

DEMI-MARATHON DES Guépards

GUIDE DU COUREUR – 3 mai 2026

RÉCUPÉRATION DES DOSSARDS ET EXPO-COURSE

ENDROIT :

Parc Rivière-Nord
706 Rue Primeau, Saint-Eustache, QC J7R 7C6

HORAIRE :

Samedi, 2 mai – Midi à 16h00 (remise de dossards et Expo-course)

Dimanche, 3 mai – à partir de 7h00 (remise de dossards et Expo-course)

SVP privilégier le ramassage des dossards le samedi, cela permettra de minimiser l'attente avant votre course.

DEMI-MARATHON DES Guépards

HORAIRE DES DÉPARTS ET STATIONNEMENT

HORAIRE DES DÉPARTS – 3 mai 2025

Prévoir arriver 30 à 60 minutes avant votre course.

- 21,1 km : 8h15
- 10km : 9h00
- 5km : 10h20
- 2km : 11h30
- 1km : 12h00

TEMPS LIMITE

Le parcours sera fermé à la circulation, le temps limite pour compléter est :

- 21,1km : 3h00
- 10km : 2h00
- 5km : 1h10

STATIONNEMENT :

Veillez noter que le stationnement principal du Parc Rivière-Nord, site de départ/arrivée ne sera pas accessible pendant la durée de l'événement.

Des stationnements sont disponibles via la rue Nazaire Filion (10 places) et la rue Louis-Joseph-Rodrigue (50 places).

Il est possible de stationner dans les rues avoisinantes qui ne font pas partie du parcours.

Si vous stationnez du côté des commerces sur le boulevard Arthur-Sauvé (Walmart, Bureau en Gros) et traversez le champ derrière ceux-ci à pied, par respect pour leurs clients SVP stationner près du boulevard.

DEMI-MARATHON DES Guépards

ZONES DE DÉPART ET D'ATTENTE

ACCÈS À LA ZONE DE DÉPART

La zone de départ est située dans le stationnement du Parc Rivière-Nord, au 706 rue Primeau.

ORDRE DE DÉPART

Nous demandons aux participants les plus rapides de se placer à l'avant.

Il y aura une vague par distance.

GUÉPARDS DE CADENCE

- 21,1km : 1 :40, 1:45, 1:50, 1:55, 2:00, 2:05, 2:10
- 10km : 50:00, 52:30, 55:00, 57:30, 60:00, 62:30, 65:00, 70:00
- 5km : 22:30 (non confirmé), 25:00, 27:30, 30:00, 32:30, 35:00

DEMI-MARATHON DES Guépards

— 5 km



***** Changement : à l'aller, la rue du Souvenir sera utilisée, et au retour, la piste cyclable sera utilisée afin de donner plus d'espace aux coureurs. Des panneaux et bénévoles vous guideront.**

DEMI-MARATHON DES Guépards

POINTS D'EAU

4 points d'eau sont prévus (2 à l'aller et 2 au retour) pour le demi-marathon (km 5, 9, 12, 16). De l'eau, des gels et de la boisson électrolyte SPARK SPORTS NUTRITION y seront servis.

2 points d'eau sont prévus (1 à l'aller et 1 au retour) pour le 10km (km 2,5 et 7,5). De l'eau et de la boisson électrolyte SPARK SPORTS NUTRITION y seront servis.

1 point d'eau est prévu à mi-parcours du 5km. De l'eau et de la boisson électrolyte SPARK SPORTS NUTRITION y seront servis.

Il n'y aura aucun point d'eau pour le 1 km et le 2 km.

TOILETTES

Des toilettes portables sont disponibles :

- Aire de départ/arrivée
- Sur le parcours, aux 2 points d'eau (accessibles 4 fois pour le demi-marathon, 2 fois pour le 10km, 1 fois pour le 5km)

ASSISTANCE MÉDICALE

Une équipe de premiers soins sera disponible sur le parcours et à l'aire d'arrivée. Si vous avez besoin d'assistance, adressez-vous aux bénévoles sur le parcours ou aux cyclistes accompagnateurs.

CHRONOMÉTRAGE

Le 1km et le 2km ne sont pas chronométrés avec puce, mais il y aura un cadran indiquant le temps.

Les distances de 5km, 10km et 21,1km seront chronométrées par la compagnie Chrono900.

Les résultats seront affichés en ligne dès l'arrivée du coureur sur le site www.chrono900.ca/resultats

DEMI-MARATHON DES Guépards

PARTENAIRES

Nos partenaires sont essentiels à notre succès et nous les remercions de leur implication depuis plusieurs années.

<https://www.demidesguepards.com/partenaires/>

ÉVÈNEMENT ORGANISÉ EN COLLABORATION AVEC



PARTENAIRES PRESTIGE



PARTENAIRES OR



PARTENAIRES ARGENT

