

Paris, le 21 mai 2024

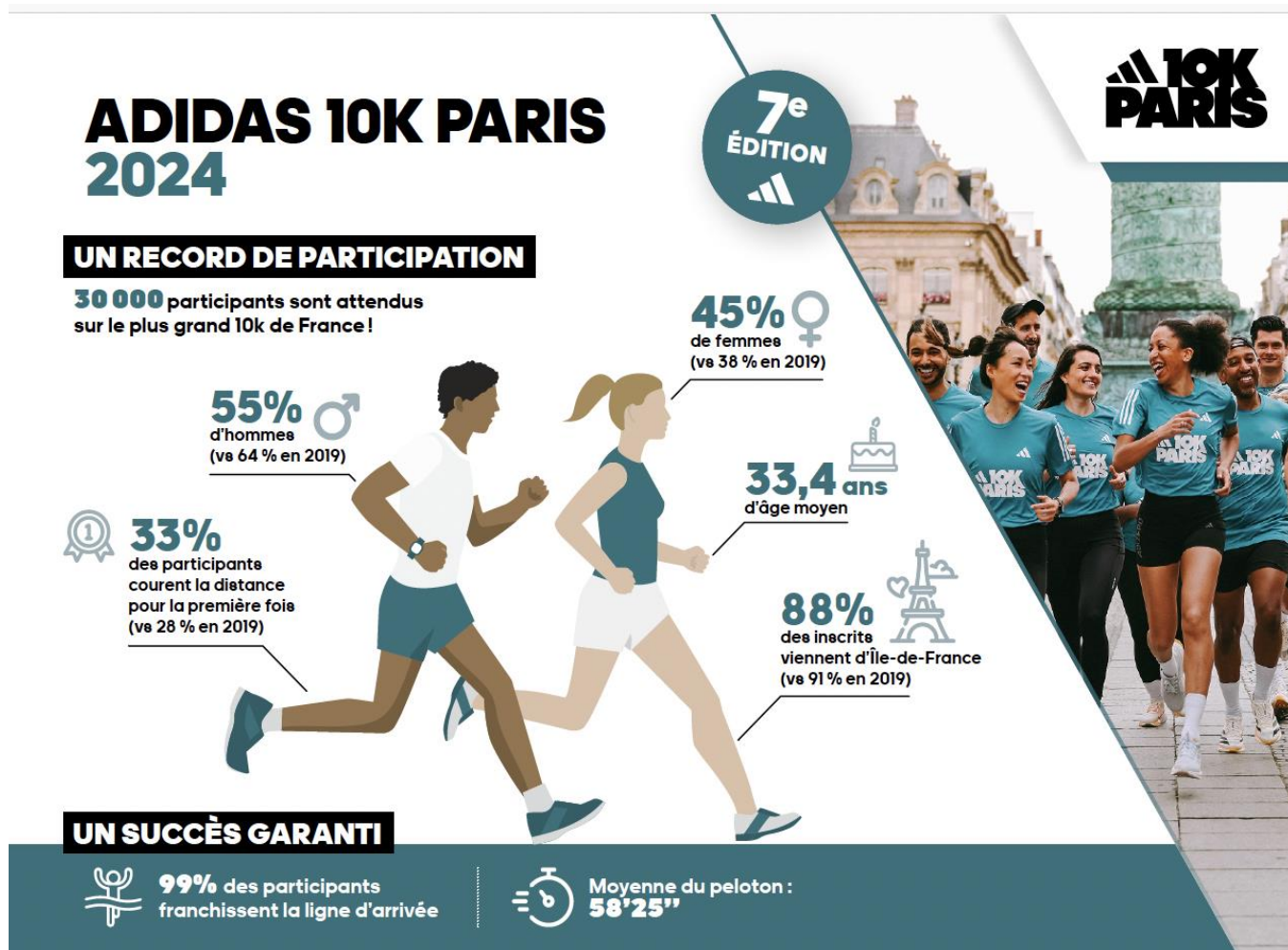
Dimanche 26 mai 2024 – 7^e édition
ADIDAS 10K PARIS

J-5 : 30 000 COUREURS ATTENDUS SUR L'ADIDAS 10K PARIS, UN RECORD

Ce dimanche 26 mai, 30 000 coureurs sont attendus sur la ligne de départ située près de l'emblématique Arc de Triomphe ! Une édition de tous les records : un évènement « sold out » en seulement 1 mois et demi et un nombre de participants attendus inédit pour cette 7^e édition.

À retenir :

- L'adidas 10K Paris a lieu ce dimanche 26 mai
- Un nouveau parcours avec un départ depuis l'Arc de Triomphe et une arrivée avenue Foch
- 30 000 coureurs attendus dont 45% de femmes - un record de participation
- Des coureurs de plus en plus jeunes et un plateau élite relevé



Parmi les 30 000 coureurs attendus sur la ligne de départ de l'adidas 10K Paris, on retrouvera 45% de femmes et 55% d'hommes présentant une moyenne d'âge de 33,4 ans. 88% des participants viennent d'Île-de-France et 32% courent la distance pour la première fois.

DE PLUS EN PLUS DE FEMMES FOULENT LES PAVÉS PARISIENS DE L'ADIDAS 10K PARIS

L'adidas 10K Paris se féminise ! Cette édition affiche 45% de coureuses. Un chiffre en progression constante depuis l'édition 2019 où les femmes représentaient 38% de l'effectif global.

Clin d'oeil du calendrier, cette année la course se déroulera le jour de la Fête des Mères. Une nouveauté, le SAS poussette by Thule permettra aux mamans mais également à tous les parents qui souhaitent vivre cette expérience en famille d'être accompagnés de leur bout-de-chou !

LE NOMBRE DE NÉOPHYTES ET DE JEUNES À LA HAUSSE

Pour 33% du peloton attendu, ce sera leur première course sur cette distance ! Un vrai challenge personnel, comme Doriane, jeune maman de 32 ans : *« J'ai 32 ans et je suis jeune maman d'un petit bébé de 9 mois. Je participe pour la première fois à l'adidas 10K Paris. Course mythique de Paris, elle fait rêver ! Je n'ai pas d'objectif précis de temps, je souhaite juste prendre du plaisir. »*

D'autres, comme Stéphane, sont des participants assidus de l'adidas 10K Paris : *« Depuis le 10K 2018, cette course est devenue un rendez-vous incontournable pour moi car elle est chargée en souvenirs et en émotions. Depuis, je suis toujours présent sur la ligne de départ avec une pensée énorme pour mon fils et ma femme et je ressens toujours cette sensation qui me transperce quand je passe la ligne d'arrivée. »*

L'adidas 10K Paris attire **des coureurs de plus en plus jeunes** sur son magnifique parcours au cœur de la capitale. La moyenne d'âge des participants est passée de 34,5 ans en 2019 à 33,4 ans pour cette édition 2024.

DES PERFORMANCES PLURIELLES

Côté élites adidas, Florian Carvalho (FRA) et Hassan Chahdi (FRA) chez les hommes tenteront de battre leur temps de l'édition précédente (*respectivement 29'07" et 30'12"*) et Margaux Sieracki (FRA), Mélanie Allier (FRA), et Augustine Emeraux-Lombard (FRA) chez les femmes, auront pour ambition de remporter la victoire.

Mais l'adidas 10K Paris est également l'occasion pour tout un chacun de réaliser une belle performance, et ce quel que soit son niveau. Côté chrono, le **temps moyen de course des participants est de 58 minutes et 25 secondes** (édition 2023).

Comme chaque année, tous les coureurs auront pour objectif de franchir la ligne d'arrivée et de faire partie des **99% de finishers** !

UNE COURSE SOLIDAIRE ET ENGAGÉE

De nombreux participants associent performance sportive et engagement solidaire. Une démarche altruiste qui permet de relever ce défi « boosté » d'une motivation supplémentaire.

À l'image de Léa, néo-runneuse de 24 ans : « Je suis inscrite à l'adidas 10K Paris le 26 mai prochain. Mon premier 10 km ! Il y a 10 ans, en 2014, j'ai été diagnostiqué d'un lymphome de Hodgkin, à l'âge de 14 ans. 10 ans après j'ai voulu me lancer le défi de courir ma première course de 10km ! Ma famille m'accompagne dans ce défi ! Je veux prouver que malgré la maladie, la vie continue et est encore plus belle ! Afin de donner du sens à ma course, j'ai décidé de courir avec un dossard solidaire pour soutenir l'institut Gustave Roussy. Cela me motive encore plus à me dépasser pour soutenir cette cause si importante ! »

INFOS COURSE



PLAN DE DÉPART ET D'ARRIVÉE START & FINISH PLAN

26 MAI/MAY 2024
#adidas10kParis



SAS	Heure conseillée d'entrée en SAS Recommended time to enter SAS	Heure de départ Start time
ÉLITE / PREF	7h45	8h00
< 43 MIN	7h46	8h01
43 MIN	7h59	8h14
47 MIN	8h09	8h24
51 MIN	8h29	8h44
54 MIN	8h52	9h07
57 MIN	9h15	9h30
1H	9h37	9h52
1H05 ET +	10h07	10h22
POUSSETTES	10h30	10h45



INFOS ANIMATIONS



INFO RETRAIT DOSSARD

Le retrait des dossards de l'adidas 10K Paris aura lieu vendredi 24 et samedi 25 mai avenue Foch, sur le village.

Horaires du village :

Vendredi 24 mai : 10h – 20h

Samedi 25 mai : 10h – 19h

Dimanche 26 mai : ouverture consignes bagages 7h, fermeture village 15h.

[Plus d'informations sur le site officiel](#)

[Cliquer ici pour télécharger le parcours](#)

[Contacter le service de presse si un témoignage vous intéresse](#)

[Communiqué de presse : nouveautés parcours et animations](#)

Contacts presse

Agence 10 Communication
Jonathan Monteiro

john@10-communication.com / 06 19 26 91 36

Service de presse A.S.O.
Clara Locatelli

clocatelli@aso.fr / 06 40 37 13 09