

ÉDITO

LE GROUPE RATP, NOUVEAU PARTENAIRE TITRE LA GRANDE COURSE RATP DU GRAND PARIS SAINT-DENIS

La Grande Course du Grand Paris - Saint Denis est fière d'accueillir le Groupe RATP en tant que partenaire titre. L'événement est officiellement rebaptisé La Grande Course RATP du Grand Paris Saint-Denis. Ce partenariat renforce la mission de l'événement, gommant le clivage Paris - Petite Couronne en traversant 3 départements et 4 communes du territoire.

► UNE EXPÉRIENCE SPORTIVE POUR TOUS

Prévue le 30 mars 2025, la Grande Course RATP du Grand Paris Saint Denis est une expérience sportive exceptionnelle et accessible à tous, reflétant la diversité et la richesse de l'Île-de-France. Trois formats de course sont prévus :

- Le 5km Matmut #NésPourBouger, une « épreuve » à allure libre 100% accessible et solidaire.
- Un 10 km au départ de la Place de la République, idéal pour tous les niveaux.
- Un semi-marathon partant de la piste de l'Hippodrome Paris-Vincennes, destiné aux coureurs à la recherche d'un défi.



En accueillant la RATP comme partenaire titre, nous réaffirmons la place centrale de La Grande Course RATP du Grand Paris parmi les plus grandes courses de la région. Plus que jamais, notre course est le leader des événements éco-responsables, au cœur de sa création en 2017.

Jérémy Larson, Directeur EGP chez Playground, co-fondateur de la Grande Course RATP du Grand Paris Saint-Denis.



En devenant partenaire titre de la Grande Course du Grand Paris, la RATP réaffirme son rôle d'acteur engagé au service des Franciliens. Cet événement unique symbolise notre ambition de rapprocher les territoires et de renforcer les liens entre Paris et ses banlieues. À travers ce partenariat, nous souhaitons promouvoir des valeurs fortes comme la mobilité durable, l'inclusion et un mode de vie actif.

C'est également une formidable opportunité de fédérer nos collaborateurs autour d'une expérience sportive collective. Nous sommes fiers de participer à cette dynamique qui reflète nos engagements sociétaux et environnementaux.

Jimmy Brun, Directeur de la communication, du marketing et commercial, porte parole du Groupe RATP.



LES CHIFFRES CLÉS



► UNE EXPÉRIENCE INÉDITE

-  SUR LE FORMAT SEMI MARATHON
-  SUR LE FORMAT DU 10KM
-  SUR LE FORMAT DU 5KM MATMUT #NÉSPOURBOUGER

 **40%**
DE FEMMES

 **60%**
D'HOMMES

17 000
PARTICIPANTS AU TOTAL

8500 - 21K 6500 - 10K 2000 - 5K



Participant 21K 10K 5K

° le plus âgé 80 ANS 79 ANS 77 ANS

° le plus jeune 17 ANS 15 ANS 6 ANS



RETRAIT DE DOSSARDS



**NOUS VOUS DONNONS RENDEZ-VOUS AU STADE DE FRANCE
POUR RETIRER VOTRE DOSSARD**

 Adresse : Stade de France, 93200 Saint-Denis
Porte U.

COMMENT RETIRER MON DOSSARD ?

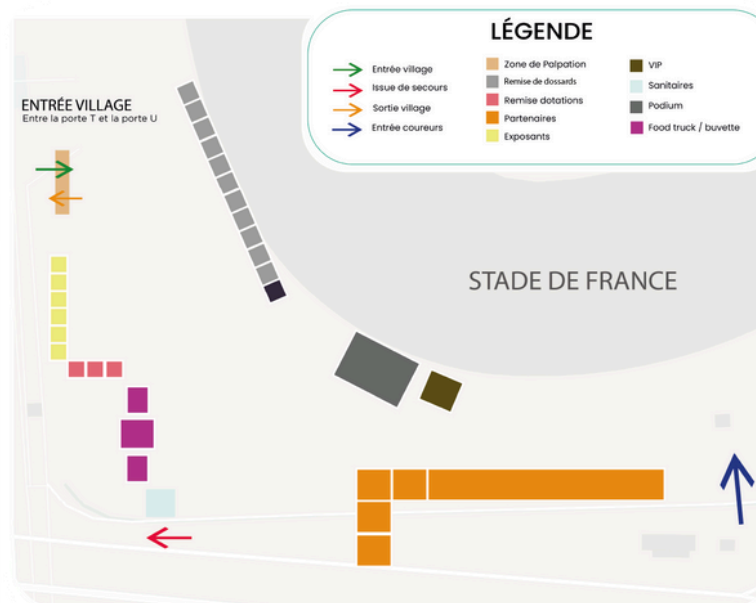
Il faudra vous munir de :

- 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 pièce d'identité en cours de validité (Carte Nationale d'Identité ou Passeport).
- 3** Votre numéro PPS*, si vous n'avez pas pu le joindre directement sur votre espace coureur. (Aucun certificat médical ne sera accepté)

*Depuis le 1er septembre 2024, le certificat médical n'est plus obligatoire lors de l'inscription aux compétitions running pour les non licenciés. Le Parcours Prévention Santé remplace le certificat médical et s'adresse aux coureurs majeurs.

C'est un outil en quatre étapes de sensibilisation aux risques, aux précautions et aux recommandations liés à la santé des coureurs. Le but est de sensibiliser les participants à l'importance de la prévention des risques liés à l'effort physique et de les accompagner dans la gestion de leur santé tout au long de l'événement.

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



HORAIRES

Vendredi 28 mars, de 11h30 à 19h
Samedi 29 mars, de 10h à 18h
Dimanche 30 mars, de 8h30 à 15h

Privilégiez le vendredi avant 15h et le samedi avant 14h pour éviter les pics d'affluence.

Attention : Aucun retrait de dossard ne sera possible le dimanche 30/03.



Cette année, Studhelp sera présent pour collecter des produits alimentaires et des vêtements de sport afin de soutenir les étudiants en situation de précarité.

Un t-shirt, une paire de baskets ou quelques produits alimentaires peuvent faire toute la différence pour un étudiant !

TRANSPORTS

 M13

Station Saint-Denis
Porte de Paris



Offre de transport réduite ce week-end

LES CONSIGNES



SUR PRÉ-RÉSERVATION UNIQUEMENT

COMMENT ÇA MARCHE ?

- 1** Lors de mon retrait de dossard, je récupère :
 - Mon dossard
 - 1 pastille autocollante rouge à coller sur mon dossard bien en évidence
- 2** Le jour de la course, je me présente sur la zone de dépose consignes sur le village de départ, au moins 45 min avant mon départ.
- 3** Je remets mon sac de 20L maximum à la consigne-camion :
 - Je colle la contremarque sur mon dossard
 - Le bénévole fixe la souche autour de mon sacAttention : mon ° de consignes n'est pas identique à celui de mon dossard !
- 4** Mon sac court plus vite que moi !
À mon arrivée au Stade de France, il sera déjà là :
Je me présente sur la zone consignes auprès du camion de la même couleur que ma contremarque.

RÉPARTITION DES CAMIONS DE CONSIGNES

SEMI-MARATHON

CAMION 1

SAS :

Handisport 1h40
Elite 1h45
1h30 1h50

CAMION 2

SAS :

1h55
2h
2h10 et +

10 KM

CAMION 3

SAS :

Handisport 40 min
Elite 45 min
35 min 50 min

CAMION 4

SAS :

55 min
1h
1h10 et +

 Pas de consigne pour le 5km Matmut #NésPourBouger

Vous n'avez toujours pas réservé votre consigne et vous souhaitez y souscrire* ?

Rendez-vous dans votre espace personnel : le lien vers celui-ci est dans votre mail de confirmation à la course.

Puis cliquez sur "Modifier mon inscription" et à l'étape des options payantes : ajoutez la consigne à votre panier et procédez au paiement (2 €).

*dans la limite des places disponibles



INFOS PRATIQUES - SEMI-MARATHON



ATTENTION :
Passage à l'heure d'été dans la nuit du samedi 29 au dimanche 30 mars.
Pensez à l'anticiper sur vos réveils.



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



PROGRAMME - 21KM

Départ

Dimanche 30 mars - 8h00

Hippodrome de Vincennes

- ▶ Attention, prévoyez 15 à 30 min d'avance pour le contrôle de sécurité à l'entrée.
- ▶ Pour les coureurs ayant pris l'option consigne : Rendez-vous au moins 45min avant votre départ, devant l'hippodrome. Votre sac doit faire maximum 20L.
- ▶ Il est **IMPOSSIBLE** de souscrire à l'option consigne sur place.
- ▶ Un échauffement vous sera proposé au départ à partir de 7h30.



SAS 21KM

	1	2	3	4	5	6	7	8	9
HEURE DE DÉPART DU SAS	7h55	8h00	8h00	8h05	8h10	8h15	8h25	8h30	8h45
HEURE CONSEILLÉE D'ENTRÉE DANS LE SAS	7h25	7h30	7h30	7h35	7h40	7h45	7h55	8h00	8h15

ACCÈS TRANSPORT

HIPPODROME DE VINCENNES

RER A ARRÊT JOINVILLE-LE-POINT

PUIS 15 MIN À PIED



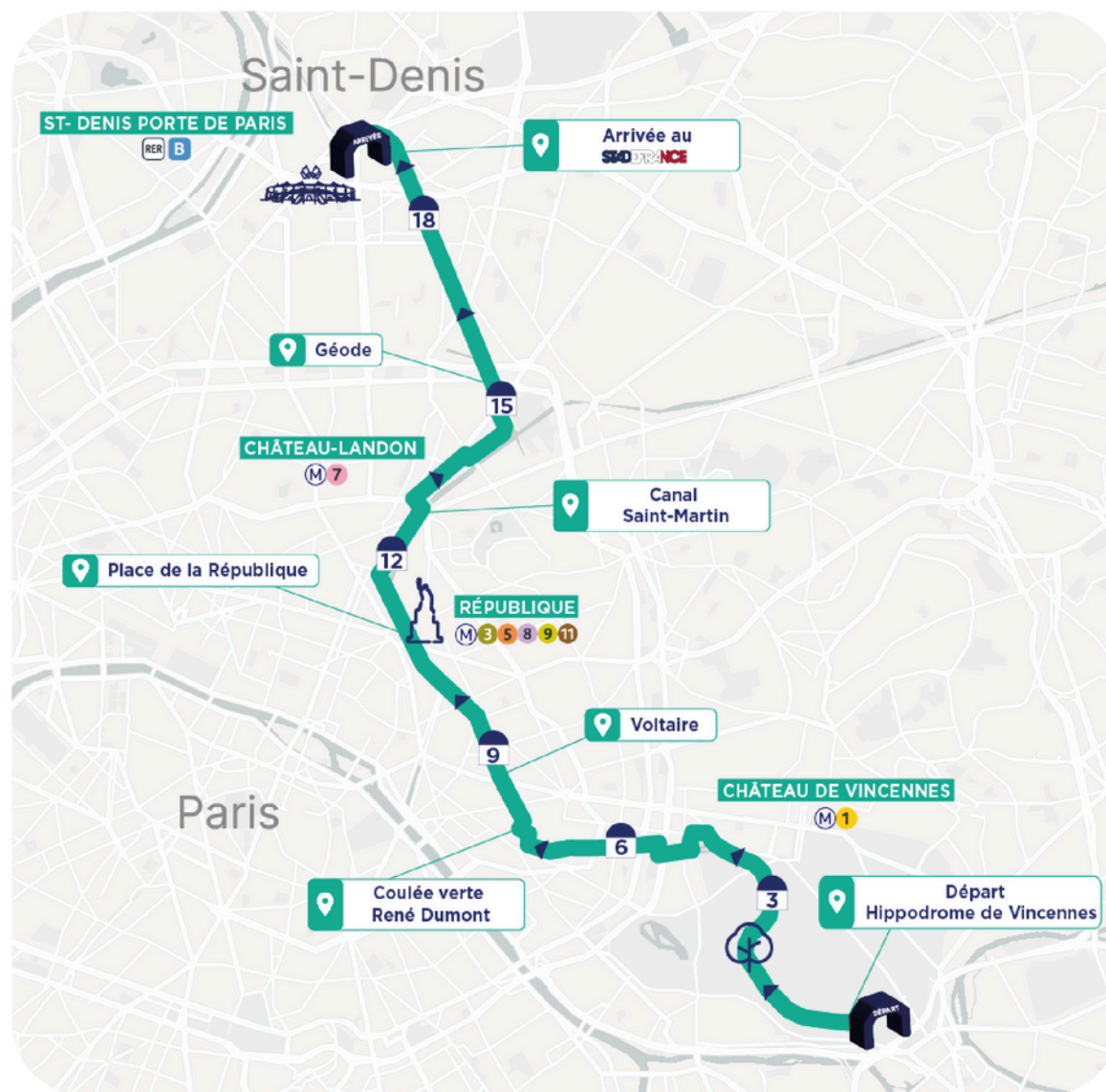
PARCOURS DU SEMI MARATHON



► UN PARCOURS D'EXCEPTION

Après un départ depuis l'Hippodrome de Vincennes, vous traverserez le bois de Vincennes pour rallier la Coulée verte René Dumont, Voltaire, République, Saint Ambroise, Stalingrad, La Villette... et enfin, le canal Saint-Denis pour arriver en apothéose sur la mythique piste du Stade de France !

Découvrir le parcours GPX →



INFOS PRATIQUES - 10 KM



ATTENTION :
Passage à l'heure d'été dans la nuit du samedi 29 au dimanche 30 mars.
Pensez à l'anticiper sur vos réveils.



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



PROGRAMME - 10KM

Départ

Dimanche 30 mars - 11h30

Place de la République

- ▶ Attention, prévoyez 15 à 30 min d'avance pour le contrôle de sécurité à l'entrée.
- ▶ Pour les coureurs ayant pris l'option consigne : Rendez-vous au moins 45min avant votre départ sur la Place de la République. Votre sac doit faire maximum 20L.
- ▶ Il est **IMPOSSIBLE** de souscrire à l'option consigne sur place.
- ▶ Un échauffement vous sera proposé au départ à partir de 11h00.



SAS 10KM



HEURE DE DÉPART DU SAS	1	2	3	4	5	6	7	8	9
	11h25	11h30	11h30	11h30	11h35	11h40	11h45	11h50	12h00
HEURE CONSEILLÉE D'ENTRÉE DANS LE SAS	10h55	11h00	11h00	11h00	11h05	11h10	11h15	11h20	11h30

ACCÈS TRANSPORT

RÉPUBLIQUE - SORTIE 1



La ligne 9 est fermée



PARCOURS DU 10KM

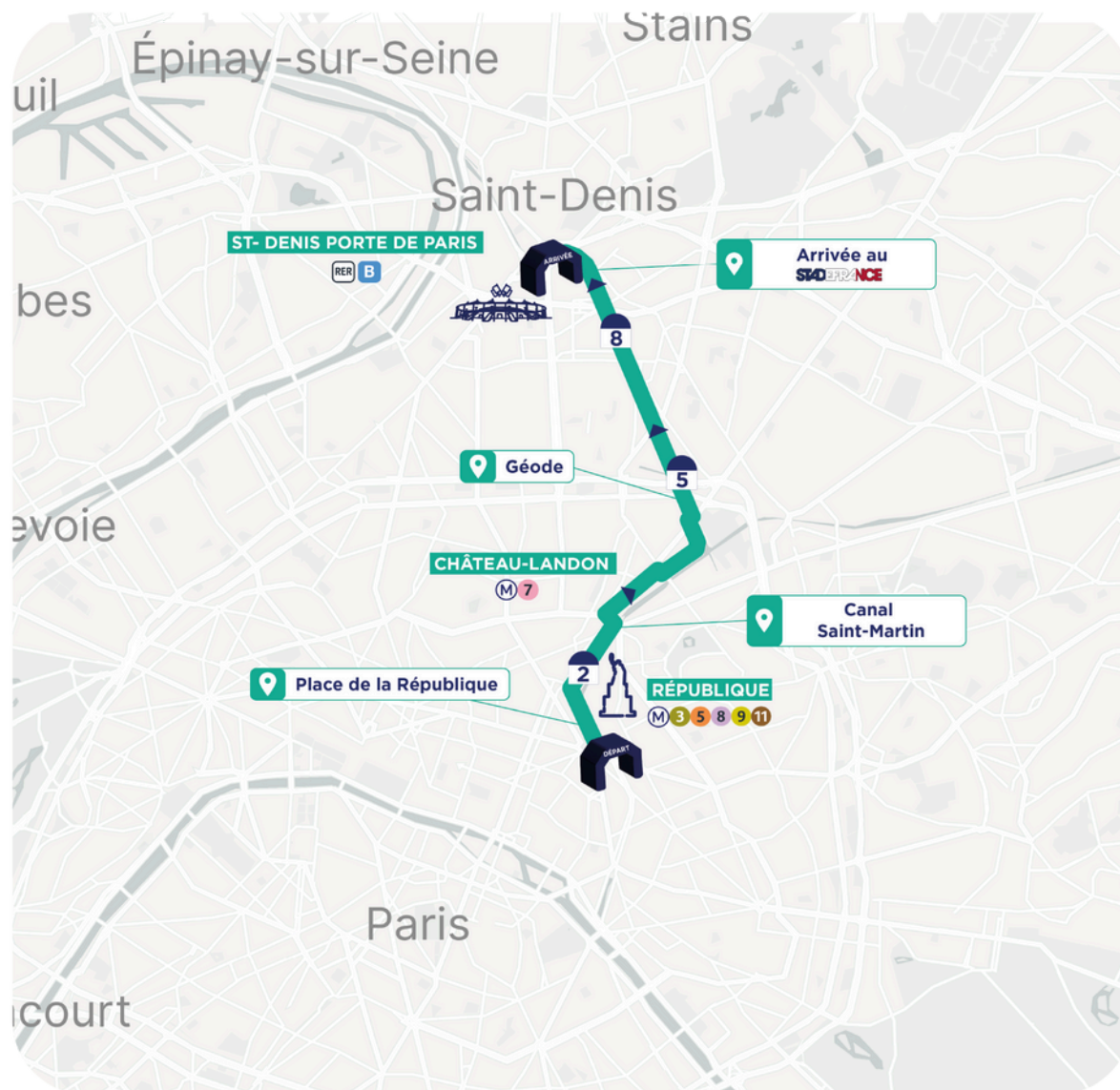


► UN PARCOURS UNIQUE

Après un départ historique à République, vous découvrirez le canal Saint-Martin et le canal de La Villette, puis les aménagements du canal Saint-Denis en traversant Plaine Commune, centre de l'attractivité du Grand Paris.

De là, vous apercevrez le Stade de France, avant d'y pénétrer par la voie intérieure et de terminer ce 10km sur la piste, comme les plus grands athlètes !

Découvrir le parcours GPX →



INFOS PRATIQUES - 5km matmut #NésPourBouger



ATTENTION :
Passage à l'heure d'été dans la nuit du samedi 29 au dimanche 30 mars.
Pensez à l'anticiper sur vos réveils.



HYDRATATION :
Pensez à prendre une flasque ou une gourde !



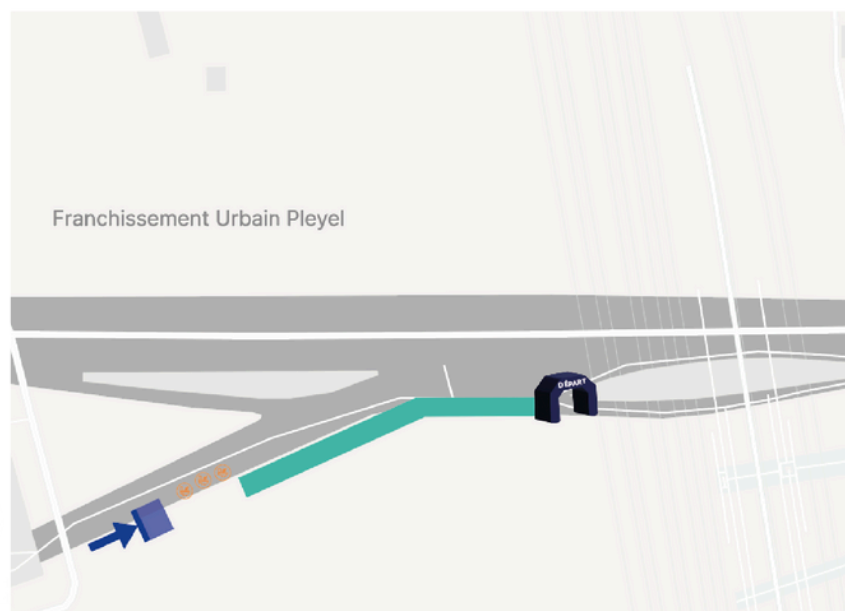
PROGRAMME - 5KM

Départ

Dimanche 30 mars - 10h30

Passerelle Pleyel

- ▶ Attention, prévoyez 15 à 30 min d'avance pour le contrôle de sécurité à l'entrée.
- ▶ Il n'y a pas de consigne sur cette épreuve.
- ▶ Un échauffement vous sera proposé au départ à partir de 10h00.



Franchissement Urbain Pleyel

- Entrée unique
- SAS de départ
- Zone de fouille/palpation
- Toilettes sèches

ACCÈS TRANSPORT

PASSERELLE PLEYEL

M14

ARRÊT SAINT-DENIS - PLEYEL



#NÉSPOURBOUGER premiers de cordée

L'intégralité des bénéfices de ce 5km Matmut #NésPourBouger sera reversée à l'association **Premiers de Cordée**. Vous permettrez aux enfants en situation de handicap et/ou hospitalisés de pratiquer une activité physique à l'hôpital.

PARCOURS DU 5km matmut #NésPourBouger



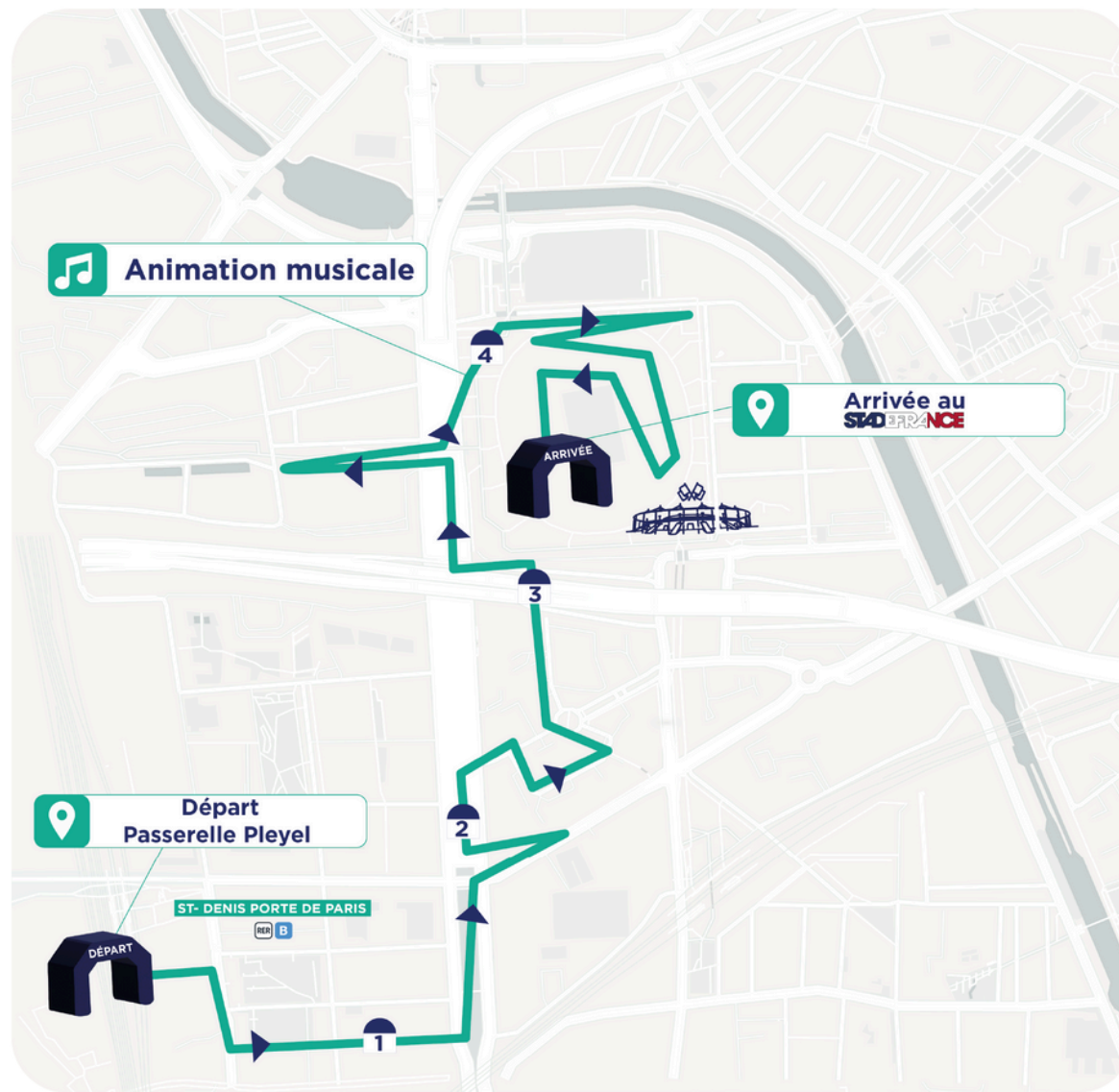
► UN PARCOURS OLYMPIQUE

Après un départ depuis la passerelle Pleyel, direction les sites emblématiques des Jeux : le Centre Aquatique Olympique et le Stade de France !

L'intégralité des bénéfices de ce 5km Matmut #NésPourBouger sera reversée à l'association Premiers de Cordée.

Vous permettrez aux enfants en situation de handicap et/ou hospitalisés de pratiquer une activité physique à l'hôpital.

[Découvrir le parcours GPX](#) →



COURSES ENFANTS



► **SAMEDI 29 MARS**

PROGRAMME

Départ

Samedi 29 mars - 14h00

 **Stade de France**

- Accompagnez vos enfants à l'intérieur du Stade de France une fois leurs dossards récupérés, et encouragez-les depuis les tribunes !
- Pensez à récupérer un bracelet accompagnant à la remise de dossards pour accéder aux tribunes (2 bracelets accompagnants par dossard).
- Les parcours :
 - 6-9 ans : 500m
 - 10-12 ans : 1 300m
 - 13-15 ans : 2 500m



ACCÈS AUX TRIBUNES



*J'INSCRIS MES
PROCHES !*

► POUR VOS SUPPORTERS !

Pour que tout le monde puisse vivre La Grande Course RATP, les tribunes sont accessibles gratuitement !

Pour cela, il faut impérativement s'inscrire gratuitement via le QR CODE ci-dessous

Invitez vos proches à découvrir notre village et vous soutenir le dimanche 30 mars, dès 8h30 !

Attention, il faudra impérativement qu'ils se munissent de leur mail de confirmation.

matmut  #NésPourBouger avec la Matmut

Rejoignez-nous pour une expérience énergisante et fun avec l'animation #NésPourBouger proposée par la Matmut !

En attendant l'arrivée des participants, pourquoi ne pas profiter de ce moment pour vous réchauffer et bouger en tribunes ?

Des coachs dynamiques vous guideront à travers des sessions rythmées, en musique, pour vous faire danser, bouger et vous dépenser tout en partageant un bon moment de convivialité. L'important est de s'amuser et de se donner à fond dans une ambiance festive !

Ne manquez pas cette occasion unique de prouver ensemble que nous sommes toutes et tous #NésPourBouger !

UNE COURSE RESPONSABLE



Se brancher au réseau d'eau :

45 000 bouteilles
plastiques évitées !



Votre médaille est fabriquée en
France, en bois issu de forêts
françaises gérées durablement.



Ravitaillements responsables : avec
des produits

locaux, de saison,
ou encore sauvés du
gaspillage industriel !



Nos gobelets sont quant à eux,
récupérés, lavés et

réutilisés

sur d'autres événements !



Fini le T-shirt polluant,
produit en masse et fabriqué à
l'autre bout du monde.
Nos produits sont
responsables et conçus en Europe !



Pour se rendre sur le village et les sites de
départ des courses, il est fortement conseillé
d'utiliser les

**transports
en commun**

Depuis 2017, sur la Grande Course Du Grand Paris,

0 bouteille plastique
gobelet jetable

12 000 L d'eau du réseau de la
ville consommés sur
chaque édition !



**Pensez à prendre vos
flasques, gourdes, gilets
d'hydratation : vous
pourrez les remplir
sur les ravitos !**

LES ANIMATIONS

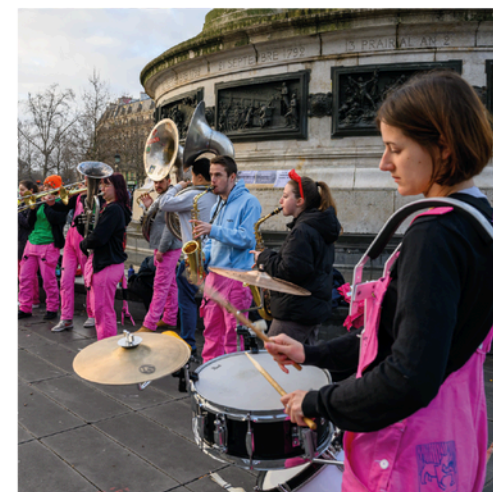


SUR LE PARCOURS

- ▶ Retrouvez une animation musicale tout au long de votre parcours. De quoi vous motiver durant toute votre course !
- ▶ La RATP vous propose des points d'animations avec Les Musiciens du Métro.
- ▶ Plusieurs groupes et plusieurs styles se succéderont afin de vous faire vivre une course rythmée et endiablée.
- ▶ Une fan zone située entre le quai de l'Oise et le quai de la Gironde sera là pour donner de la voix et booster les coureurs tout au long de leur effort !

DANS LE VILLAGE

- ▶ Du vendredi au dimanche, ambiance garantie sur le village avec un DJ aux platines !
- ▶ Découvrez notre Duo Jukebox : demandez une dédicace personnalisée en musique.
- ▶ Les enfants aussi auront leurs animations : ils seront émerveillés par les jolies bulles de Slash Bubbles !



TONTON OUTDOOR



RUNNING • TRAIL • TRIATHLON • RANDONNÉE • ESCALADE...



PARIS • NANTES • VANNES

-20%

SUR LES CHAUSSURES
ET LE TEXTILE*

CODE : TTOGCGP20



109 rue du Temple
75003 PARIS



tonton-outdoor.com



+ DE 240 MARQUES OUTDOOR

*remise valable sur www.tonton-outdoor.com et en magasin du 18 mars au 31 mai 2025



RENDEZ-VOUS SUR LA LIGNE DE DÉPART !



PARTENAIRE TITRE



PARTENAIRES MAJEURS



PARTENAIRES OFFICIELS



FOURNISSEURS OFFICIELS



PARTENAIRE MÉDIA



Un événement  playground