



GUIDE OFFICIEL DU PARTICIPANT





LES CHIFFRES CLÉS



▶ UNE EXPÉRIENCE



♀ **30%**
de femmes

♂ **70%**
d'hommes

PRÉNOMS

les plus représentés par épreuve

Alexandre

Camille

PARTICIPANT

le plus jeune

17

17

le plus âgé

77

71

12 000
PARTICIPANTS AU TOTAL





RETRAIT DES DOSSARDS



NOUS VOUS DONNONS RENDEZ-VOUS AU... POUR RETIRER VOTRE DOSSARD



- Jeudi – Magasin I-Run, Boulogne-Billancourt
- Vendredi & Samedi – Salon by I-Run, Gymnase de la Biodiversité, Boulogne-Billancourt



Les bénévoles me remettront :

- Mon dossard — à ne surtout pas plier, pour ne pas abîmer la puce.
- Des épingles — pour bien le fixer sur mon t-shirt.
- Mon bracelet de sas — indispensable pour accéder librement à mon sas de départ.

SAS ELITES

COMMENT RETIRER MON DOSSARD ?

Il faudra vous munir de :

1

Votre carte de retrait que vous recevrez par mail la semaine de l'événement et qui sera disponible sur votre espace coureur.

2

Votre numéro PPS, si vous n'avez pas pu le joindre directement sur votre espace coureur. (Aucun certificat médical ne sera accepté)



HORAIRES



Jeu

di 13 novembre : 10 h à 19 h
(sur réservation uniquement et sous réserve des quotas disponibles)

Vend

redi 14 novembre : 11 h 30 à 19 h

Sam

edi 15 novembre : 10 h à 18 h



ATTENTION
Aucun retrait de dossard
ne sera possible le
16 novembre 2025.



Pensez à télécharger votre carte de retrait avant d'entrer dans le gymnase, le réseau y est limité. Cela facilitera la remise rapide de votre dossard.

RETRAIT PAR UN TIERS

Un tiers peut retirer votre dossard avec votre carte de retrait ainsi qu'une copie de votre pièce d'identité.



RETRAIT DES DOTATIONS



POUR RETIRER VOTRE T-SHIRT

NOUS VOUS DONNONS RENDEZ-VOUS AU...



Jeudi - Magasin I-Run,
Boulogne-Billancourt
Vendredi & Samedi - Salon by
I-Run, Gymnase de la Biodiversité,
Boulogne-Billancourt

HORAIRES



Jeudi 13 novembre : 10 h à 19 h

Vendredi 14 novembre : 11 h 30 à 19 h

Samedi 15 novembre : 10 h à 18 h

**⚠ Attention : Les t-shirts étaient
réservables lors de votre inscription. Les
stocks sont limités par taille.**

**Si vous n'avez pas réservé ou si votre
taille est en rupture, aucun échange ne
sera possible.**

COMMENT RETIRER MA DOTATION ?

Il faudra vous munir de :

- 1 Votre carte de retrait, disponible sur votre espace coureur et envoyée par mail la semaine de l'événement, ainsi que votre dossard retiré au préalable, seront indispensables.
- 2 Votre pièce d'identité en cours de validité (Carte Nationale d'Identité ou Passeport)



VOUS AVEZ COMMANDÉ VOTRE DOSSARD PAR VOIE POSTALE ?

Pas d'inquiétude si votre t-shirt n'étaient pas dans l'enveloppe : c'est tout à fait normal !

Vos dotations seront à récupérer le jour de votre course, directement au stand dotations, avant ou après l'épreuve, selon ce qui vous arrange.

→ Rdv au Gymnase Paul Bert de 8 h à 14 h

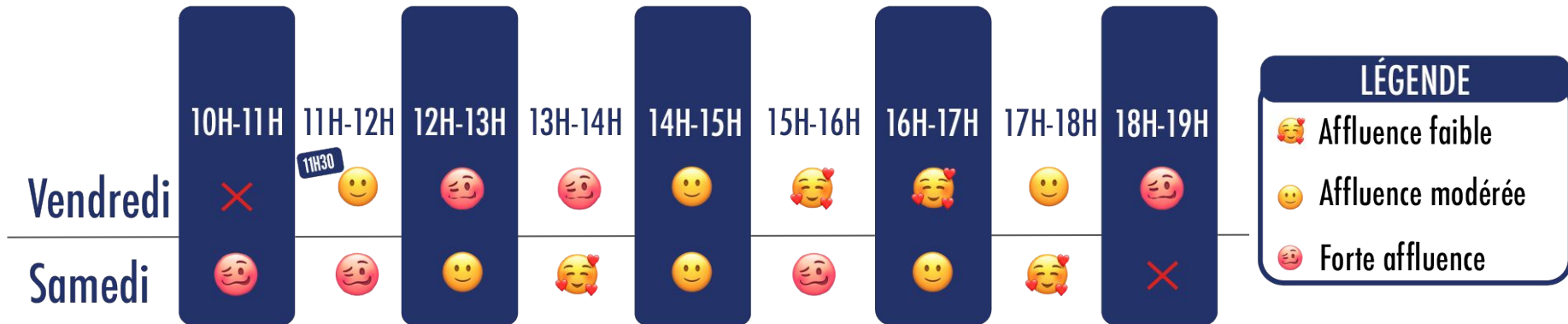
RETRAIT PAR UN TIERS

Un tiers peut retirer votre t-shirt avec votre dossard et votre carte de retrait.



L'AFFLUENCE - SALON BY i-Run

Préparez votre course en toute sérénité ! Trouvez le moment idéal pour retirer votre dossard et plongez au cœur de l'événement en découvrant nos exposants.



Petit rappel 🕒 Voici les horaires de retrait des dossards :

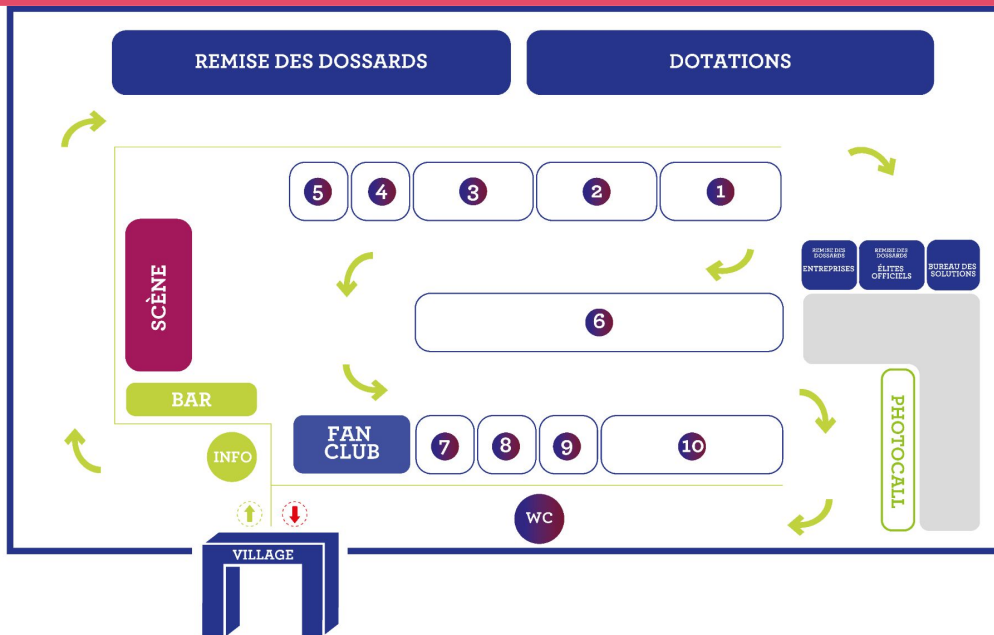
- Jeudi : uniquement sur réservation via votre espace coureur
- Vendredi : de 11h30 à 19h
- Samedi : de 10h à 18h



SALON BY I-RUN



Plan du salon



- 1 TA Energy
- 2 Vitamin Well
- 3 Overstim's
- 4 Xrun
- 5 Bomolet
- 6 i-Run
- 7 Rochebrin
- 8 La Recyclerie Sportive
- 9 Club Capital Conseil
- 10 Veolia

PROGRAMME - Salon by i-Run



VENDREDI 14 NOVEMBRE

Ouverture du village : 11h30

Remise des dossards : 11h30 à 19h00

Fermeture du village : 19h00

SAMEDI 15 NOVEMBRE

Ouverture du village : 10h00

Remise des dossards : 10h00 à 18h00

Concert à la guitare par Quitterie & Marin : 11h00 à 13h00

Fermeture du village : 18h00



PROGRAMME - Jour de la course



DIMANCHE 16 NOVEMBRE

- Ouverture des consignes : **8h00**
- Accès au SAS : à partir de **8h30**
- Départ de la course : **10h00**
- Premières arrivées : **11h00**
- Kinés au Gymnase Paul Bert : **11h00 - 14h00**
- Podium: **11h30**
- Fermeture : **14h00**



INFORMATIONS GÉNÉRALES



Durant la course, assurez-vous de porter votre dossard de manière visible pour vous retrouver sur les photos officielles !



La Recyclerie sportive, sera présente pour collecter des vêtements. Des écoboxs seront installées en zone de départ et sur le village. Donnez une seconde vie à vos articles de sport et de loisir ! 

COMPOSITION DES RAVITOS



Des ravitaillements solides et liquides vous sont proposés tous les 5km et à l'arrivée.



Nous vous proposons :

- Fruits frais (pommes, poires et oranges) : énergie rapide, anti-fatigue.
- Fruits secs (dattes, amandes, noixettes, noix) : énergie progressive, prévention des crampes.
- Tuc & Bretzels : recharge en sodium, énergie durable.
- Pain d'épices, quatre-quart : densité énergétique
- Carré de sucre et de chocolat : boost rapide et facile à ingérer
- Gels & électrolytes Ta Energy (km 15) : maintien de l'intensité et de l'hydratation.

ANIMATIONS PARCOURS



 **Swinguez Moustach Duo - 1 KM**

 **MAS PANAME - 2,5 KM**

 **Maxime Perrin - 4 KM**

 **Wonderbrass - 5 KM**

 **Batucada Brasis - 6 KM & 19 KM**

 **Choukaj Mas Pari - 7.5 KM & 17.5 KM**

 **Fanfare Youri Gargariz - 9 KM & 16.5 KM**

 **Fanfare Chapoum Tchack - 10.5 KM & 15.5 KM**

 **Companhia de Cycz - 12 KM & 13 KM**

 **LUNATIK MASS - 14.5 KM**

 **Wolfpack Cheers - 21.1 KM**

 **VITAMIN WELL
Cheering Zone - 20KM**





CIRCULATION ET STATIONNEMENT



La **circulation** et le **stationnement** seront **interdits** du **samedi 15 novembre à partir de 20h jusqu'au dimanche 16 novembre 15h** dans les rues suivantes :

- Rue de Sèvres
- Boulevard Anatole-France
- Quai Le Gallo
- Rue Gallieni,
- Rue Georges-Sorel,
- Rue de la Belle-Feuille
- Avenue André-Morizet
- Avenue Victor-Hugo
- Boulevard Jean-Jaurès

N'hésitez pas à prévoir vos trajets grâce à notre carte Waze qui prend en compte les routes fermées :





LES ACCÈS - MOBILITÉS DOUCES



En transports en commun

Le gymnase de la Biodiversité et le départ,
sont accessibles en transports en commun :

M 9 Stations - Marcel Sambat
- Billancourt

BUS 42 Arrêt - Place Jules Guesde
389

À vélo ? Pour un départ sans
stress et des déplacements fluides,
utilisez les stations vélib

En savoir plus : cliquez [ici](#)

Prévoir la déviation des bus suivants le dimanche 16 novembre 2025 :

123 et 175 : de 4h30 à 15h

126 : de 23h30, le samedi 15 novembre à 18h le dimanche 16 novembre

189 (Quai du point du jour) : de 7h30 à 15h

289 : de 04h30 à 15h (avenue de la république)

389 : de 04h30 à 15h

241 : Prévoir une limitation au Pont de Suresnes

260 : de 04h30 à 15h

70 : de 04h30 à 15h

42 : de 04h30 à 15h

N162 : de 04h30 à fin de service (gêne sur montages vers Marcel Sambat)

467 : de 04h30 à 15h

160 : prévoir une limitation au Pont de Saint-Cloud



LES ACCÈS - PARKINGS

Si vous venez en voiture, voici les options de parking disponibles à proximité du départ :

- **Parking Q-park (GRATUIT le jour de l'événement) :**
 - Entrée : Accès par la Route de la Reine, puis la Rue de la Saussière.
 - Sortie : En contre-sens par la Rue de la Saussière, puis la Rue Gallieni, et enfin la Rue d'Aguesseau.
- **Parking des Passages :**
 - Entrée : Accès par la Route de la Reine, puis la Rue de la Saussière.
 - Sortie : Via la Rue d'Aguesseau.
- **Autres Parkings Indigo disponibles (Tarifs habituels) :**
 - Parking Indigo Boulogne-Billancourt Rives De Seine
 - Parking Indigo Boulogne-Billancourt Marché
 - Parking Indigo Boulogne-Billancourt Heyrault





SEMI-MARATHON : DIMANCHE 16 NOVEMBRE

INFORMATIONS PRATIQUES

 **Départ - 10h**

 Les Joëlettes partiront dans le dernier SAS comme stipulé dans le règlement des courses à label

 **Accès au départ -**
117 Avenue Victor Hugo

 **Barrière horaire : 3 h 00**

Les résultats seront disponible dès le dimanche 16 après-midi sur le site internet.

CONSIGNES



 **Boulevard Jean Jaurès**

 **Dépose - dès 8h**
Reprise - avant 14h



Sac de 20L maximum accepté

 **Dénivelé : 124 D+**



Ravitaillement solide et liquide
tous les 5KM et à l'arrivée

TRANSPORTS



 **9** - Arrêt **MARCEL SEMBAT**

 **42** - Arrêt **MARCEL SEMBAT**



Pensez à prendre une flasque ou une gourde : vous pourrez les remplir sur les ravitos !

ATHLÈ
LABEL ROUTE

ARGENT



ACCÈS ZONE DÉPART

⚠ Prenez vos précautions avant le départ !



Entrée des coureurs :



Avec sac : accès via le Boulevard Jean-Jaurès



Sans sac : accès via l'Avenue André-Morizet



Consignes : ouverture à 8 h

Situées Boulevard Jean-Jaurès



Les sacs de plus de 20L ne seront pas pris en charge.



Accès aux SAS de départ à partir de 8 h 30



WC à disposition : Avenue André-Morizet et Boulevard Jean-Jaurès



LA ZONE D'ARRIVÉE



Avec consignes

Accès par le Boulevard Jean-Jaurès



Espace kinés / ostéos – Grand public



Gymnase Paul-Bert

Entrée via l'Avenue du Général Leclerc



Sans consigne

Accès par l'Avenue André-Morizet



ACCÈS COUREURS
ENTREPRISES



ACCÈS ESPACE
MASSAGES



RETOUR CONSIGNES



SORTIE SANS
CONSIGNES



RAVITAILLEMENTS



HÔTEL DE VILLE



TENTE ÉLITES
OFFICIELS



FAN ZONE



GYMNASSE PAUL BERT,
KINÉS GRAND PUBLIC



UNE COURSE QUI S'ENGAGE



Merci pour vos dons !

Nous nous associons avec l'association les Enfants de l'Himalaya pour aider les enfants d'un village isolé en Himalaya indien



Adieu les bouteilles en plastiques et les gobelets jetables !

Pour alimenter nos ravitaillements en eau, nous n'utilisons plus de plastique à usage unique. L'Eau d'Île-de-France nous permet d'alimenter tous les participants en eau fraîche et locale.



Nous récupérons vos textiles non utilisés

Rendez-vous en zone départ ou sur le village pour leur donner une seconde vie avec la Recyclerie Sportive, qui met à disposition des écoboxs



Course à pieds rime avec recycler !

C'est pourquoi nous développons un plan d'action pour la réduction des déchets et l'encouragement du tri.



Des ravitaillements responsables !

Des produits locaux, de saison et sauvés du gaspillage industriel.



SUPPORTER

Venez soutenir vos coureurs et laisser votre empreinte !

Vendredi & Samedi - Stand Fan Club

Venez créer des pancartes personnalisées pour encourager vos proches sur le parcours ! Laissez parler votre créativité et apportez une dose d'énergie aux coureurs.

Dimanche - Gravure de médaille - Gymnase Paul Bert

Transformez vos souvenirs en médailles personnalisées ! Pour 8 €, vous pourrez graver votre nom, prénom ou votre temps sur la médaille de l'épreuve.

Passez nous voir, soutenez vos coureurs et repartez avec des souvenirs inoubliables !



Vos spots pour soutenir les coureurs



1

 Le Coup d'Envoi : Croisement Rue du Dôme / Bd de la République !

Supporters, si vous voulez voir la vague du départ et donner le ton de la course, votre poste est au croisement Rue du Dôme et Boulevard de la République !

2

Supporters, si vous cherchez le lieu IDÉAL pour encourager nos coureurs, ne cherchez plus : direction le Quai Georges Gorse, devant le Parc de Billancourt !

Rendez-vous au km 3 !

3

Avis à la team de choc ! Pour donner un coup de boost à nos athlètes au cœur de la course, rendez-vous dans le Bois de Boulogne, sur l'Allée de la Reine Marguerite (vers le 11ème kilomètre) ! Ce secteur, c'est le cœur du Semi. Les coureurs ont dépassé la mi-distance et entrent dans la zone où la fatigue s'installe, juste avant les petites difficultés.

4

Après être sortis du Bois de Boulogne, les coureurs sont sur la dernière partie de la course, aux alentours des 15-18 km.

Se tenir le long des quais devant l'ACBB Rugby sur la voie de retour permet de leur donner un boost d'énergie crucial pour tenir les derniers kilomètres avant l'arrivée.



Cheering zone **VITAMIN WELL**



Emplacement : Rue de Sèvres



Le Rythme de la Course : assuré par DJ SALA !



Portez la voix :

- Pancarte Supporters : Préparez vos meilleurs messages ! C'est le moment de les brandir pour un boost mental garanti. On veut voir vos couleurs et votre créativité !



Récompense du Meilleur Supporter : Hydratation *Vitamin Well* Offerte !

- Pour vous, spectateurs : Venez récupérer votre bouteille de Vitamin Well pour vous hydrater pendant que vous encouragez les coureurs !

(Offre limitée, venez tôt !)



Vos proches peuvent vous suivre à distance !

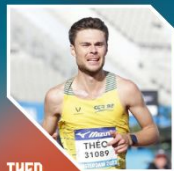
En donnant l'accès "suivi en direct" à vos proches, ils peuvent suivre vos performance tout au long de la course et découvrir les résultats dès le dimanche soir.



[Suivi en direct](#)

PAGERS

1H25



THEO
JOLLY

1H18



VALENTIN
GERARD

1H10



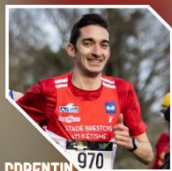
ALEXIS
KUCH

1H23



VINCENT
HERMAREC

1H15



CORENTIN
LESCOP

1H08



JEFF
LASTENNET

1H20



TOM
CONNERY

1H12



CHARLES
PERRAULT

1H06



AUGUSTIN
CABLANT



LA TENUE



RACE DAY ULTRA
LIGHT SINGLET



RC ULTRA LIGHT
SPLIT SHORT 3



FUELCELL
SUPERCOMP ELITE US



li-run





MENEURS D'ALLURE

SEMI-MARATHON DE BOULOGNE-BILLANCOURT



AUGUSTIN - 1H30

“ Fort de plusieurs années d'expérience en tant que meneur d'allure, j'adore accompagner les coureurs, partager mon énergie et les aider à atteindre leurs objectifs dans la bonne humeur.

Pas d'inquiétude, je serai là pour vous motiver tout au long du parcours... et aussi pour jouer les distributeurs de ravitaillement officiels

“ Coureur depuis toujours, devenu triathlete au fil des années, j'ai participé à des épreuves telles que la TDS - UTMB, l'Ultra de Saint-Jacques (Top 50) ou encore le Marathon du Mont-Blanc. Aujourd'hui, je cours avant tout pour le plaisir et pour profiter de la nature. Je prends un peu de recul sur les compétitions sur route, mais pour référence, j'ai réalisé 1h12 sur semi-marathon et 2h54 sur marathon (il y a déjà quelque temps).

”

OLIVIER - 1H30



”



JOHANN - 1H35

“ 26 ans de course à pied, principalement en ultra-distance. Toujours avec la même envie : partager la passion, accompagner, et permettre à chacun de se dépasser, quel que soit son niveau. Une phrase qui nous guide, dans les bons moments comme dans les plus durs : Never Give Up

”



MENEURS D'ALLURE

SEMI-MARATHON DE BOULOGNE-BILLANCOURT



“ Triathlète le reste de l'année, m'engager en tant que meneur est ma façon de rendre la pareille pour toutes les courses où j'ai été aidé à atteindre mes objectifs. Le secret pour un semi en 1h35 ? Faites-vous confiance, gardez le sourire et profitez de l'énergie du groupe pour aller chercher ce chrono ensemble ! ”

GUILLAUME - 1H35



“ Pour ma 3^e expérience comme pacer au Semi de Boulogne-Billancourt (après 1h40 et 1h30), j'adore guider un groupe, enlever la pression du chrono et faire de la course un vrai moment de plaisir partagé. Je gère l'allure, vous gardez le sourire : l'objectif, c'est qu'on franchisse la ligne heureux et fiers de ce qu'on a accompli ensemble. ”

LIONEL - 1H45



“ Coureur très régulier, avec au moins un marathon par an, je considère le rôle de meneur d'allure bien plus qu'un simple chronomètre. Pour moi, c'est avant tout partager de l'énergie positive, encourager et accompagner chaque coureur tout au long du parcours afin de les aider à atteindre leur objectif avec sérénité et plaisir. ”

"Yes we can !" Ensemble, de la ligne de départ jusqu'à la ligne d'arrivée, chaque foulée compte et chaque encouragement fait la différence. ”

ARNAUD - 1H40





MENEURS D'ALLURE

SEMI-MARATHON DE BOULOGNE-BILLANCOURT



LIONEL - 1H45

Bonjour, je suis Lionel et je serai à vos côtés si vous souhaitez courir le semi-marathon en moins d'1h45. J'ai une petite dizaine de marathons à mon actif et je me suis mis au trail ces dernières années, mais j'apprécie toujours autant de courir sur route pour endosser ce rôle de meneur d'allure, que j'ai déjà rempli plusieurs fois à Boulogne-Billancourt, pour le plaisir d'aider de nouveaux coureurs à atteindre leur objectif. On oublie le chrono, je m'en charge, et on s'accroche tous ensemble pour 1h45 de plaisir !

TIMOTHÉE - 1H50

Je suis Timothée Duriez, et j'aurai le plaisir d'être meneur d'allure sur le sas 1h50 du Semi-Marathon de Boulogne-Billancourt.

Spécialisé en ultra-distance (80 et 100 km), je suis ravi de revenir sur une distance plus rapide pour accompagner et motiver les coureurs tout au long du parcours. Hâte de célébrer l'arrivée et la réussite de tous ceux qui atteindront leur objectif à la fin de la course !



ANTOINE - 1H50

Je me suis remis à la course à 40 ans pour retrouver la forme, et j'y ai découvert une incroyable liberté et des émotions fortes, entre route et trail, de la région parisienne aux montagnes. Avec Xrun, j'ai relevé des défis que je n'aurais jamais imaginés : LyonSaintéLyon, TDS, GR20, Diagonale des Fous et fait de superbes rencontres. Être meneur, c'est partager ce plaisir, accompagner chacun vers son objectif et transmettre quelques conseils pour franchir la ligne ensemble.

Partons doucement, mangeons souvent, sourions tout le temps



Partir tranquille pour garder de l'énergie, s'alimenter régulièrement pour performer, et sourire pour profiter du bonheur de courir en bonne santé !



MENEURS D'ALLURE

SEMI-MARATHON DE BOULOGNE-BILLANCOURT



“ En binôme avec Éric Hamel, avec qui je cours depuis plusieurs années, on se connaît bien : je suis généralement devant, lui derrière.

Meneur d'allure sur le Semi de Boulogne-Billancourt depuis plusieurs éditions, j'aime partager mon expérience de la course (route et trail) tout en prenant du plaisir à courir. Notre duo rassure les coureurs — une petite prime aux cheveux gris 😊 — et c'est une fierté de contribuer au sport à Boulogne-Billancourt. Avec nous, les coureurs seront encouragés et maintiendront une allure régulière pour atteindre leur objectif. ”



HERVÉ ET ERIC -
1H55

“ Pour ma 7^e édition en tant que meneuse d'allure, je serai là pour vous guider vers votre objectif. J'ai 53 ans, je suis Boulonnaise, membre de Xrun depuis 10 ans et associée depuis 3 ans. Courir est devenu une véritable passion au fil des années ! Je cours pour mon bien-être, pour les sensations uniques que cela procure, et aussi pour me dépasser, notamment sur des formats plus longs avec les Ultra trails. Mais ce que je préfère par-dessus tout, ce sont les belles rencontres, que ce soit chez Xrun ou sur les courses, dans un esprit bienveillant et motivant.

Être meneuse sur le Semi de Boulogne-Billancourt est une expérience qui me tient à cœur : je cours pour les autres, les accompagne et les encourage tout au long du parcours, pour qu'ils atteignent leur objectif et franchissent la ligne d'arrivée. Que du bonheur partagé !



STÉPHANIE - 2H10 ET +

”

UN MASSAGE APRÈS VOTRE COURSE ?

📍 Rendez-vous au Gymnase Paul-Bert
9 Rue Paul Bert, 92100 Boulogne-Billancourt

👤 30 kinés et ostéopathes ainsi que 20 podologues seront présents pour prendre soin de vous tout au long du week-end !

💧 Les produits SyntholKiné® seront utilisés lors des massages pour favoriser votre récupération et détendre vos muscles après l'effort.



SYNTHOLKINÉ



SEMI-MARATHON DE BOULOGNE-BILLANCOURT



BOULOGNE-
BILLANCOURT

MERCI À NOS PARTENAIRES



VITAMIN
WELL





RENDEZ-VOUS SUR LA LIGNE DE DÉPART !



Suivez l'actualité de la
course sur nos réseaux !