux écoles Win Sport School, Excelia et l'école de Marmoutier pour leur soutien.

FAQ



Est-ce qu'il y aura des consignes ?

Tu auras la possibilité de déposer gratuitement ton sac (20L max) dans l'espace Consigne (Place Choiseul), à proximité de la zone départ-Arrivée de 6h30 à 14h30.

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

Oui, il y aura des toilettes tous les 5km, ainsi que sur la zone de Départ/Arrivée Quai Paul Bert. Des douches seront à votre disposition après les courses au Gymnase des Minimes (11 rue des Minimes), de 10h à 15h. Accès sur présentation du dossard.

Comment connaître et rejoindre mon SAS ?

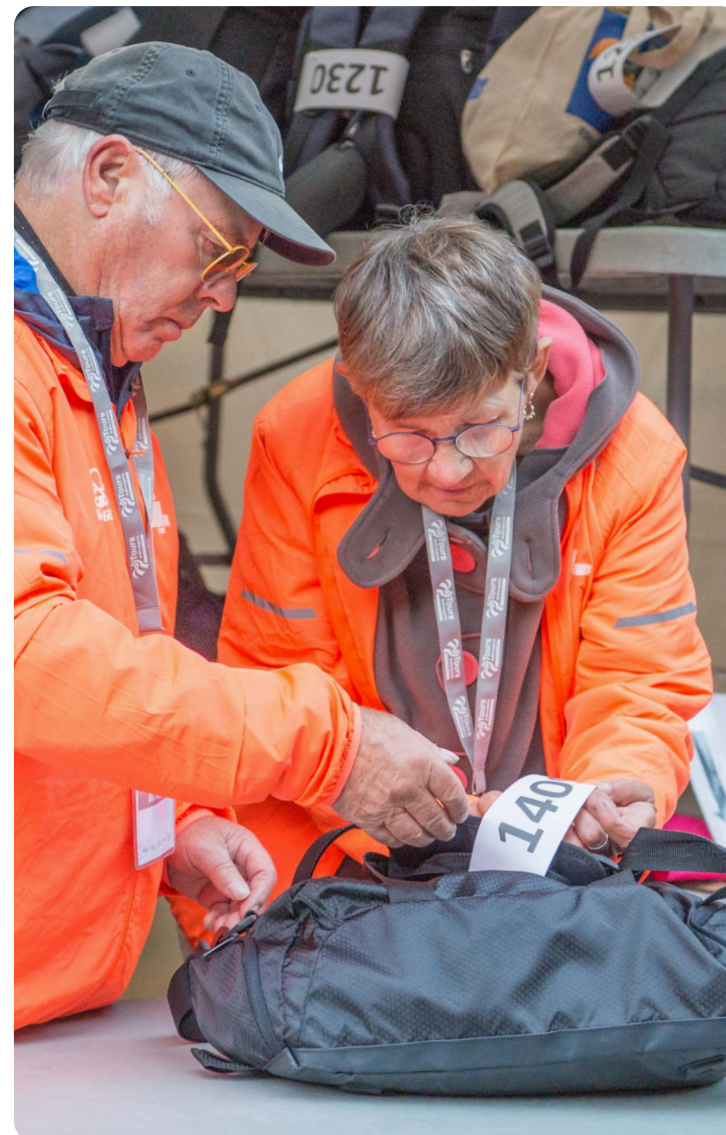
Au retrait des dossards, un bracelet te sera remis de la couleur et l'heure de ton SAS. Si tu es inscrit via une Team Entreprise, rapproche-toi de ton référent. Le jour J, accroche ton bracelet et place-toi dans le SAS correspondant, au niveau de la Bibliothèque Municipale, en respectant bien les horaires d'entrée.

Quel est mon horaire de départ pour le 10 km ?

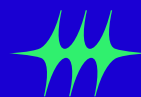
Cette année, il y aura 3 départs pour le 10 km : 11h15, 11h30 et 12H. Pour connaître ton horaire de départ, regarde ton SAS de départ. Départ à 11h15 pour les SAS Elite, 40 min, 45 min, 50 min et 55 min, départ à 11h30 pour le SAS 1h et départ 12H pour le SAS 1h10 et plus (plus d'infos en page 4).

Où voir les résultats ?

Les résultats seront accessibles après la course sur notre site internet : www.harmonie-mutuelle.marathon1020ktours.com/



Merci à nos partenaires et mécènes



PARTENAIRE TITRE



PARTENAIRES INSTITUTIONNELS



PARTENAIRES MAJEURS



PARTENAIRES OFFICIELS



PARTENAIRES MÉDIAS



MÉCÈNES



Harmonie Mutuelle
MARATHON
10 - 20K
TOURS



www.harmonie-mutuelle.marathon1020ktours.com/