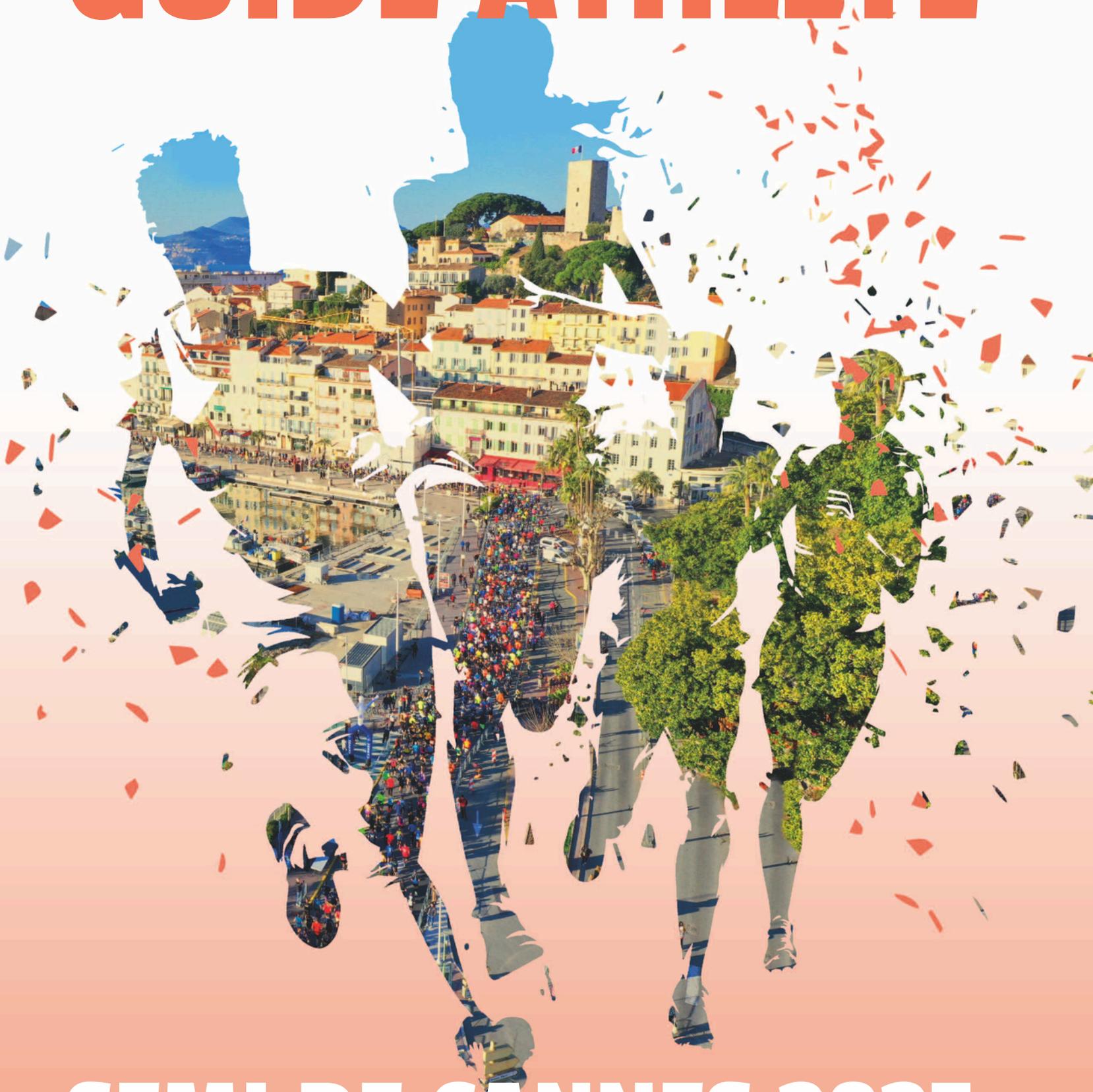


# GUIDE ATHLÈTE



# SEMI DE CANNES 2025



Le Semi-Marathon et  
10km de Cannes

[www.semi-cannes.com](http://www.semi-cannes.com)



@semidecannes

## Bienvenue dans votre guide athlète du Semi de Cannes 2025

Nous avons le plaisir de pouvoir vous proposer cette année la 31ème édition du semi-marathon de Cannes et respectivement la 25ème et 5ème édition du 5km et 10km.

Nous pensions avoir subi le pire en 2020 avec le report de l'épreuve la veille du départ lors de la crise sanitaire. C'était sans compter sur une météo dantesque dans la nuit du 02 au 03 mars 2024. Un village dévasté et des risques pour la sécurité des coureurs et des bénévoles nous ont contraints à prendre la décision d'annuler l'épreuve à 5h45 du matin.

2025 sera pour nous, l'année du renouveau. Le retour du parcours sur le boulevard de la Croisette, un village repensé afin de vous offrir davantage d'espace, des vestiaires et des consignes en intérieur pour vous proposer plus de confort le jour de la course. Enfin, des animations gratuites comme un photobooth et vidéo 360°, un footing de reconnaissance ou encore la présence d'un groupe de musique le 22 février pour le retrait des dossards.

Le Semi de Cannes est organisé depuis toujours par l'Athlétic Club de Cannes, une association sportive à but non lucratif, avec le soutien inébranlable de la ville de Cannes, de ses partenaires et des bénévoles sans qui rien ne serait possible.

Nous vous remercions pour votre confiance, votre fidélité et vous souhaitons à tous de profiter pleinement de cette édition 2025 du SemideCannes.



**Sportivement,**

**Frédéric Serrat, Président de l'Athlétic Club de Cannes**





# SOMMAIRE

- 1 **ACCÉDER AU VILLAGE**
- 2 **PLANS VILLAGE ET DÉPARTS**
- 3 **RETRAIT DES DOSSARDS**
- 5 **INFOS COURSES**
- 7 **LES PARCOURS**
- 9 **ANIMATIONS DU VILLAGE**
- 11 **L'APRÈS-COURSE**
- 12 **INFOS JEUX-CONCOURS**

# ACCÉDER AU VILLAGE

📍 ESPLANADE PANTIERO, 06400 CANNES

## EN TRAIN

**Arrêt : Gare de Cannes**

🚶 10 minutes de marche jusqu'à l'Esplanade Pantiero

## EN VOITURE

Notre partenaire CANNES Parking propose :

- **Samedi 22 février** : 3h gratuites
- **Dimanche 23 février** : 3h gratuites + 6,10 € la journée (7h à 19h) sur **présentation du dossard à l'accueil du parking.**



## EN DEUX-ROUES

La Ville de Cannes propose plus de 600 places de stationnement vélo et de très nombreux emplacements pour les deux-roues motorisés que vous retrouverez sur le plan interactif.



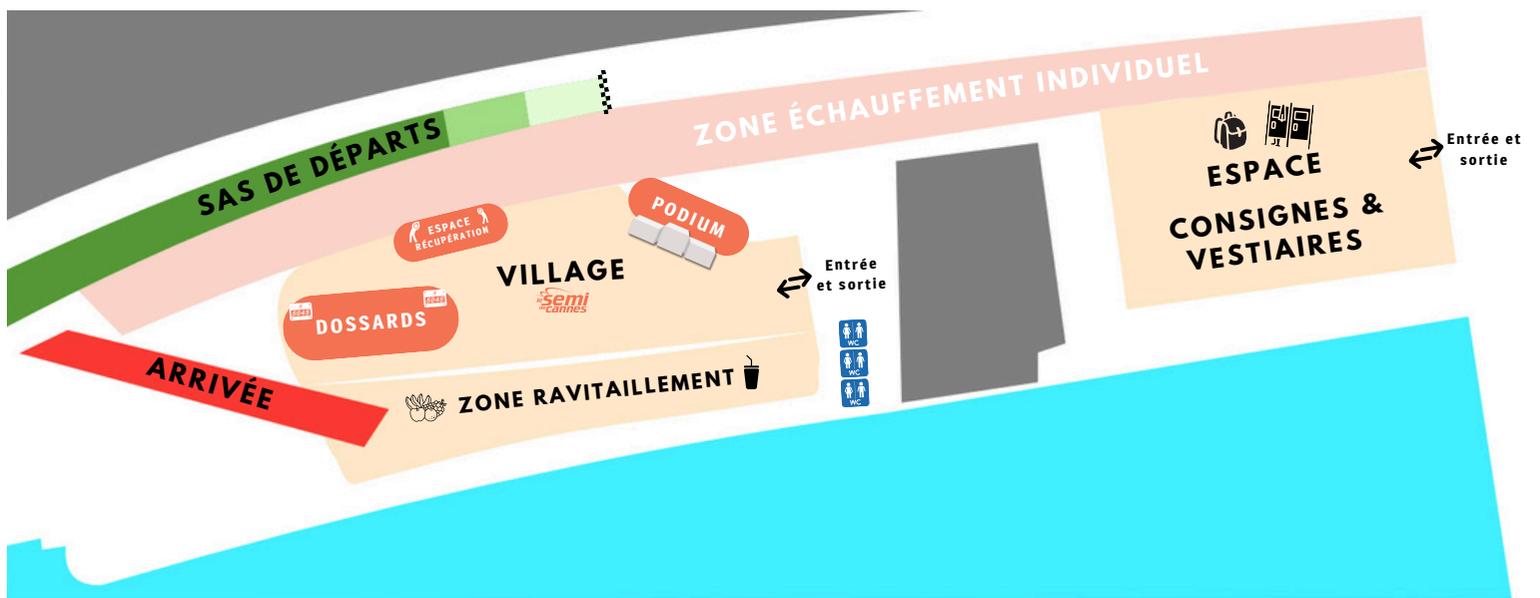
[Accéder à la carte interactive en cliquant ici](#)

Attention : les stationnements sur l'Esplanade de la Pantiero et sur le bord de mer le long du parcours ne seront pas accessibles le jour-J

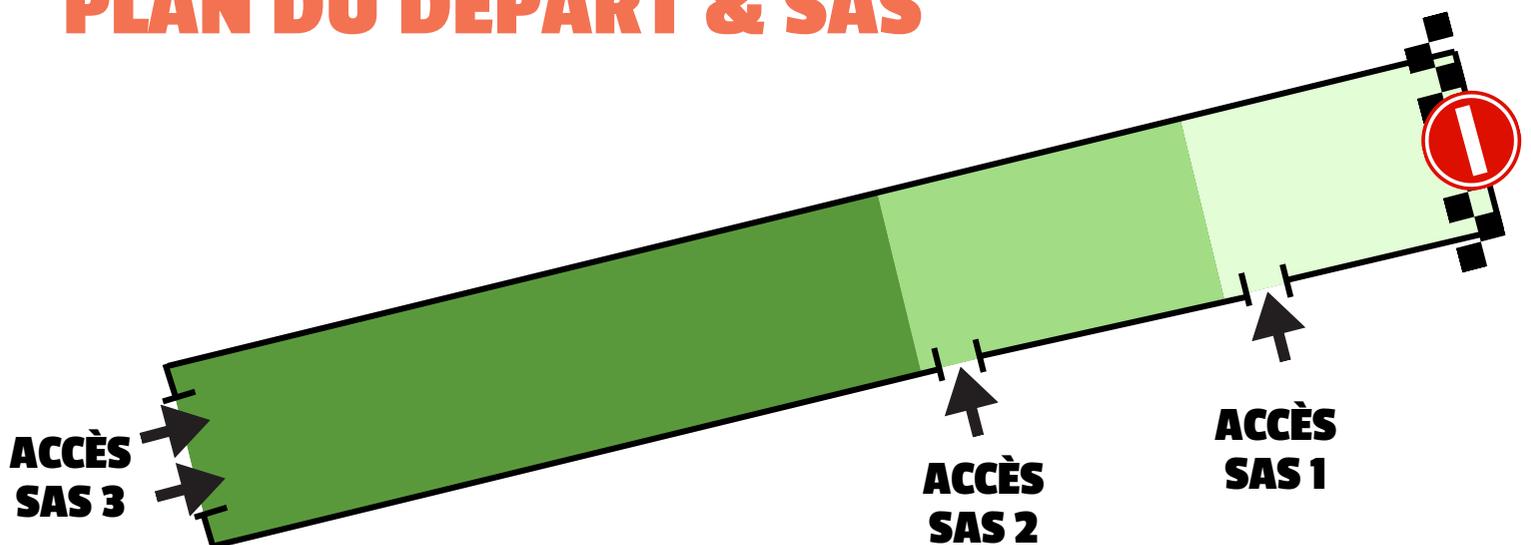
# PLANS VILLAGE & DÉPART

**SAMEDI 22 FÉVRIER** ☉ 10H-19H

**DIMANCHE 23 FÉVRIER** ☉ À PARTIR DE 7H



## PLAN DU DÉPART & SAS



# RETRAIT DES DOSSARDS

## QUAND ?

Samedi 22/02 de 10h à 19h : **CRÉNEAU FORTEMENT CONSEILLÉ**

Dimanche 23/02 - 7h : **JUSQU'À 30 MINUTES AVANT LE DÉPART DE LA COURSE  
AUCUN DOSSIER INCOMPLET TRAITÉ LE JOUR-J**

## DOCUMENTS À PRÉSENTER

- Pièce d'identité
- Bon de retrait
- Si dossier incomplet au moment du retrait : PPS valide à la date de l'épreuve à effectuer via le lien suivant : <https://pps.athle.fr/>

**Retrait par un tiers :** Bon de retrait + pièce d'identité du coureur inscrit

## BON DE RETRAIT : VÉRIFIEZ VOTRE DOSSIER REÇU PAR MAIL JEUDI 20 FÉVRIER

 **BON de retrait**   
**Event ticket**

Nom / Surname	Dossier complet / Registration complete <b>OUI / YES</b>
Prénom / First Name	Course / Race
Date de naissance / Date of Birth	Dossard N°
Licence / Club :	



### DOSSIER COMPLET

**Vous pourrez retirer votre  
dossard muni de ce bon de retrait**

 **BON de retrait**   
**Event ticket**

Nom / Surname	Dossier complet / Registration complete <b>NON / NO</b>
Prénom / First Name	Course / Race
Date de naissance / Date of Birth	Dossard N°
Licence / Club :	



### DOSSIER INCOMPLET

**Réaliser son PPS en ligne et le transmettre à  
l'espace PPS SAMEDI 22/02 UNIQUEMENT**

**AUCUN DOSSIER INCOMPLET NE SERA TRAITÉ LE JOUR DE  
LA COURSE**

**EST PARTENAIRE DE LA COURSE !**



BÉNÉFICIEZ DE **20% DE REMISE** SUR TOUTES NOS MONTURES  
AVEC LE CODE PROMO :

**SEMI2025**

Valable jusqu'au : 30/06/2025.

---

## **TIRAGE AU SORT**

TENTEZ DE GAGNER UNE **PAIRE DE LUNETTES** DE LA MARQUE  
**OAKLEY !**

**POUR PARTICIPER**

RETROUVEZ NOUS SUR NOTRE STAND AU VILLAGE SAMEDI 22 ENTRE 10H00  
ET 19H00 ET LE DIMANCHE 23 PENDANT LA COURSE !

LE TIRAGE AU SORT AURA LIEU LE **DIMANCHE 23 FÉVRIER À 11H30 !**  
REMISE DES PRIX PENDANT LES PODIUMS

---

**LA BRANCHE OPTICIENS**

3030 Chemin de Saint-Bernard  
06220 Vallauris

04.22.32.90.00



# INFO COURSE

	ÉCHAUFFEMENT	ENTRÉE SAS	DÉPART
21,1 KM	8H00	8H10	8H30
5 KM	10H05	10H10	10H30
10 KM	10H30	10H40	11H00

LES DÉPARTS NE SERONT PAS RETARDÉS SI LA DISTRIBUTION DE DOSSARDS EST ENCORE EN COURS

## SAS PRÉFÉRENTIELS

ACCÈS CONDITIONNÉ À UN JUSTIFICATIF DE PERFORMANCE :

- Daté de moins de 2 ans sur course officielle
- Justifiant d'une **performance officielle inférieure** aux chronos suivants :

5 KM		SAS 1 Masc. < 17 mn SAS 1 Fém. < 19 mn	SAS 2 Masc. < 20 mn SAS 2 Fém. < 22 mn
10 KM	Elite Masc. < 31 mn Elite Fém. < 36 mn	SAS 1 Masc. < 35 mn SAS 1 Fém. < 39 mn	SAS 2 Masc. < 40 mn SAS 2 Fém. < 45 mn
21,1 KM	Elite Masc. < 1h08 Elite Fém. < 1h20	SAS 1 Masc. < 1h22 SAS 1 Fém. < 1h28	SAS 2 Masc. < 1h32 SAS 2 Fém. < 1h40

SAS 1 ET SAS 2 SOUMIS À UN CONTRÔLE DE DOSSARD AUX ENTRÉES DES SAS



## MENEURS D'ALLURE

### Semi-marathon

1h25 - 1h30 - 1h37 - 1h45 - 2h

### 10km

40' - 45' - 50' - 55' - 1h

# CONSIGNES & VESTIAIRES

📍 **Gare maritime**

🕒 **A partir de 7h**

**Sur présentation du dossard**



## RAVITAILLEMENTS

**SUR LE PARCOURS :** 📍 **KM 5 / 10 / 15**

**À L'ARRIVÉE :**



## PODIUMS

🕒 **À PARTIR DE 11H30**



### LES RÉCOMPENSÉS

- 10 premiers hommes et 10 premières femmes du classement scratch sur 10 km et Semi-Marathon
- Primes à la performance sur 10km et Semi-marathon
- 5 premiers hommes et 5 premières femmes du classement scratch sur 5 km
- Récompenses catégories :

**21,1 KM**

- Juniors : TOP 3 Masculins & Féminines
- Espoirs/Seniors/Master 0 : 1er M & F de chaque catégorie
- Master 1 à Master 9 : 1er de chaque catégorie Masculin
- Master 1 à Master 7 et + : 1ère de chaque catégorie Féminin

**5 KM**

- Minimes : TOP 3 Masculins & Féminines
- Cadet/Junior/Espoir/Handi : 1er M & F de chaque catégorie

**10 KM**

- Cadet(te)s : TOP 3 Masculins & Féminines
- Junior/Espoir/Senior/Mo : 1er M & F de chaque catégorie
- Master 1 à Master 10 : 1er de chaque catégorie Masculin
- Master 1 à Master 8 et + : 1ère de chaque catégorie Féminin
- Handisport : 3° Masculins & Féminines

**ATTENTION :**

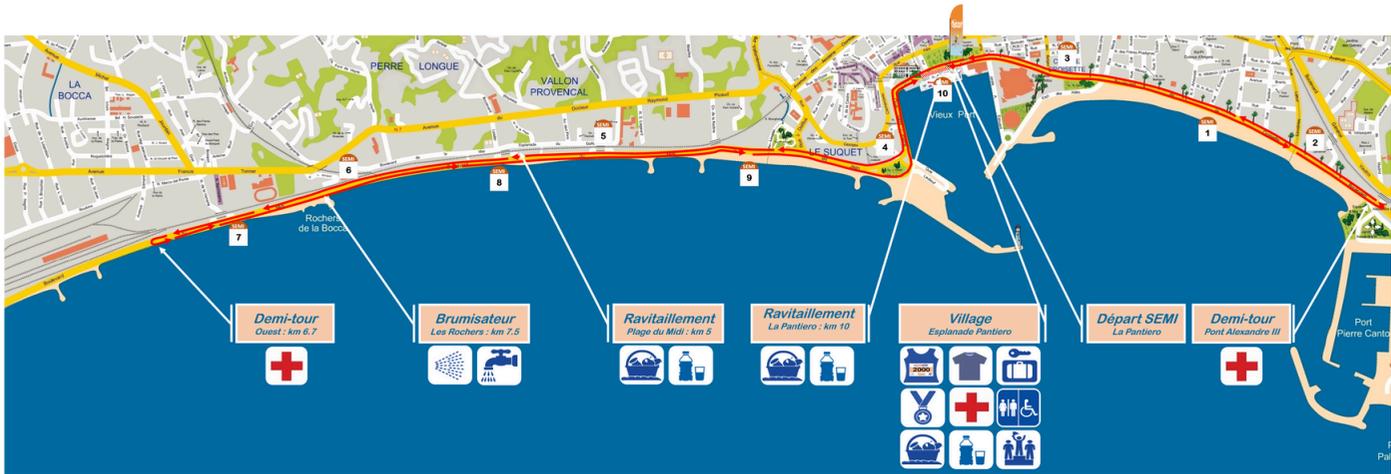
Les récompenses sont attribuées uniquement aux athlètes présents lors de la remise des récompenses

# LES PARCOURS

DÉPART 8H30



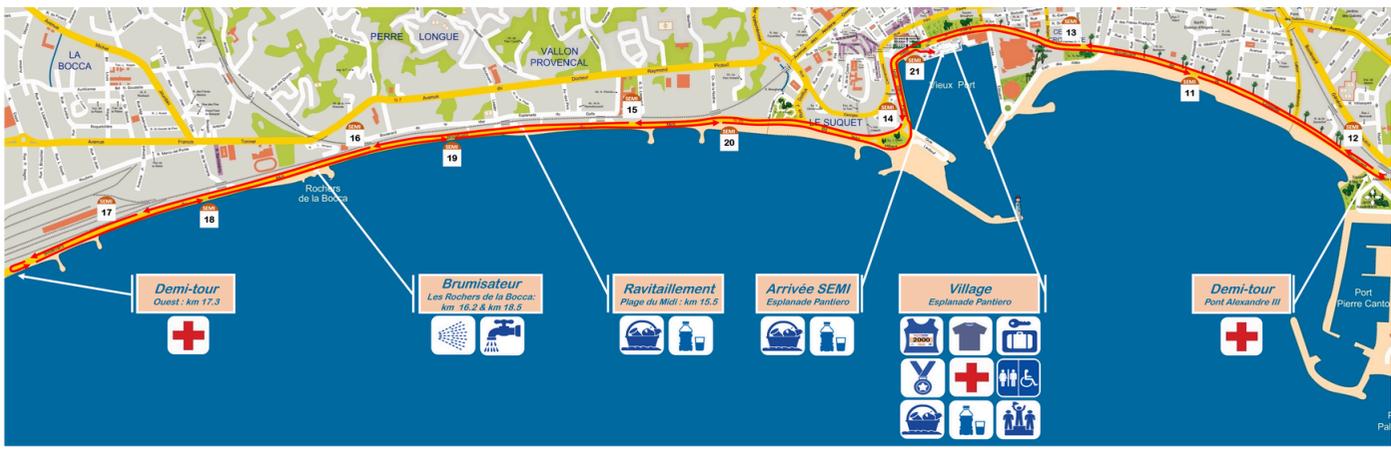
## 1° TOUR SEMI-MARATHON



DÉPART 8H30



## 2° TOUR SEMI-MARATHON



# LES PARCOURS



## DÉPART 10H30 PARCOURS 5KM



## DÉPART 11H00 PARCOURS 10 KM



# ANIMATIONS DU VILLAGE

ANIMATION MUSICALE LE SAMEDI  
10h30 - 12h00 et 14h30 - 17h00

**B**  
BACKSTAGE



VENEZ À LA RENCONTRE DE TONY  
RAPISARDA AUTEUR DE L'OUVRAGE  
BIOGRAPHIQUE "COUREUR DE FEU"



CAPTUREZ VOS SOUVENIRS AVEC  
UN PHOTOBOOTH ET VIDÉO 360° DE  
ANIMASUD

# ANIMATIONS DU VILLAGE

## VILLAGE PARTENAIRES



### INTERSPORT

PROFITEZ D'OFFRES DE PRODUITS  
RUNNING À PETITS PRIX



LUNETTES OAKLEY EN VENTE ET  
JEU-CONCOURS À RETROUVER AU  
STAND DE LA BRANCHE OPTICIEN



DÉCOUVREZ LES NOUVEAUX  
MODÈLES NISSAN DE  
**BYMYCAR**



POUR VOS PROJETS IMMOBILIERS,  
VENEZ À LA RENCONTRE DE NOTRE  
PARTENAIRE ORPI



SENSIBILISATION AUX GESTES QUI  
SAUVENT AVEC LE

**SDIS 06\***

\*Uniquement samedi 22/02

# L'APRÈS-COURSE

## MÉDAILLE FINISHER



Suite à l'annulation de l'édition 2024 et dans le but de réduire son impact environnemental, le Semi de Cannes a pris la décision de réutiliser l'intégralité des médailles 2024 pour l'édition 2025.

L'équivalent de 336 kg de métal revalorisé.



## RÉCUPÉRATION D'APRÈS-COURSE

Optimisez votre récupération avec les coachs de Studio Training de Mandelieu en profitant de leur accompagnement et conseils !

## LES RÉSULTATS EN LIVE

Retrouvez vos résultats dès la fin de votre course EN LIGNE sur TIMING4YOU :

[RÉSULTATS](#)

## TÉLÉCHARGEZ VOTRE DIPLÔME



Retrouvez votre diplôme personnalisé aux couleurs du Semi de Cannes à l'issue de votre épreuve :

[DIPLÔME](#)

## VOS PHOTOS OFFICIELLES **WV**

Retrouvez toutes les photos de votre participation au Semi de Cannes grâce à notre partenaire WILDNESS VISUAL

[ÊTRE INFORMÉ DE LA SORTIE DES PHOTOS](#)

# JEUX-CONCOURS

## LOTS À GAGNER

**1. ÉPREUVE SEMI-MARATHON :** 1 nuit à l'hôtel Splendid pour 2 personnes



**2. ÉPREUVE 10KM :** 1 bon d'achat d'une valeur de 200€



**3. TOUS LES PARTICIPANTS :** 1 paire de lunettes OAKLEY



## COMMENT JOUER ?

### ÉPREUVE SEMI-MARATHON & ÉPREUVE 10KM

Déposez votre bulletin de participation obtenu dans votre pack coureur dans l'urne correspondante, au stand INTERSPORT.

## POUR TOUS LES PARTICIPANTS

Rendez-vous au stand La Branche Opticiens afin de déposer le bulletin de participation obtenu dans votre pack coureur.

## TIRAGES AU SORT

Sur l'espace podium du village, dimanche 23 février

ÉPREUVE SEMI-MARATHON

TOUS LES PARTICIPANTS

ÉPREUVE 10KM

**12H00**

**12H20**

**12H50**

**LOT ATTRIBUÉ SI PRÉSENCE AU PODIUM, REMIS IMMÉDIATEMENT EN JEU SI LE TIRÉ AU SORT EST ABSENT**

# PARTENAIRES

