

# MARATHON 9 oct. 2016

# METZ MIRABELLE

METZ - POUILLY - FLEURY - CUVRY - MARLY - AUGNY - MONTIGNY-LÈS-METZ - METZ  
[www.marathon-metz.fr](http://www.marathon-metz.fr)

## GUIDE BÉNÉVOLES



CREATION V.DOGNIA



## DOMINIQUE GROS

Maire de Metz  
Conseiller Départemental de la Moselle

*Bienvenue à Metz pour cette 7<sup>e</sup> édition du Marathon Metz Mirabelle. Le public messin vous attend ce 9 octobre pour une journée placée sous le signe du dépassement de soi.*

*En quelques années, la Ville de Metz et l'association Metz Marathon ont su faire de cette manifestation une course incontournable reconnue pour la qualité de son organisation et de son désormais célèbre parcours citadin et champêtre.*

*Cette course messine s'adresse à tous, peu importe l'âge, la condition physique, tous les coureurs pourront prendre le départ. Alors rejoignez la course. Ensemble, renforçons encore le Marathon Metz Mirabelle, élément phare de notre politique événementielle, et moment majeur de la vie sportive du Grand Est de la France.*

*Je souhaite également saluer l'engagement de Dominique Boussat, Président de l'Association Metz Marathon et l'investissement des si nombreux bénévoles qui, chaque année, font le nécessaire pour que les coureurs évoluent dans les meilleures conditions.*

*Tous ensemble vous consolidez, édition après édition, la réputation de ce marathon messin qui rayonne dans toute la France mais aussi à l'étranger avec plus de 19 pays participants, rassemblant en 2015 6 628 coureurs et 800 bénévoles.*

*Effort, bonne humeur, joie, partage; toutes ces émotions sont vécues par les milliers de marathoniens qui convergent place de la République. Nous vibrions avec vous.*

*Merci pour votre engagement !  
Excellent Marathon à tous !*



## PHILIPPE RICHERT

Président de la Région Grand Est  
Ancien ministre

*En soutenant l'organisation d'événements sportifs et de compétitions, le Conseil Régional contribue à la fois au développement des disciplines sportives et à l'animation des territoires.*

*Le Marathon Metz Mirabelle, dont la renommée grandit un peu plus à chaque édition, s'inscrit totalement dans cette démarche. L'organisation d'un tel événement conjuguant esprit compétitif, loisir et convivialité est une chance pour notre région qui démontre une fois de plus son savoir-faire dans ce domaine et celui des associations locales composant le mouvement sportif.*

*Le développement des courses sur route, trails et autres prouve l'engouement du grand public pour la discipline. Mais courir ce n'est pas uniquement franchir une ligne d'arrivée, c'est aussi prendre soin de sa santé, partager, faciliter les rencontres et les échanges.*

*Je tiens à saluer les différents partenaires qui participent à la réussite de cet événement. Je félicite également les organisateurs et les bénévoles qui travaillent depuis de longs mois au bon déroulement de cette compétition.*

*À toutes et tous, j'adresse tous mes encouragements pour cette 7<sup>e</sup> édition.*



## BELKHIR BELHADDAD

Adjoint au maire de Metz,  
Chargé des sports

*Le Marathon Metz Mirabelle est plus qu'une course de 42,195 kms ! C'est devenu un événement incontournable ancré dans le paysage lorrain. Depuis la 1<sup>ère</sup> édition, le marathon ne cesse de grandir et de se renouveler chaque année par la mise en place de nouvelles actions.*

*La 7<sup>e</sup> édition du Marathon Metz Mirabelle, sera ainsi placée sous le signe de l'innovation. Innovations technologiques : tout d'abord, au travers d'une application mobile spécialement créée pour l'occasion par l'entreprise messine Axiocode qui permettra de suivre les coureurs en temps réel. Puis par l'intégration d'un QR code unique placé sur chaque dossard dans un souci d'amélioration de la sécurité médicale des participants.*

*Innovation sportive également avec la mise en place de nouvelles courses. Ainsi, aux désormais traditionnels Marathon, Marathon Relais Thermapolis et aux courses UEM Run Kids viendront s'ajouter au sein des Foulées Haganis : une course en duo, une course Run2Meet pour les célibataires et un Challenge des Commerçants.*

*Et, pour souligner le côté festif du marathon, un prix sera décerné au meilleur déguisement !*

*Ces nouveautés démontrent, s'il en fallait encore la preuve, que le Marathon est un événement sportif qui touche tous les publics et auquel chacun d'entre nous peut participer en tant que coureur, bénévole ou spectateur.*

*Excellente course à tous !*



## DOMINIQUE BOUSSAT

Président de l'Association Metz Marathon

*Dès 1973, Metz, pionnière de la course à pied en France, créait son marathon. Après 20 ans d'existence, celui-ci fut mis en sommeil au bénéfice du semi-marathon, pour renaître en 2010. Le projet était de livrer la ville aux coureurs, en créant une épreuve faisant la part belle au patrimoine historique de la cité deux fois millénaire.*

*Le succès fut immédiat, et bientôt le parcours s'étendit vers les villages de la campagne messine, délivrant un équilibre judicieux entre la variété des paysages, les découvertes architecturales, selon un profil accessible, propice à la performance.*

*Au fil des années, l'offre de course s'est diversifiée, proposant "à chacun sa course", quel que soit son niveau, sa motivation, son degré de préparation.*

*Metz gagne à être connue, mais c'est vous qui gagnerez beaucoup à la découvrir, avec l'appui inconditionnel des très nombreux bénévoles, qui ont donné en quelques années au Marathon Metz Mirabelle, une réputation de sérieux technique et de convivialité.*



# MERCI

Bonjour à tous,

## **NOUS TENONS À VOUS REMERCIER D'AVOIR REJOINT L'ÉQUIPE D'ORGANISATION DU MARATHON METZ MIRABELLE 2016 !**

Le Marathon Metz Mirabelle nécessite la présence de plus de 750 bénévoles ! Sans votre participation, il nous serait impossible d'organiser ce genre d'événement.

Une des tâches essentielles d'un bénévole sur un marathon consiste à sécuriser le parcours et les coureurs : il s'agit du poste de signaleur de parcours.

Les postes sont attribués en amont, en fonction:

- des dates d'inscription,
- de votre lieu d'habitation afin que vous soyez, dans la mesure du possible, le plus proche de votre domicile.

Nous avons rassemblé dans ce document toutes les informations dont vous aurez besoin pour vos différentes missions lors de la journée de dimanche et vous donner également un maximum d'informations pratiques concernant les courses.

### **N'OUBLIEZ PAS DE VOUS RENDRE À VOTRE POSTE AVEC :**

- votre bracelet d'accès,
- votre tenue,
- votre gilet jaune pour les signaleurs.

Le panier repas, pour les bénévoles parcours, sera remplacé par un bon d'achat Simply Market qui vous sera remis lors de votre retrait " pack bénévole " le 8 octobre. Il peut être utilisé pour l'achat de votre pack lunch ou être utilisé ultérieurement dans les magasins Simply Market de Metz.

Pour les bénévoles village, un ticket repas, valable sur le point restauration du village, vous sera remis.

Bon courage et bon marathon à tous !



### **LES RENDEZ-VOUS À NE PAS MANQUER**

**PASTA PARTY** : samedi 8 octobre à la salle Fabert à partir de 18h00 (gratuite pour les bénévoles sur présentation de votre coupon Pasta Party).

**POT DES BÉNÉVOLES** : Vous serez conviés dans les 15 jours suivant le marathon pour un pot amical (cf. invitation remise le samedi 8 octobre).



# LES MISSIONS

En plus de pouvoir suivre de près les courses, les bénévoles ont la chance d'être au cœur de l'action.

Les bénévoles sont principalement aux points stratégiques suivants :

# D

## ZONE DÉPART

➤ **RDV À 7H00 :**  
**SUR LA LIGNE DE DÉPART : BD POINCARÉ**

Participer à l'organisation de la ligne de départ :

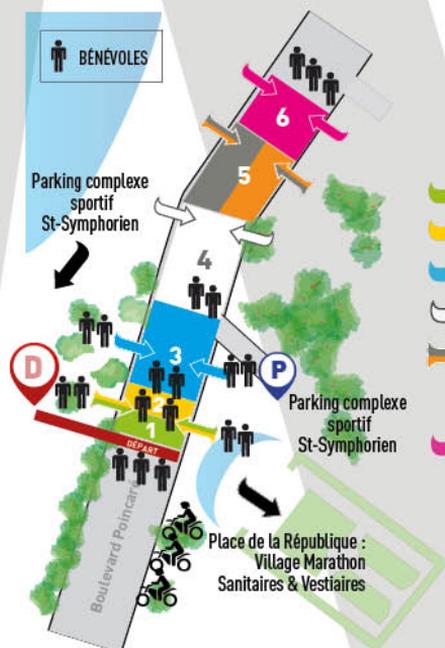
=> **Responsable Roland SIMONET - Tél. : 06 80 15 17 14**

Gestion de la masse des coureurs avant le départ :

- Mise en place des points de contrôle sur la ligne de départ et installation des sas coureurs
- Orientation des coureurs sur la ligne de départ

Le but est de filtrer l'entrée des coureurs dans les sas correspondants. Afin de mieux les identifier, une couleur spécifique est imprimée sur leur dossard.

Une fois le départ donné, l'ensemble de l'équipe rejoint la ligne d'arrivée afin de gérer les flux de coureurs terminant la course.



## SAS MARATHON

Les **SAS MARATHON** sont en tête et reprennent la segmentation suivante :

- ➔ **SAS 1** : Dossards Élite (bandeau vert)
- ➔ **SAS 2** : Dossards Préférentiels (bandeau jaune)
- ➔ **SAS 3** : Dossards licenciés FFA (bandeau bleu),
- ➔ **SAS 4** : Dossards Marathon Metz Mirabelle (fond blanc)
- ➔ **SAS 5** : Marathon Relais Thermapolis – Dossards Marathon Relais Thermapolis (équipe de 4 fond gris et équipe de 2 fond orange)
- ➔ **SAS 6 : FOULÉES HAGANIS**  
Le peloton des Foulées Haganis (bandeau rose et violet pour les handisports) positionné derrière le Marathon Relais Thermapolis.  
Accès par les deux côtés sur les entrées signalées.



## ZONE VESTIAIRES

### > RDV À 7H00 : ESPLANADE DE LA PLACE DE LA RÉPUBLIQUE

Gestion des vestiaires pour tous les coureurs. Chaque coureur reçoit une étiquette à attacher à son sac avec son numéro de dossard.

=> **Responsable : Alain MALHOMME - Tél. : 06 81 81 86 65**



## ZONE ARRIVÉE

### > RDV À 7H30 : SUR LA LIGNE D'ARRIVÉE PLACE DE LA RÉPUBLIQUE

Participer à l'organisation de la ligne d'arrivée

=> **Responsables : Joël DUMON - Tél. : 06 34 75 50 94**  
**et Roger LESAULNIER**

- Informer et guider les coureurs
- Accueillir les coureurs et leur distribuer une médaille selon la course et des couvertures de survie (uniquement aux marathoniens)
- Présence sur le poste de ravitaillement final
- Récupérer les ceintures porte-dossard des coureurs relais
- Gestion du protocole

**ATTENTION** chaque coureur doit passer une seule fois sur la ligne d'arrivée. Ils ne doivent pas retourner en arrière.



## POINTS RAVITAILLEMENTS ÉPONGEMENTS

### > RDV À 7H15 : À VOTRE POSTE

Tenir un point de ravitaillement ou d'épongement sur le parcours :

=> **Responsable : Jean-Paul HUBERT - Tél. : 06 76 88 80 45**

8 stands de ravitaillement sur le parcours pour le Marathon, 3 points ravitaillement pour le Marathon relais Thermapolis et un point ravitaillement à l'arrivée (disposés tous les 5 km pour le Marathon et sur chaque point de relais).

Ils proposent les produits suivants: bananes, fruits secs, bouteilles d'eau, sucre, oranges.

7 postes d'épongement sur le parcours intercalés entre les stands de ravitaillement.

# R

## GESTION RELAIS THERMAPOLIS

### ➤ RDV : EN FONCTION DE VOTRE FICHE DE POSTE

Participer à la gestion du Marathon relais :

=> **Responsable : Jean-Marie BACKSCHEIDER - Tél. : 07 71 15 09 25**

- Gestion des zones de passage de relais et des points de ravitaillement relais
- Gestion des navettes relais au départ du complexe sportif Saint-Symphorien
- Orientation des coureurs

À noter que les coureurs du Marathon relais doivent avoir leurs dossards devant et derrière (fond gris pour les équipes de 4 et fond orange pour les équipes de 2).

Le premier coureur sera en possession d'un 3<sup>e</sup> dossard fixé sur une ceinture porte-dossard. Celle-ci servira de témoin pour la course.

UN DOCUMENT SPÉCIFIQUE VOUS SERA REMIS  
LORS DE LA RÉUNION RELAIS DU SAMEDI 8 OCTOBRE.

# Acc

## ACCUEIL COUREURS

### ➤ RDV À 7H00 À VOTRE POSTE

Participer à l'accueil coureurs :

=> **Responsable : Chantal SIMONET - Tél. : 06 78 58 46 20**

- Préparation en amont des dossards et sacs coureurs
- Gestions des inscriptions sur place sur le village
- Remise des dossards coureurs
- Remise des goûters aux enfants
- Affichage des résultats





# SIGNALEUR

## ➤ RDV IMPÉRATIVEMENT À 7H00 AU PLUS TARD À VOTRE POSTE

À noter : le parcours sera fermé au signal de la police ou d'un membre de l'organisation (chef de secteur...)

Le rôle du signaleur est primordial pour le bon déroulement de l'événement. Le signaleur a pour mission de :

- Diriger les coureurs, leur indiquer le parcours si nécessaire.
- Bien faire la différence entre les coureurs du Marathon, du Marathon relais et des Foulées Haganis et entre les différents passages du marathon (Cf : couleur et numéro de dossard p. 5).
- Porter assistance ou secours aux coureurs blessés ou qui abandonnent.
- Sécuriser le parcours en interdisant l'accès aux vélos et aux voitures. Sauf si le conducteur possède un accès parcours (un exemplaire vous sera présenté). Dans certains cas il sera nécessaire de mettre en place et de déplacer des barrières.
- Encourager les coureurs lors de leur passage.

À noter que : pour guider les coureurs le parcours du marathon est tracé par une ligne bleue au sol et les Foulées Haganis par une ligne rose.

**LE PORT DU GILET FLUO EST OBLIGATOIRE POUR TOUS LES SIGNALEURS, MERCI DE VOUS RENDRE À VOTRE POSTE AVEC LE VÔTRE**

### LES ÉVENTUELLES DIFFICULTÉS

- La principale difficulté : les conducteurs. Attention aux conducteurs qui voudraient absolument passer en coupant le parcours.
- **Un coureur se blesse ou abandonne** : Vérifiez tout d'abord que votre poste est sécurisé (barrières en place, éventuellement quelqu'un pour vous remplacer..) Puis portez assistance ou secours. Appelez votre chef de secteur (numéro qui vous sera communiqué sur votre fiche de poste) et indiquez votre numéro de poste et le numéro de dossard du coureur pour que la voiture balais puisse venir le récupérer ou que les secours puissent intervenir.

En cas de problème technique contactez le  
**PCO 03 87 55 83 70**

En cas d'urgence médicale contactez le  
**06 52 34 33 02**

### FIN DE LA MISSION

La voiture marquée « FIN DE COURSE » marquera la fin de la course, REMETTEZ-LUI VOS PANNEAUX SENS INTERDIT.

Attendez le signal de la police ou du chef de secteur pour quitter votre poste, des voitures pourraient encore rentrer sur le parcours.



COMMENT RÉAGIR ET INTERVENIR ?  
SI VOUS DEVIEZ PORTER SECOURS,  
3 MOTS :

**PROTÉGER, SECOURIR,  
ALERTE**  
(PSA)

PROTÉGEZ-VOUS ET PROTÉGEZ LE  
CARREFOUR, SECOUREZ LE(S) BLESSÉ(S),  
PUIS ALERTEZ LES SECOURS AU

**06 52 34 33 02**

## FACE À UN CONDUCTEUR AU COMPORTEMENT AGRESSIF :

- Gardez votre calme et expliquez que le parcours est fermé à toute circulation (relevez le numéro d'immatriculation du véhicule).
- La police et les motards sont présents sur le parcours. Si un automobiliste coupe le parcours, ce dernier encourra un retrait de 4 points, le parcours étant considéré comme un sens interdit (arrêté municipal).
- En cas de menace, alertez immédiatement votre chef de secteur ou le PCO qui vous enverra un agent dans les meilleurs délais.



Pour information,  
**LES VÉLOS SONT  
STRICTEMENT INTERDITS  
SUR LE PARCOURS,**  
n'hésitez pas à les faire évacuer  
ou stopper !



## BRACELETS ET ACCÈS

Différents accès seront distribués en fonction de vos postes. Ces bracelets donnent le droit aux espaces et lieux suivants :



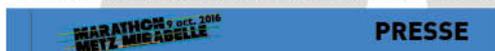
ACCÈS PARCOURS



ACCÈS LIGNE DÉPART



ACCÈS TOUTES ZONES  
(DÉPART / ARRIVÉE, PARCOURS, VIP ARRIVÉE, ESPACE VILLE DE METZ)



ACCÈS ZONE DÉPART / ARRIVÉE, PARCOURS ET ESPACE VILLE DE METZ



ACCÈS ESPACE MARATHON RELAIS ENTREPRISES



ACCÈS LIGNE ARRIVÉE

## STICKERS / PANNEAUX VÉHICULES OFFICIELS

LES STICKERS OU PANNEAUX D'AFFICHAGE SUR LES VÉHICULES DONNENT LE DROIT À CES VÉHICULES DE ROULER SUR LE PARCOURS OU DE LE TRAVERSER



VÉHICULES PEUGEOT



Bandeaux pare-brise des véhicules officiels (courtesy car, véhicules organisation - banderolage...)



BUS & MOTOS (GRAND ET PETIT FORMAT)



La voiture « OUVREURE DE COURSE » marquera le début de la course et indiquera le parcours aux coureurs.



La voiture « FIN DE COURSE » marquera la fin de la course et la réouverture des routes sur ordre de la police, les signaleurs lui remettent les panneaux sens interdit.



La voiture « BALAIS » suit les derniers coureurs afin de pouvoir les récupérer et les ramener sur le ligne d'arrivée en cas d'abandon.



# PROCÉDURE EN CAS D'URGENCE

1

▶ **Contacter pour toute URGENCE MÉDICALE le  
06 52 34 33 02**

2

▶ **DONNER LES INFORMATIONS SUIVANTES :**

- « je suis M...., ou je suis signaleur N°.....,
- mon numéro de portable est le 06 ..... ,
- point kilométrique ..... ,
- au niveau de la rue (situez votre position) .....,
- présente le problème suivant ....,
- la personne est consciente inconsciente,  
respire ou ne respire pas .... »



3

▶ **FLASHEZ LE QR CODE SUR LE DOSSARD (SI VOUS POUVEZ)**



Flashez le QR code présent sur le dossard, avec une application lecteur, à télécharger gratuitement sur votre smartphone (recommandation : i-nigma sur android, Ubleam sur Apple...).

Si le coureur a rempli sa fiche de santé cela permet de confirmer l'identité de celui-ci auprès du service médical (cf. page 17).



# PROGRAMME

## Samedi 8 octobre

10H00  
19H00

**OUVERTURE DU VILLAGE**  
Place de la République  
**ANIMATIONS VILLAGE**  
**RETRAIT DOSSARDS ET INSCRIPTIONS**

14H30

**INAUGURATION DU VILLAGE  
PAR LE MAIRE DE METZ\***

\* sous réserve de modification

18H00

**PASTA PARTY  
GRATUITE POUR LES COUREURS**  
et 10 € pour les accompagnateurs  
(salle Fabert 1 rue du Pont Moreau,  
face à la préfecture de 18h00 à 22h00)



### L'ATHLÉ PARK SAMEDI 8 OCTOBRE

800 m<sup>2</sup> dédiés à la découverte de l'athlétisme. Mise en place de l'Athlé Park le samedi 8 octobre sur l'Esplanade de la place de la République, pour les enfants de 7 à 14 ans. En partenariat avec la Ligue de Lorraine d'Athlétisme : un parcours de découverte sur les lancers, les sauts, les courses et jeux de connaissance auprès des stands des partenaires du marathon participant à l'opération.



## Dimanche 9 octobre

8H00  
16H00

**OUVERTURE DU VILLAGE**  
Place de la République

9H00

**DÉPART MARATHON**  
Boulevard Poincaré

9H30

**DÉPART MARATHON RELAIS THERMAPOLIS**  
Boulevard Poincaré

9H40

**ÉCHAUFFEMENT COLLECTIF DOMICIL'GYM**  
Boulevard Poincaré

9H50

**DÉPART FOULÉES HAGANIS  
HANDISPORT & JOËLETTE**  
Boulevard Poincaré

10H00

**DÉPART FOULÉES HAGANIS**  
Boulevard Poincaré  
**DÉPART UEM RUN KIDS «ÉCOLIERS»**  
Esplanade place de la République

10H30

**DÉPART UEM RUN KIDS «COLLÉGIENS»**  
Esplanade place de la République



### REMISE DES PRIX DIMANCHE 9 OCTOBRE

Sur le podium (sous réserve de modification)

À partir de 10h15 pour les courses UEM Run Kids

À partir de 10h50 pour les Foulées Haganis

À partir de 12h10 pour le Marathon Metz Mirabelle

À partir de 13h25 pour le Marathon Relais Thermapolis



# INFORMATIONS PRATIQUES

## AVANT LA COURSE



### PASTA PARTY

Gratuite pour tous les bénévoles et les coureurs ayant répondu présent sur le bulletin d'inscription. RDV le samedi 8 octobre 2016 à la salle Fabert (1 rue du Pont Moreau, Metz, face à la préfecture) à partir de 18h et jusqu'à 22h. 10 € pour les accompagnateurs, règlement sur place (pas de règlement par carte bancaire).



### VESTIAIRES

Dépose des affaires pour les Foulées Hagnanis, les marathoniens et relayeurs (1<sup>er</sup> et dernier) à proximité du village dès le dimanche matin à partir de 8h.



### BOISSONS ÉLITES

Pour les coureurs élités la dépose des boissons se fait le samedi 8 octobre sur le stand Point Information situé sur le village du Marathon Metz Mirabelle de 10h à 19h.

## LE JOUR DE LA COURSE

**ATTENTION : POUR LA SÉCURITÉ DES COUREURS ET LA RÉGULARITÉ DE L'ÉPREUVE  
LES VÉLOS SONT STRICTEMENT INTERDITS SUR LE PARCOURS**



### PARKINGS

Notre partenaire Urbis Park offre un accès gratuit au parking République par participant engagé pour la journée du dimanche 9 octobre sur les courses du Marathon Metz Mirabelle (Marathon + Foulées Haganis). **ENTRÉE POSSIBLE SEULEMENT JUSQU'À 8H30.**

**Le parking du Complexe Sportif Saint Symphorien est réservé aux coureurs et aux bénévoles. Il est situé à environ 600m de la zone de départ.**

**ATTENTION : RUES FERMÉES DE 7H30 JUSQU'AU PASSAGE DE LA VOITURE MARQUÉE  
« FIN DE COURSE ».**

Pensez à anticiper votre arrivée, pour ne pas rater le départ.

**PARKING RÉPUBLIQUE URBIS PARK****2100 PLACES** (Gratuit pour les marathoniens et les coureurs des Foulées Haganis)

Coordonnées GPS : 49°06'57.5''N 6°10'06.4''E

À partir de 7h30, arrivée possible seulement par l'autoroute A31: sortie Metz centre, puis bretelle Joffre et la voie spécialement aménagée.

**SEULEMENT JUSQU'À 8H30**

Possible en venant du Moyen Pont à partir de 11h30

**PARKING COMPLEXE SPORTIF SAINT SYMPHORIEN**

(Gratuit pour tous les coureurs et les bénévoles, lieu de départ des navettes relais)

Coordonnées GPS : 49°06'47.0''N 6°09'43.4''E  
Indication : " complexe sportif Saint Symphorien "

À partir de 7h30 contrôle d'accès, pour les coureurs présentation du dossard et pour les bénévoles présentation du tee-shirt ou bracelets d'identifications.

À partir de 7h30, accès uniquement par Longeville-lès-Metz : puis Pont de Verdun, puis boulevard Saint Symphorien

**PARKING ALLÉE METZ PLAGE :****150 PLACES** (Gratuit)

Coordonnées GPS : 49°07'21.20''N 6°10'04.59''E, indication : " Allée Metz plage "

Compter 7 mn pour rejoindre à pied la ligne de départ

**DEPUIS L'AUTOROUTE A31 DE THIONVILLE :** Sortie METZ NORD, suivre indication GPS, à gauche parking vers le camping**PARKING BOULEVARD DE TRÈVES****650 PLACES** (Payant)Coordonnées GPS : 49°07'22.68''N 6°11'15.25''E,  
Indication : " En Chaponrue "

Compter 25 mn à pied pour rejoindre la ligne de départ

**DEPUIS L'AUTOROUTE A31 DE THIONVILLE :** Sortie METZ NORD, direction " SARREBRUCK " puis tout droit  
**DEPUIS L'AUTOROUTE A31 DE NANCY :** Sortie METZ NORD, direction " NOUVEAU PORT DE METZ ", puis " SARREBRUCK " puis tout droit**DEPUIS L'AUTOROUTE A4 DE STRASBOURG :** Sortie METZ CENTRE, direction " NOUVEAU PORT DE METZ ", puis " SARREBRUCK " puis tout droit**PARKING PAIXHANS****400 PLACES** (Payant)Coordonnées GPS : 49°07'16.1''N 6°11'05.7''E,  
Indication : " rue du Général Fournier "**PARKING MAZELLE****200 PLACES** (Payant)Coordonnées GPS : 49°06'49.1''N 6°11'03.4''E,  
Indication : " place Mazelle "

Compter 25 mn à pied pour rejoindre la ligne de Départ

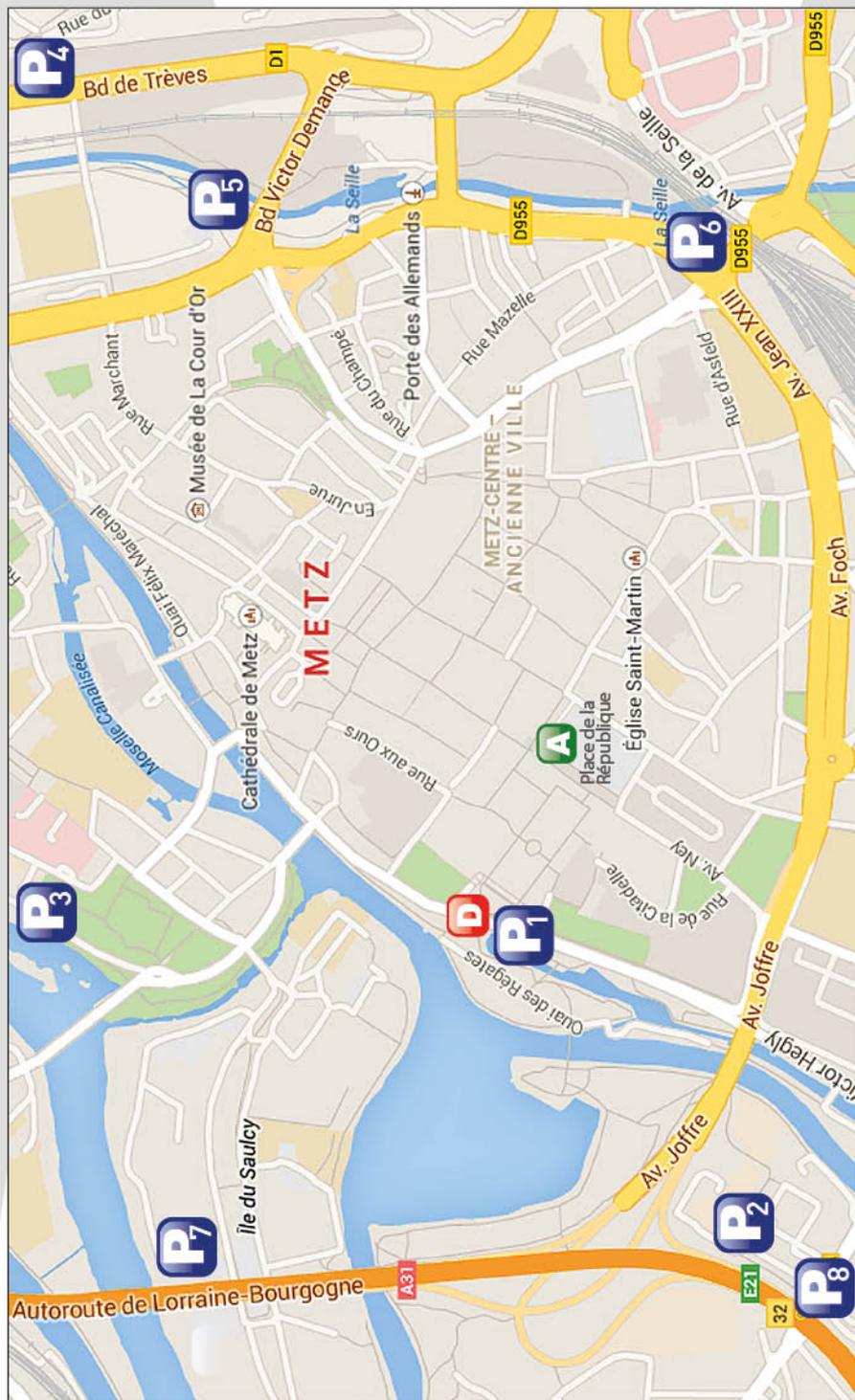
**POUR LES 2 PARKINGS CI-DESSUS :****DEPUIS L'AUTOROUTE A31 DE THIONVILLE :** Sortie METZ NORD, direction " SARREBRUCK " puis tout droit**DEPUIS L'AUTOROUTE A31 DE NANCY :** Sortie METZ NORD, direction " NOUVEAU PORT DE METZ ", puis " SARREBRUCK " puis tout droit**DEPUIS L'AUTOROUTE A4 DE STRASBOURG :** Sortie METZ CENTRE, direction " NOUVEAU PORT DE METZ ", puis " SARREBRUCK " puis tout droit**PARKING DU CAMPUS DE L'UNIVERSITÉ DE L'ÎLE DU SAULCY 425 PLACES** (Gratuit)

dès 6h30, arrivée possible uniquement par le Pont des Morts

**PARKING PARKING DU FC METZ 130 PLACES**

(Gratuit seulement pour les parkings Orange : 73 places, Grenat : 45 places et Jaune : 12 places)

À partir de 7h30, accès uniquement par Longeville-lès-Metz : puis Pont de Verdun, puis boulevard Saint Symphorien



- 1 - PARKING RÉPUBLIQUE URBIS PARK
- 2 - PARKING DU COMPLEXE SPORTIF SAINT SYMPHORIEN
- 3 - PARKING ALLÉE METZ PLAGE
- 4 - PARKING BOULEVARD DE TRÈVES

- 5 - PARKING PAUXHANS
- 6 - PARKING MAZELLE
- 7 - PARKING DU CAMPUS DE L'UNIVERSITÉ DE L'ÎLE DU SAULCY
- 8 - PARKING DU FC METZ (Parkings Orange, Grenat et Jaune)



D Départ



A Arrivée

# ACCÈS ZONE DÉPART SAS

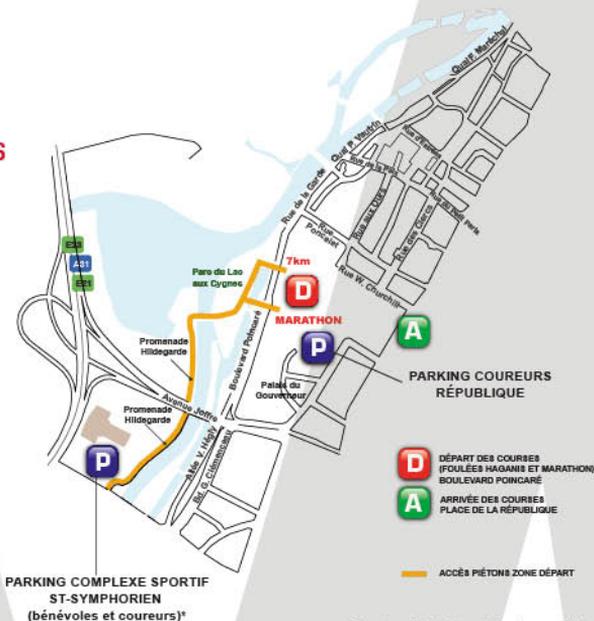


## DÉPARTS DES COURSES BOULEVARD POINCARÉ (devant l'esplanade)

- 9h00 : Marathon
- 9h30 : Marathon Relais Thermapolis
- 9h50 : Handisport Foulées Haganis & Joëlette
- 10h00 : Foulées Haganis

## Départ sur l'esplanade Place de la République

- 10h00 : Courses UEM Run Kids « écoliers »
- 10h30 : Courses UEM Run Kids « collégiens »



PARKING COMPLEXE SPORTIF ST-SYMPHORIEN (bénévoles et coureurs)\*

PARKING COUREURS RÉPUBLIQUE

**D** DÉPART DES COURSES FOULÉES HAGANIS ET MARATHON BOULEVARD POINCARÉ  
**A** ARRIVÉE DES COURSES PLACE DE LA RÉPUBLIQUE

— ACCÈS PIÉTONS ZONE DÉPART

\* Boulevard Saint Symphorien Longeville les Metz



## SÉCURITÉ & CONSEILS DE VIGILANCE

- si vous observez un objet présentant un caractère insolite et dont le propriétaire n'a pas pu être identifié localement,
- si vous observez des agissements ou comportements manifestement anormaux qui pourraient faire penser qu'un acte malveillant va être commis :

**Samedi 8 octobre :**  
Composez immédiatement le 17

**Dimanche 9 octobre :**  
Contactez immédiatement le Poste de Commandement Opérationnel au 03 87 55 83 67  
ou le 17

- en cas d'urgence médicale (incident ou d'accident),

**Samedi 8 octobre :**  
Composez immédiatement le 112

**Dimanche 9 octobre :**  
Composez immédiatement le 06 52 34 33 02

# SUR LE PARCOURS

**ATTENTION : POUR LA SÉCURITÉ DES COUREURS ET LA RÉGULARITÉ DE L'ÉPREUVE LES VÉLOS SONT INTERDITS SUR LE PARCOURS**



## MENEURS D'ALLURE

Lors du marathon, 6 meneurs d'allures seront présents. Ils réguleront la course sur les temps de référence suivants :

3h00 • 3h15 • 3h30 • 3h45 • 4h00 • 4h30.

Ils sont là pour aider à atteindre l'objectif des coureurs en les accompagnant dans la gestion du temps mais aussi en régulant la vitesse et en apportant des conseils tout au long de la course (ravitaillement, etc.). Ils seront dès le départ repérables avec des drapeaux de couleur.



## SANITAIRES

Des sanitaires sont à disposition des coureurs :

- Esplanade de la Place de la République à proximité de la tente consignes
- Au kilomètre 10,65 à côté de la zone relais Arènes
- Au kilomètre 20,15 à côté de la zone relais Fleury
- Au kilomètre 25
- Au kilomètre 32,3 à côté de la zone relais Augny
- Au kilomètre 35



**chronopost**  
chronométrateur officiel



## RAVITAILLEMENTS

9 stands de ravitaillement sont proposés tous les 5 km. Ils sont disposés aux kilomètres :

5 • 10 • 15 • 20 • 25 • 30 • 35 • 40 et à l'arrivée et proposent les produits suivants : oranges, bananes, fruits secs, bouteilles d'eau, sucre.

Les coureurs du Marathon Relais Thermapolis disposeront d'un point ravitaillement sur chaque point relais.



## ÉPONGEMENTS

7 postes d'épongement, destinés seulement aux marathonien(ne)s, sont disposés sur le parcours, intercalés avec les stands de ravitaillement.

**Une éponge sera remise dans le sac coureur.**

Ils sont disposés aux kilomètres suivants :  
7,5 • 12,5 • 17,5 • 22,5 • 27,5 • 32,5 • 37,5.



## CHRONOMÉTRAGE

La puce intégrée au dossard permet d'obtenir les temps officiels et réels ainsi que le temps de passage au 21,1 km.

**ATTENTION : il est primordial de veiller à ce que les coureurs ne passent qu'une seule fois la ligne d'arrivée.**

**Il ne faut pas plier, décoller ou bien recouvrir la puce au risque de l'endommager et de n'avoir ni temps, ni classement.**



## MARQUAGE AU SOL

Les Foulées Haganis sont matérialisées au sol par une ligne de couleur rose et une ligne de couleur bleue pour le Marathon.



## SECOURS & SOINS



Les équipes de secouristes de la Protection Civile et des médecins de la société Dokever jalonnent tout le parcours du marathon. Cette année, Mutest (complémentaire santé) est le partenaire santé. Un défibrillateur disponible tous les 2 km. A l'arrivée, une zone de soins sur l'esplanade du village accueille les coureurs avec des Kinésithérapeutes de l'Institut Lorrain de formation en Masso-Kinésithérapie, des podologues, des médecins et des secouristes.



## LE CODE DE LA SÉRÉNITÉ !

En partenariat avec la société LIVA un dispositif innovant est mis en place pour améliorer la sécurité médicale lors de la course.

Un QR code unique sera intégré sur chaque dossard. Telle une véritable empreinte digitale de santé, grâce au QR code le coureur pourra renseigner toutes ses données de santé nécessaires en cas d'urgence (contacts d'urgence, allergies graves, pathologies, traitements médicamenteux en cours et autres données importantes). **cf. page 10.**

À usage éphémère, le QR code imprimé sur le dossard sera automatiquement désactivé au lendemain du Marathon Metz Mirabelle.

# APRÈS LA COURSE



## DOUCHES

Douches à disposition au complexe sportif Saint-Symphorien à 800m de l'arrivée.



## MÉDAILLES

Médailles personnalisables avec : nom, prénom et temps pour garder un souvenir impérissable (Tarif : 8 €).

Commandes sur le village du Marathon Metz Mirabelle le samedi 8 octobre et dimanche 9 octobre sous la tente "Personnalisation des médailles".

Le coureur recevra la plaque chez lui. Il n'aura plus qu'à coller sur l'emplacement prévu sur sa médaille.



## RÉSULTATS

Affichage des résultats le jour de la course sur le village et mise en ligne, le jour même sur le site officiel : [www.marathon-metz.fr](http://www.marathon-metz.fr) et les diplômes seront téléchargeables à partir du lundi 10 octobre 2016.



## BOISSONS CHAUDES

À l'arrivée, sur la zone de ravitaillement, l'Association " Familles de France " offrira une soupe de légumes, du café, du thé ou du chocolat chaud à tous les coureurs.



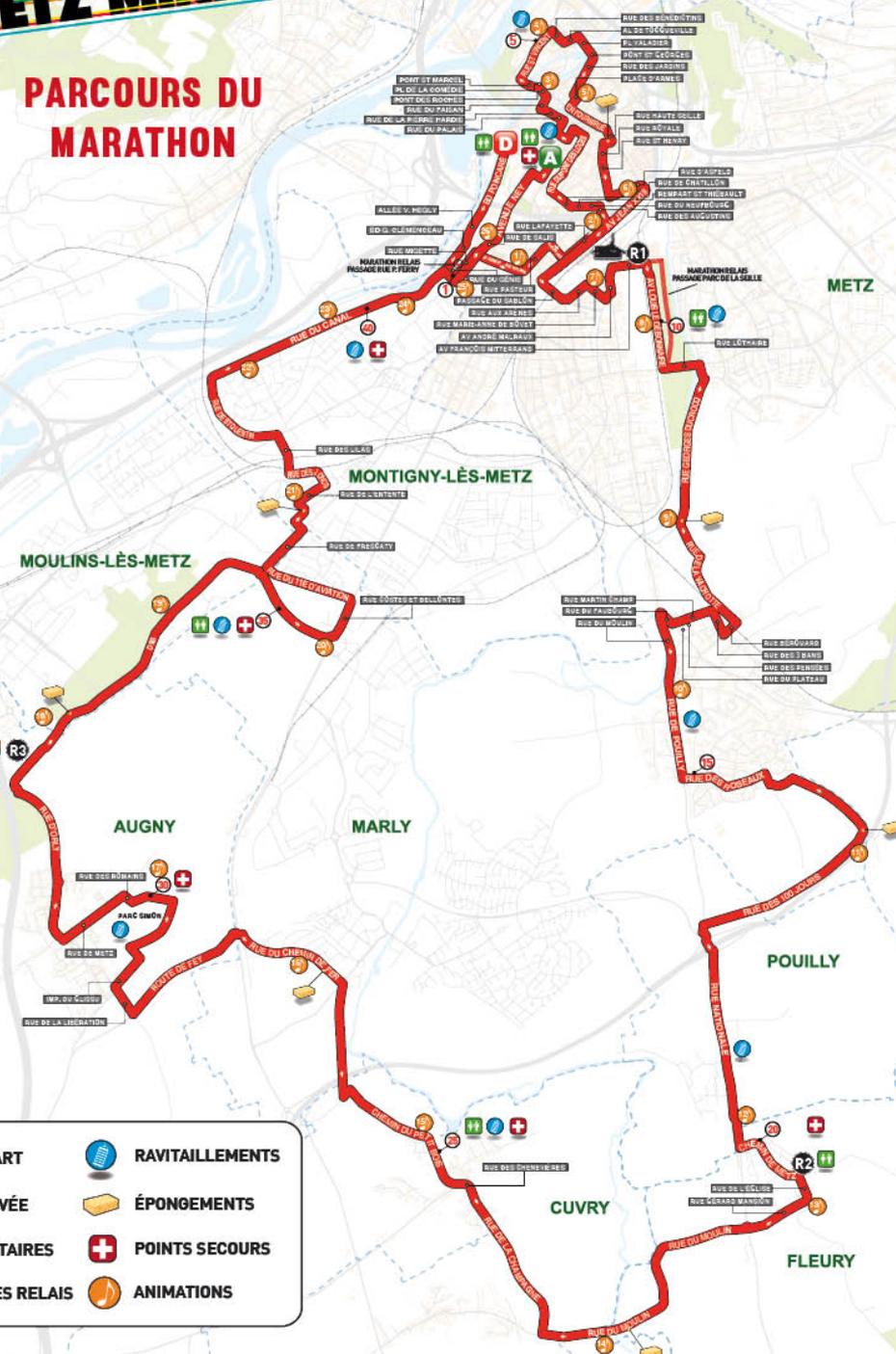
## PHOTOS

Les photos des participants aux courses du Marathon Metz Mirabelle seront disponibles quelques jours après l'événement sur le site de notre partenaire : [www.sprint-photo.fr](http://www.sprint-photo.fr)

# MARATHON METZ MIRABELLE

9 oct. 2016

## PARCOURS DU MARATHON



<b>D</b>	DÉPART		RAVITAILLEMENTS
<b>A</b>	ARRIVÉE		ÉPONGEMENTS
	SANITAIRES		POINTS SECOURS
<b>R</b>	ZONES RELAIS		ANIMATIONS



# TEMPS DE PASSAGE MARATHON

## MARATHON : DÉPART 9H00 BOULEVARD POINCARÉ



DÉPART : BVD POINCARÉ (au droit de l'Esplanade)	9	9H00	9H03
Allée Victor Hégly			
Boulevard Clemenceau	1	9h03	9h11
Rue du Génie			
Rue Migette			
Avenue Président Kennedy			
Rue Verlaïne			
Place Jean Moulin			
Rue Pasteur	2	9h06	9h19
Rue Sébastien Leclerc			
Rue Lafayette			
Tunnel de la Gare			
Rue Vauban			
Rue des Augustins			
Place Saint Thiébault			
Rue du Neubourg			
Rempart Saint Thiébault	3	9h09	9h27
Rue de Châtillon			
Place Sainte Glossinde			
Rue Dupont des Loges			
Rue de la Tête d'Or			
Rue Serpenoise			
Rue Marguerite Puhl-Demange	4	9h12	9h35
Rue des Clercs			
Rue du Palais			
Rue de la Pierre Hardie			
Rue du Foisan			
Place de Chambre			
Rue du Pont des Roches			
Pont des Roches			
Rue du Pont Saint Marcel			
Rue Saint Marcel			
Rue Saint Vincent	5	9h15	9h43
Place Saint Vincent			
Rue Saint Vincent			
Rue des Bénédictins			
Allée de Tocqueville			
Place Valadier			
Esplanade des Thernes			
Pont Saint Georges			
Rue des Jardins			
Place d'Armes	6	9h18	9h52
En Fournirue			
Rue Haute Seille			
Place Sainte Simplicie			
Place Saint Louis			
Rue Royale			

Rue Saint Henry			
Rue de la Gendarmerie	7	9h21	10h00
Rue d'Asfeld			
Place Mazelle			
Avenue Jean XXIII			
Rue Vauban			
Tunnel de la Gare	8	9h24	10h08
Rue Lafayette			
Passage du Sablon			
Rond point (prendre par la gauche)			
Rue aux Arènes			
Rue Marie-Anne de Bovet	9	9h27	10h16
Sente a My			
Avenue André Malraux			
Avenue François Mitterand			
Rue L. le Débonnaire	10	9h30	10h24
Rue Lothaire			
Rue Georges Ducrocq	11	9h33	10h32
Rue de la Vachotte	12	9h36	10h40
Rue Bérard			
Rue des Trois Bans	13	9h39	10h48
Rue Martin Champ			
Rue du Faubourg			
Rue du Moulin D 913	14	9h42	10h56
Rue de Pouilly D 913			
Rue des Roseaux	15	9h45	11h04
Rue des Cent Jours	16	9h48	11h12
	17	9h51	11h20

METZ			
D913	18	9h54	11h28
Rond point D 913/D 113			
Rond point D 913/N 431			
Rue Nationale D 913	19	9h57	11h36

FLEURY			
D 913			
Esplanade salle polyvalente	20	10h00	11h44
Chemin de Metz			
Rue de l'Église			
Rue Gérard Mansion	21	10h03	11h52
Rond Point D 913/D 66			
Rue du Moulin D66	22	10h06	12h00
	23	10h09	12h08

CUVRY			
D 5a	24	10h12	12h16
Rue de la Champagne			
D 5a			
Rue des Chenevières			
Place de la Fontaine	25	10h15	12h24
Chemin du Petit Bois			

Ferme Haute Rive	26	10h18	12h32
Passerelle N 410			
Ancienne voie ferrée			

MARLY			
Cour de la Gare	27	10h21	12h40
Rue du Chemin de Fer			
Rond Point D 5/D 68	28	10h24	12h48

AUGNY			
Route de Fey D 68	29	10h27	12h56
Rue de la Libération			
Impasse du Glissu			
Parc Simon	30	10h30	13h04
Rue des Romains			
Rue de Metz			
D 57c			
Rue d'Orly D 157c	31	10h33	13h12
Rond Point D 157c/D 5b			
D 5b	32	10h36	13h20
D5b sur parking après entrée BA128			
D 5b/D 157d	33	10h39	13h28

MOULIN LES METZ			
D 5b	34	10h42	13h36

MARLY			
Rond Point D 5b/Rue de Frescaty			
D 5b	35	10h45	13h44
Rue Costes et Bellontes			
Rue du 11ème d'aviation	36	10h48	13h52
Rue de Frescaty			

MONTIGNY-LES-METZ			
Rue Pierre de Couberlin	37	10h51	14h00
Rue de l'Entente			
Rue des Jons			
Rue des Lilas	38	10h54	14h08
Intersection rue de Pont à Mousson			
Rue de Saint Quentin			
Rue du Canal	39	10h57	14h16
	40	11h00	14h24

METZ			
Boulevard Georges Clémenceau			
Rue du Génie			
Rue Migette	41	11h03	14h32
Rue de Salis			
Avenue de Latre de Tassigny			
Pont Déroulède			
Avenue Ney	42	11h06	14h40
Rue du Maréchal Lyautey			
Arrivée : Place de la République		11h07	14h42

RAVITAILLEMENTS

COMMUNES TRAVERSÉES

ÉPONGEMENTS

ZONE DE RELAIS : MARATHON RELAIS



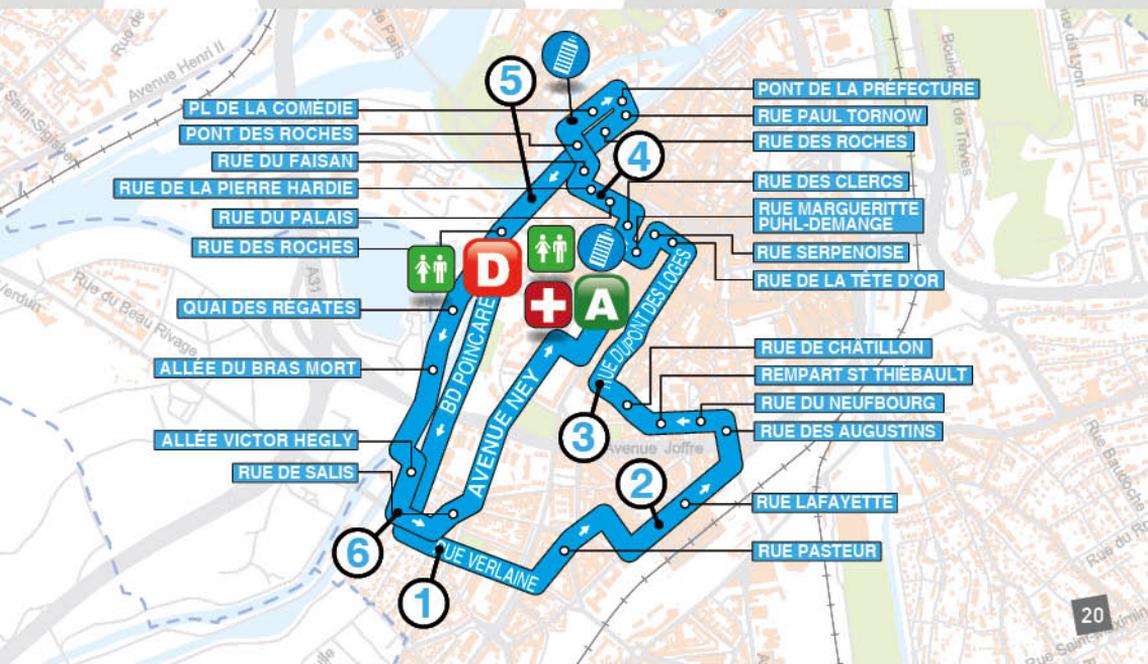
# TEMPS DE PASSAGE FOULÉES HAGANIS



**DÉPARTS BOULEVARD POINCARÉ**  
**9H50 HANDISPORT**  
**10H00 FOULÉES HAGANIS**

DÉPART : BVD POINCARÉ	0	10h00	10h05
Allée Victor Hégly			
Rond Point Kennedy			
Avenue Président Kennedy	1	10h03	10h13
Rue Verlaine			
Place Jean Moulin			
Rue Pasteur			
Rue Sébastien Leclerc			
Rue Lafayette			
Tunnel de la Gare	2	10h06	10h21
Rue Vauban			
Rue des Augustins			
Place Saint Thiébault			
Rue du Neufbourg			
Rempart Saint Thiébault			
Rue Chatillon			
Place Sainte Glosinde			
Rue Dupont des Loges	3	10h09	10h29
Rue de la Tête d'Or			
Rue Serpenoise			
Rue Marguerite Puhl-Demange			
Rue des Clercs			

Rue du Palais	4	10h12	10h37
Rue de la Pierre Hardie			
Rue du Faisan			
Place de Chambre			
Rue du Pont des Roches			
Pont des Roches			
Place de la Comédie			
Pont de la Préfecture			
Rue Paul Tornow			
Rue des Roches			
Quai des Régates	5	10h15	10h45
Allée du Bras Mort			
Pont du Bras Mort			
Avenue Victor Hégly	6	10h18	10h53
Rond Point Saint Symphorien			
Avenue JF Kennedy			
Rue de Salis			
Avenue de Lattre de Tassigny			
Pont Déroulède			
Avenue Ney			
Rue du Maréchal Lyautey	7	10h21	11h01
Arrivée Place de la République	7,1	10h22	11h03





# COURSES ENFANTS UEM RUN KIDS

Cette année, 2 types de courses sont proposées en fonction des années de naissance en collaboration avec l'USEP et l'inspection académique de la Moselle.

- ▶ La course des écoles UEM Run Kids
- ▶ La course des collèges UEM Run Kids

Les 2 courses se déroulent dans les allées de l'Esplanade de la place de la République.

Le départ et l'arrivée se feront sur l'Esplanade.

Horaires des courses : 10h course des écoles primaires UEM & 10h30 courses des collèges UEM.



## UEM RUN KIDS : COURSE DES ÉCOLES

Cette épreuve est basée sur un temps de course et non sur une distance à parcourir. Chaque élève choisira avant l'épreuve et dans le cadre de sa scolarité son contrat de course. 5 contrats sont prévus : courir 10, 15, 20, 25 ou 30 minutes.

Au signal de départ, tous les enfants courent autour d'une boucle. L'élève ayant réussi son contrat obtiendra un diplôme "course longue", avec le temps et la distance de course indiqués. En récompense, chaque participant recevra un tee-shirt et une médaille.

## UEM RUN KIDS : COURSE DES COLLÈGES

Deux courses proposées aux enfants des collèges.

Une course de 1,8 km environ pour les 6<sup>e</sup> & 5<sup>e</sup> et Une course plus longue (environ 2,7 km) pour les 4<sup>e</sup> et 3<sup>e</sup>.

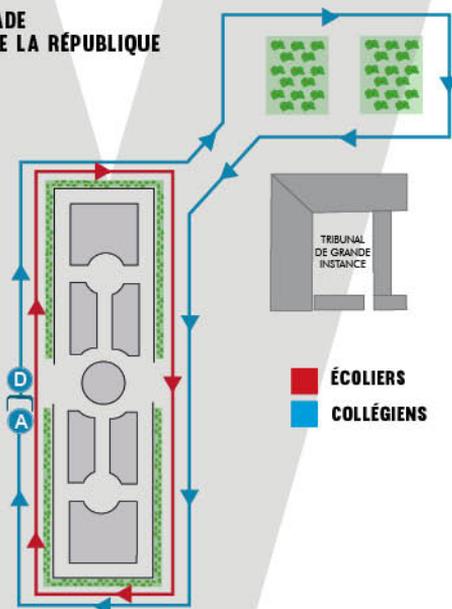
Le départ de la course aura lieu à 10h30, sur l'esplanade de la place de la République

Ces courses classiques font l'objet de classements mixtes qui distingueront les 6<sup>e</sup> et 5<sup>e</sup> ainsi que les 4<sup>e</sup> et 3<sup>e</sup> (NB: pas de temps puce).



RUN Kid's

ESPLANADE  
PLACE DE LA RÉPUBLIQUE

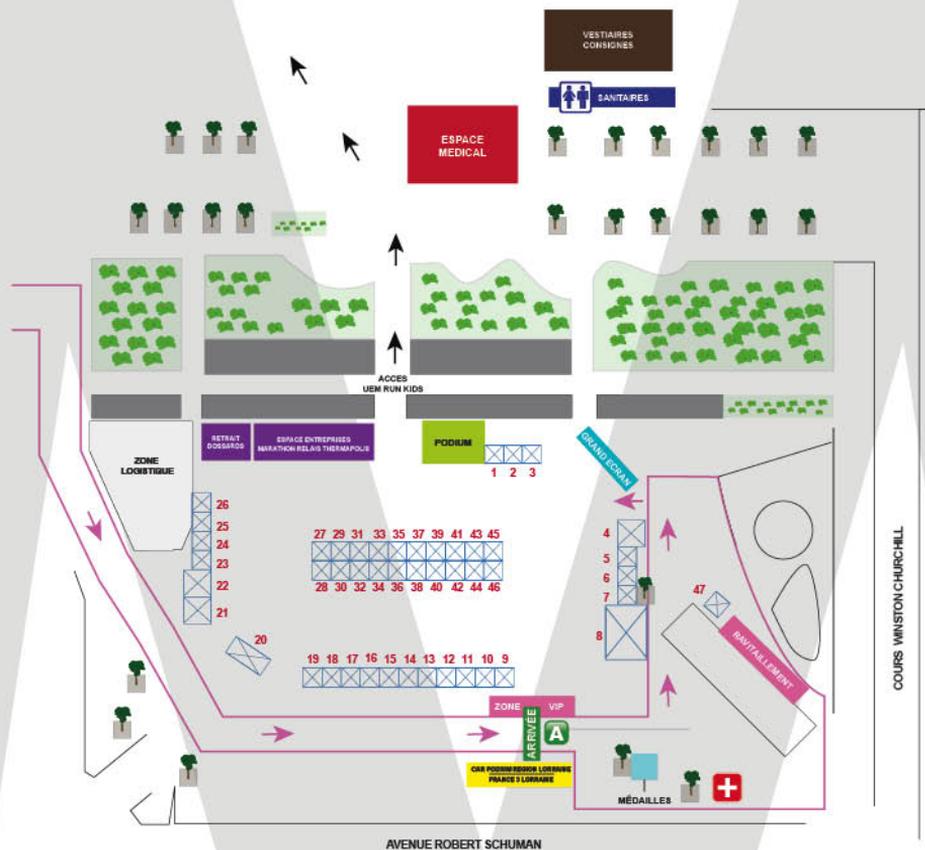


■ ÉCOLIERS  
■ COLLÉGIENS



# LE VILLAGE DIMANCHE 9 OCT.

Le Village du Marathon Metz Mirabelle (place de la République), sera ouvert le samedi 8 octobre de 10h00 à 19h00 et le dimanche 9 octobre de 8h00 à 16h00.



1 et 2	ÉLITES ET PROTOCOLE	23 et 24	OFFICE DE TOURISME / POINT INFORMATION
3	ACCUEIL PARTENAIRES	25 et 26	AFFICHAGE DES INSCRITS
4	VILLE DE METZ	27 et 28	ARCELORMITTAL
5, 6, et 7	HAGANIS / METZ METROPOLE	29 et 31	NEOLIA
8	HOKA ONE ONE	30	CROSSFIT HIRINGA
9	UEM	32 et 34	EXPOSITION VINCENT DOGNA
10	SIMPLY MARKET	33	LIVA
11	CRÉDIT MUTUEL	35	CARIOCAR
12	VISUEST	36	DIVACORE
13	DEMATHIEU BARD	37	PERSONNALISATION DES MÉDAILLES
14	100 KM DE MECLEUVES	38	RUN2MEET
15	MARATHON D'ANNECY	39	MARATHON DES PROFESSIONS JUDICIAIRES
16	MARATHON DU LUXEMBOURG	40	MUT'EST
17	MARATHON DU VIGNOBLE D'ALSACE	41	RÉGIE SON
18	LA MESSINE	42	CHRONOPOST
19	MARATHON ET 10KM DE SÉNART	43 et 45	FFMC
20	BUVETTE	44 et 46	BATIGERE
21	CLUB L2C	47	FAMILLES DE FRANCE
22	THERMAPOLIS		



# LES + COUREURS

## SUR LE VILLAGE DU MARATHON METZ MIRABELLE



### PERSONNALISATION DES MÉDAILLES

RDV sous la tente "Personnalisation des médailles".

## PENDANT LA COURSE

### LE MARATHON EN LIVE



#### SUIVEZ LA COURSE EN DIRECT

France 3 Lorraine débutera sa retransmission dès le départ du marathon, en streaming sur :

<http://france3-regions.francetvinfo.fr/lorraine>

ou sur sa page Facebook :

<https://www.facebook.com/France3Lorraine/?fref=ts>

et basculera sur l'antenne pour la dernière heure de course



#### DIRECT FM DONNE LE TON

Les participants peuvent courir en musique sur les Foulées Haganis avec DIRECT FM. Ils branchent leur smartphone sur l'application DIRECT FM, pour bénéficier de l'émission spéciale Marathon Metz Mirabelle.

Au programme : de la bonne musique, des encouragements de l'animateur et des dédicaces !

N.B : pas d'écouteurs sur l'épreuve du Marathon.



divacore

#### DIVACORE

Un son haute définition, sans fil ! Divacore, spécialisé dans la création d'écouteurs parfaitement calibrés est partenaire de l'événement. Présent sur le village du

Marathon, Divacore offrira des lots sur leur stand. Découverte de produits et des offres privilégiées.

#### L'APPLI MARATHON METZ MIRABELLE

Le Marathon Metz Mirabelle en collaboration avec la société messine AxioCode offre en avant-première une innovation technologique inédite sur marathon.

Les coureurs du Marathon, du Marathon Relais Thermopolis et des Foulées Haganis, bénéficient gratuitement d'un suivi en temps réel de leur course. AxioCode met à disposition une application mobile pour les smartphones Apple et Android permettant de géolocaliser la position, en temps réel,

durant toute la course. Les informations de géolocalisation collectées permettent de fournir une cartographie interactive précise des coureurs pendant la course et consultable sur une page web dédiée. Un service innovant qui donnera la possibilité aux spectateurs, supporters et bénévoles de suivre en temps réel les coureurs ainsi que de recevoir des notifications à des moments clés du parcours.



## APRÈS LA COURSE



### LES COUREURS PEUVENT COMMANDER LEUR PHOTO SUR :

[www.sprint-photo.com](http://www.sprint-photo.com)

# MARATHON 9 oct. 2016 METZ MIRABELLE

## PARTENAIRE TITRE



## PARTENAIRES PRINCIPAUX



## PARTENAIRES ÉPREUVE



## PARTENAIRES INSTITUTIONNELS



## PARTENAIRES THÉMATIQUES



## FOURNISSEURS



## PARTENAIRES MÉDIAS

