



**TOUT
RENNES
COURT**



40^e édition

dimanche

10

octobre

2021

***Le 10 Octobre 2021 se déroulera la 40^{ème} édition
de Tout Rennes Court.***

L'organisation de Tout Rennes Court est heureuse de pouvoir vous retrouver de nouveau au travers cette prise de parole. Nous avons hâte de nous reconnecter avec la famille de la course à pied qui semble avoir conservée son allure durant ce temps suspendu.

C'est avec plaisir qu'après avoir rappelé les valeurs qui fondent notre engagement associatif, nous vous présentons le format retenu pour ce 40^{ème} anniversaire de Tout Rennes Court. Une formule ayant pour objectif de permettre au plus grand nombre de fouler le macadam rennais sans omettre un possible curseur d'adaptabilité.

***A compter du Lundi 30 Août, les participant(e)s
pourront s'inscrire gratuitement
sur notre site internet***

Plus de renseignements sur notre site web

www.toutrennescourt.fr

ainsi que sur nos différents réseaux sociaux !

#TRC2021



Table des matières

1. 40 ans : un anniversaire placé sous le signe de la fidélité à des valeurs	5
1.1 Populaire et gratuit	5
- Participation : un des grands événements de course à pied français	5
- La gratuité de toutes les courses : une originalité	6
- La diversité des propositions	6
- Le plaisir de courir et de se retrouver entre amis	6
1.2 Sportif	7
- Les courses élites internationales	7
- Le bon niveau des courses nationales	7
1.3 Citoyenne	7
- La marche Colombia - prévention et dépistage du cancer du sein	7
- Le projet "Courons Solidaire" CMB	8
- Le sport au féminin	8
- Le projet Fresh	8
- Environnement	8
1.4 Engagement associatif bénévole soutenu par des partenaires fidèles	8
- Les bénévoles	8
- Les partenaires	9
2. Tout Rennes Court est de retour	10
2.1 Un parcours corrigé et condensé pour le 10 km et le 5 km	10
- Les autres parcours (courses jeunes et courses élites espoirs)	11
2.2 Une journée revue dans son déroulé	12
2.3 Le « Test-Match Sobhi Sport »	12

2.4 Une logistique adaptée à la situation sanitaire	12
2.5 Un ravitaillement unique à l'arrivée	13
2.6 Une animation musicale renforcée	13
2.7 Un challenge "Courir ensemble avec Ouest-France"	13
2.8 La sécurité toujours présente	13

1. 40 ans : un anniversaire placé sous le signe de la fidélité à des valeurs.

1.1 Populaire et gratuit

Cette année marquera le 40^{ème} anniversaire d'un évènement devenu un rendez-vous majeur de la capitale bretonne. 40 années de changements, d'innovations, d'adaptabilité pour proposer à la population de Rennes et d'ailleurs un évènement qui toujours répond à ses attentes.

. Participation : un des grands évènements de course à pied français

Des premières foulées, Dimanche 24 octobre 1982 à aujourd'hui, la participation n'a jamais cessé de garder l'allure. En 1985/1986, ils sont estimés à quelque 2 000 participants à fouler les pavés rennais, un peu moins de 10 000 participants en 1990 pour atteindre 11 500 coureurs inscrits en 2019.

Le 10 km et le semi-marathon font parties des courses les plus affluentes de France (7^{ème} pour le 10 km et 12^{ème} pour le S'MI - Enquête Urban Runners France 2019).

Tout Rennes Court est ainsi l'un des plus gros évènements de course à pied en France par ses participants et la diversité des propositions.

Ces chiffres sont considérés par les observateurs comme étant remarquables, d'autant que les offres se sont multipliées et les propositions diversifiées (trail, courses nature ...)

Epreuves (course, balade, marche)	Inscrits 2019
10 Km CMB	6 437
SMI OUEST France	3 633
5 Km France Bleu Armorique - Sécurité Routière	986
Eau du Bassin Rennais Poussins	129
Eau du Bassin Rennais Benjamins	120
Eau du Bassin Rennais Minimes	115
Sobhi Sport Transmanche Femmes	22
Sobhi Sport Transmanche Hommes	26
Scolaires - <i>Organisé par la Direction des sports de la Ville de Rennes en partenariat et avec le soutien de l'association TRC</i>	1 979
Total runners	11 438
Balade Mc Donald's - <i>Balade familiale et festive</i>	405
Marche Colombia (Estimation) - <i>Marche organisée dans le cadre de la prévention du cancer du sein.</i>	6 000
Total Général des participants aux courses et animations.	19 852

. La gratuité de toutes les courses : une originalité

Inscrit dans l'ADN de Tout Rennes Court : la gratuité ! C'est la traduction de la volonté des bénévoles membres de l'association, soutenus par la Ville de Rennes et des partenaires fidèles, de rassembler et de fédérer le public le plus large.

La gratuité constitue une originalité quasi unique dans un environnement de plus en plus marqué par la marchandisation. C'est un des marqueurs majeurs de l'association. Une étude faite à l'issue de l'édition 2018 fait ressortir qu'un nombre significatif de participants mettent la gratuité comme motivation première de leur inscription.

. La diversité des propositions

Afin de permettre au maximum de personnes de courir dans les rues rennaises, Tout Rennes Court propose de nombreuses courses adaptées à chaque profil de coureurs. Du semi-marathon principalement pour les sportifs aguerris cherchant à se dépasser, aux courses de 10 et 5km plutôt destinés à des coureurs loisirs évoluant entre amis, 3 épreuves sont réservées aux jeunes en fonction de leurs catégories d'âge.

Mais Tout Rennes Court, c'est également du très haut niveau avec chaque année, une course sur invitation réservée à des sportifs et sportives de différentes nations ou territoires.

Tout Rennes Court en lien avec l'Education Nationale et la Ville de Rennes est, par ailleurs, associé aux « Courses Scolaires de Tout Rennes Court » destinées aux classes de CM1/CM2 de la Ville de Rennes. C'est ici l'occasion de remercier la Ville de nous avoir honoré lors du palmarès du sport rennais 2020 au côté de l'inspection académique dans la catégorie « scolaire de l'année ».

On saluera enfin l'apport de l'expertise sportive de l'ASPTT Rennes dans ce programme sportif riche et varié.

. Le plaisir de courir et de se retrouver entre amis.

Il ressort de notre enquête de satisfaction réalisée en avril 2018, une évaluation très positive des coureurs.

Sur un panel de 2 181 personnes ayant répondu (soit de l'ordre de 20% des participants), 84% d'entre eux ont éprouvé beaucoup de plaisir à participer à Tout Rennes Court.

La 1^{ère} motivation de leur participation reste que Tout Rennes Court est avant tout une course populaire (39%) venant ensuite ex-aequo la convivialité de courir entre amis (22%) et de façon gratuite (22%).

1.2 Sportif

A côté de la course plaisir et bien-être, Tout Rennes Court a présenté 2 courses internationales de 10km, une féminine et une masculine, qui offrent un spectacle de très haut niveau sportif.

. Les courses élites internationales

Depuis 1982, les meilleurs athlètes internationaux ont foulé les rues rennaises. Parmi eux, chez les femmes, il faut noter la seule victoire française de l'histoire de la course des As, Annette Sergent lors de la 1^{ère} édition féminine en 1990. Tecla Loroupe, la Kenyane, a elle réussi l'exploit de s'imposer trois fois, en 1992, 1993 et 1995. Chez les hommes, deux français ont été victorieux : Thierry Watrice en 1983 et Jean-Louis Prianon en 1985. Le dernier doublé a été réalisé par le Kenyan Peter Kamais, en 2006 et 2007. A noter, la présence, à de nombreuses reprises, d'athlètes japonais de Sendai, ville jumelée à Rennes.

Suivront en 2016, les « matchs internationaux », épreuves à destination des espoirs (U21/U23) avec un France vs Italie cette année-là, auxquelles viendront s'ajouter le Portugal en 2017 et l'Angleterre en 2018 avant d'accueillir nos amis Outre-Manche en 2019 sous la dénomination « Sobhi Sport Transmanche ». Le public rennais aura eu le bonheur de voir éclore en 2016, l'athlète français Jimmy Gressier, avant de devenir triple champion d'Europe espoir de cross (2017 à 2019) ainsi que quintuple champion d'Europe de cross (2015 à 2019) par équipe en catégorie juniors et espoirs. Tout comme, Mehdi Frère en 2018, nouvelle sensation du marathon français ayant couru le marathon de valence en 2h 08'55, le 6 décembre 2019. A noter enfin chez les femmes, la victoire de l'italienne Isabel Mattuzzi en 2017, qui a réalisé une performance de très haut niveau, fugacement meilleure performance européenne chez les espoirs de la saison en 33'29.

. Le bon niveau des courses nationales

Des résultats de bon niveau sont également constatés sur le 10 Km CMB avec des temps oscillants entre 30' et 32' chez les hommes et 36' à 38' chez les femmes. Le S'MI Ouest-France affiche des temps entre 1h09 et 1h10 chez les hommes et 1h16 à 1h19 chez les femmes.

1.3 Citoyenne

Conscient de la tribune qu'offre une manifestation de telle ampleur, les organisateurs souhaitent promouvoir des valeurs fortes de santé et de solidarité et de promotion du sport féminin. Le volet environnemental est également pris en compte.

Cinq actions principales vont dans ce sens.

. La Marche Colombia, organisée en lien avec par le Centre Commercial Colombia pour sensibiliser sur la prévention et le dépistage du cancer du sein. A cette occasion une vente de T-Shirts spécifiques est organisée et les bénéfices sont reversés au Comité Féminin d'Ille-et-Vilaine pour la prévention et le dépistage du cancer du sein et à des associations qui poursuivent le même objectif.

. **Le projet « Courons Solidaire » CMB** ensuite, pilotée par le Crédit Mutuel de Bretagne (Direction Départementale 35) qui subventionne chaque année trois associations, choisi par les coureurs, œuvrant dans le domaine de la recherche et la santé, l'aide humanitaire et l'insertion sociale et professionnelle.

L'édition 2020 de Tout Rennes Court n'ayant exceptionnellement pas eu lieu, ce sont les membres du jury qui ont déterminé le classement.

. **Dessine-moi la High tech** : <https://www.dessine-moi-la-high-tech.org/> (1000€)

. **Bulles Solidaires** : <https://www.bulles-solidaires.com/> (2000€)

. **Association nature et Environnement** : <https://ane-st-jacques.jimdofree.com/> (3000€)

Pour 2021, il a été proposé aux associations lauréates depuis la création de « Courons Solidaire » de candidater à nouveau.

. **Le sport au féminin**, reconnue et mis en avant au travers d'une parité des prix ayant eu lieu sur la course des As et d'une plus grande exposition de leur performance sportive sur le 10 km CMB depuis 2019. A cet effet, les participantes classées élites ou préférentielles (temps de référence validé sur 10km inférieur à 43') s'élancent les premières à 10h, le départ des élites hommes étant donné 6' après. Ces évolutions offrent une plus grande visibilité de l'effort sportif des féminines aux personnes présentes sur le parcours ou à celles qui auront choisi de suivre la retransmission télévisée sur TV Rennes. C'est aussi un moyen de reconnaître la qualité sportive des participantes à Tout Rennes Court, évènement gratuit ouvert à toutes et à tous quel que soit son niveau.

. **Le projet FRESH**, à l'initiative des étudiants en ergonomie de l'IFPEK. Il permet à des personnes en situation de handicap physique ou sensoriel de participer aux courses en étant préparés et accompagnés.

. **Environnement**. Deux thèmes sont particulièrement travaillés : la gestion des déchets et la distribution de l'eau. Ce second point reçoit l'appui technique de notre partenaire « Eau du bassin Rennais ».

1.4 Engagement bénévole soutenu par des partenaires fidèles

. Les bénévoles

L'investissement humain est également primordial pour permettre l'organisation d'une telle manifestation. Une douzaine de bénévoles travaillent à l'année sur l'évènement, certains depuis la toute première édition de 1982.

Lors de la période des inscriptions une dizaine de personnes supplémentaires se mobilisent pour attribuer les dossards passant un temps important à cette tâche.

Enfin le week-end de la manifestation, ce sont plus de 600 bénévoles qui sont mobilisés. Sécurité, signaleurs, ravitaillement, vestiaire, distribution des dossards : ils sont partout et ils sont surtout indispensables !

Merci à eux pour leur dévouement et leur fidélité et merci aux comités de quartier qui sont de précieux relais.

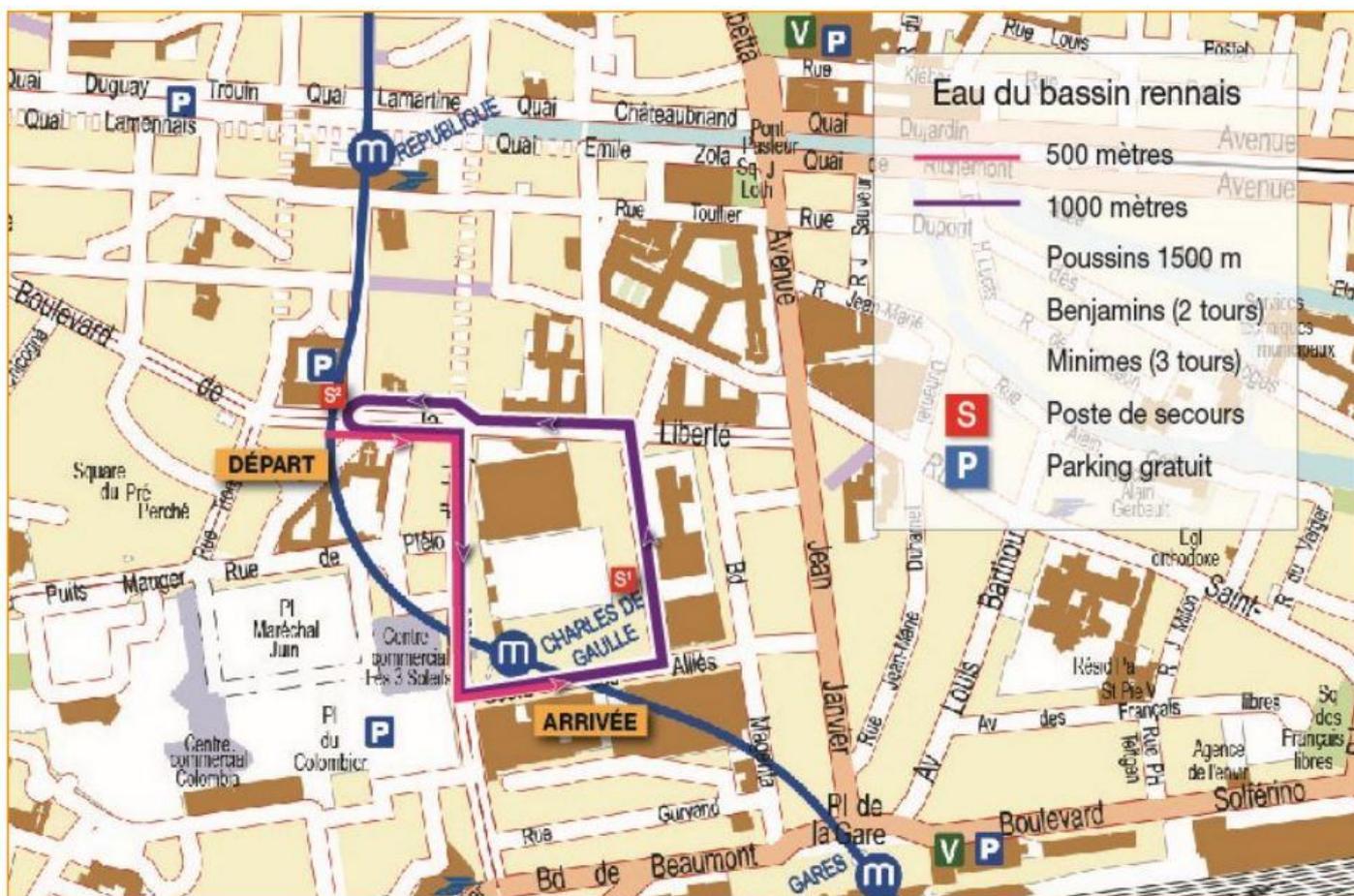
. Les partenaires

Toute cette organisation ne serait bien évidemment pas possible sans le soutien financier, matériel, logistique et moral de nos partenaires. Certains sont là depuis la création comme la Ville de Rennes et Ouest-France, d'autres depuis quelques années. Chacun d'entre eux partage notre volonté d'un évènement populaire et nous aide à atteindre nos objectifs, année après année. Pour l'édition 2021, ce ne sont pas moins de 26 partenaires.

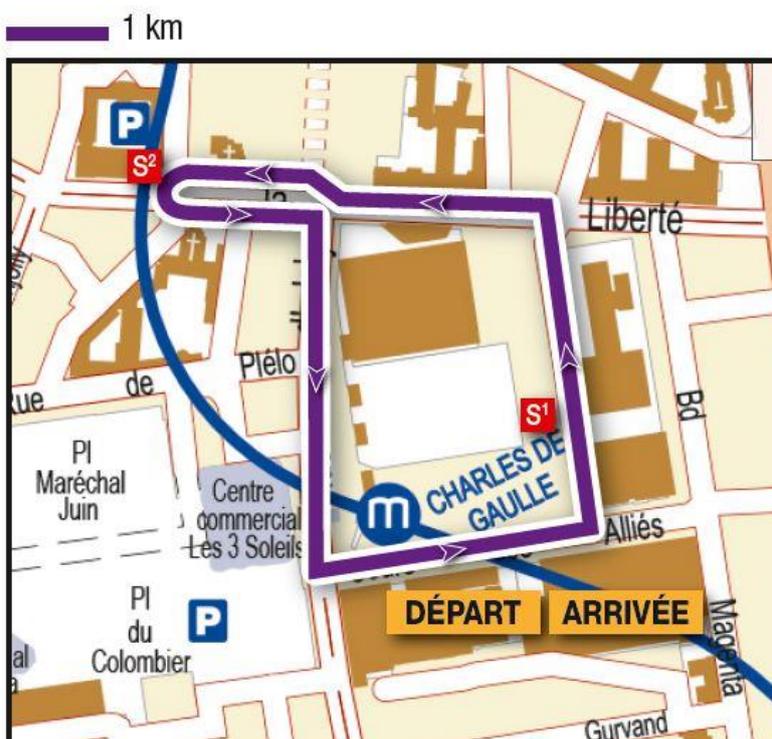
Outre la Ville de Rennes et Ouest France, membres fondateurs on citera tout particulièrement le Crédit Mutuel de Bretagne, France Bleu Armorique, TV Rennes 35, La Sécurité Routière, l'Eau du Bassin Rennais, Sobhi Sport, McDonald's, le Centre Commercial Colombia. Par leur niveau d'engagement, ils donnent ou ont donné leur nom à l'une de nos épreuves, marche ou balade.

On remerciera également, la Région Bretagne, le Département d'Ille-et-Vilaine, la Fédération Française d'Athlétisme, la Ligue de Bretagne d'Athlétisme, RBI, C-PARK, Intermarché Express, Brit Hôtel Rennes Le Castel, Chrono Course, le Stade Rennais Football Club, Kaki Crazy, la SNSM, l'IFPEK et Pacific.

. Parcours inchangé pour les courses jeunes



. Parcours inchangé pour les courses élites espoirs



2.2 Une journée revue dans son déroulé

- . **Le 10 km CMB** lancera la matinée à compter de **10h** avec des départs par vague, échelonnés toutes les 20 minutes jusqu'à 12h30. Ces différents départs tiendront compte du temps de parcours estimé participant(e), qui sera à mentionner lors de l'inscription en ligne.
- . **Le S'MI Marathon Ouest-France** est exceptionnellement reporté en 2022.
- . **Le 5 km France Bleu Armorique - Sécurité Routière** reste inchangé avec un départ à **14h**.
- . **La balade Mc Donald's** à destination des familles suivra à **14h45**.
- . **Les courses Eau du Bassin Rennais** - Poussins, Benjamins et Minimes suivront dès **15h15**.
- . **La Marche** solidaire **Colombia** au profit de la prévention et du dépistage du cancer du sein clôturera ce milieu d'après-midi avant de basculer sur une nouvelle épreuve baptisée, le « **Test-Match Sobhi Sport** ».

En amont de cette journée exceptionnelle, **les courses scolaires** organisées par la Ville de Rennes et l'inspection académique sous le label Tout Rennes Court auront permis aux classes de CM1/CM2 de la ville de s'adonner au plaisir de courir à proximité de leur école dans un cadre verdoyant.

2.3 Le « Test-Match Sobhi Sport »

Après avoir accueilli 3 éditions du « Match International », Tout Rennes Court s'est tourné en 2019 vers nos amis de l'autre côté du « Channel » avec la création d'une nouvelle épreuve, la « Sobhi Sport Transmanche », en signe de fidélité à notre partenaire et de notre proximité avec l'Outre-Manche. Nous avons eu le plaisir de recevoir, toujours sur la distance 10km, des délégations élites féminines et masculines des territoires et nations suivantes : Angleterre, Cornouaille Anglaise, Pays de Galles, France et bien sûr Bretagne.

Dans l'attente de retrouver une liberté de voyage, l'édition 2021 sera l'occasion d'inviter des athlètes français, bretons prioritairement espoirs de haut niveau mais aussi d'anciens vainqueurs de Tout Rennes Court sous une nouvelle appellation, le « Test-Match Sobhi Sport ».

2.4 Une logistique adaptée à la situation sanitaire

Pour des raisons sanitaires, il n'y aura pas d'espace retrait des dossards, ils seront envoyés par voie postale à chaque participant(e). Il en sera de même pour l'espace vestiaire, le ravitaillement à mi-parcours, tout comme l'espace de récupération. Nous invitons donc les participant(e)s à prendre leurs dispositions.

Enfin, afin de limiter les regroupements, il n'y aura pas d'animations spécifiques sur l'esplanade Général de Gaulle.

2.5 Un ravitaillement unique à l'arrivée

Dans le cadre d'une démarche éco-citoyenne, l'organisation de Tout Rennes Court avec l'appui de son partenaire Eau du Bassin Rennais proposeront une hydratation raisonnée à l'arrivée de toutes les épreuves (le 10km, le 5km et les courses jeunes Poussins/Benjamins/Minimes). Pour se faire, un gobelet en carton recyclable sera distribué à chaque participant(e) en lieu et place d'une bouteille d'eau plastique lui permettant ainsi de remplir, le contenant proposé ou son propre contenant avec l'eau du réseau rennais.

Cette opération est rendue possible grâce à l'appui de notre partenaire « Eau du Bassin Rennais » qui mettra à disposition des rampes et des fontaines à eau.

2.6 Une animation musicale renforcée

Une touche musicale diverse et variée rythmera l'effort et contribuera au volet festif. Fanfare, orchestre ou encore sonneurs bretons seront présents tout au long du parcours afin d'accompagner cette sortie running pour le plaisir de toutes et tous. Tendez l'oreille !

2.7 Un challenge « Courir ensemble avec Ouest-France »

Le « Challenge des Entreprises » se mue en « Challenge Courir Ensemble avec Ouest-France ».

Tout un chacun pourra constituer un groupe de 10 personnes quel qu'il soit (collègues d'entreprise, amis, cercle familial, partenaires de club ou association ou encore groupes de running qui se sont massivement créés depuis 1 an pour courir à plusieurs). Comptabilisé sur le 10km et 5km, ce sont des critères de performance qui seront retenus pour le classement.

Pour inciter les participants à se regrouper, des lots seront à gagner par tirage au sort, indépendamment de la performance sportive.

2.8 La sécurité toujours présente

Puisqu'il s'agit d'une belle fête populaire, il est du devoir des organisateurs de tout faire pour que celle-ci ne soit pas gâchée par un quelconque incident. Pour cela de nombreux moyens sont déployés sur deux volets distincts afin d'assurer la pleine sécurité aux participant(e)s, qui plus est, dans le contexte sanitaire actuel.

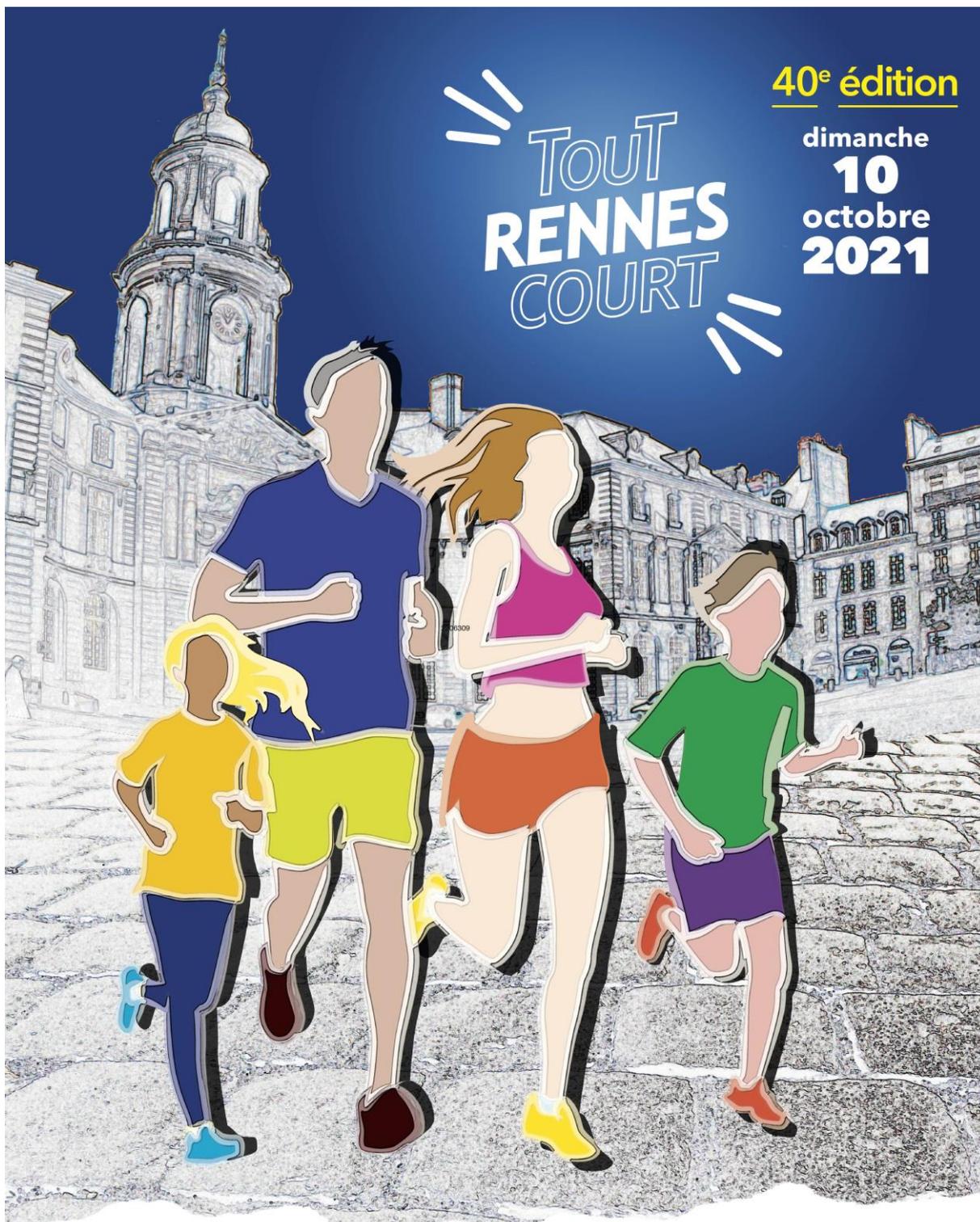
. Volet Médical

La sécurisation des sportifs d'une part avec la mise en place d'un service médical adapté en coopération avec le CHU de Rennes et la SNSM.

. Événementiel

La sécurisation du parcours et du village est anticipée pour faire face aux risques potentiels d'actions malveillantes. Les organisateurs travaillent en collaboration avec les services de la Préfecture et de la Ville de Rennes pour mettre en place un dispositif cohérent assuré par des professionnels qualifiés.

Cette sécurisation reste une priorité pour-que la manifestation puisse avoir lieu dans les meilleures conditions possibles et ainsi permettre à chacun de passer un moment agréable.



Courses gratuites

toutrennescourt.fr

CONTACT

Association Tout Rennes Court - 10 Rue Alphonse Guérin - 35 000 RENNES

contact@toutrennescourt.fr