



CHALLENGE DES FOULÉES URBAINES

SAISON 2025 – 2026



MICHAËL CHAUDON

COORDINATEUR DE LA LIGUE ÎLE-DE-FRANCE FSGT

La Ligue Île-de-France FSGT est heureuse de lancer le challenge des Foulées Urbaines pour la saison 2025-2026. À travers un calendrier regroupant cross, courses sur route et trail, ce challenge met à l'honneur la diversité des pratiques de course à pied et propose aux licencié·es omnisports un fil rouge sportif tout au long de l'année.

Chaque étape, organisée avec le soutien de nos clubs et de leurs bénévoles, est l'occasion de se dépasser, de partager un moment convivial et de valoriser l'engagement des associations qui font vivre la course hors stade en Île-de-France.

Nous remercions chaleureusement les organisateurs pour leur investissement et vous souhaitons une très belle saison, riche en participation et en belles performances sportives et collectives.

Michaël Chaudon
Coordinateur de la Ligue Île-de-France FSGT

CALENDRIER DES ÉPREUVES 2025–2026

COURSE	ÉPREUVE	DATE	LIEU
Cross départemental du comité FSGT 93	Cross-country	7/12/2025	L'Île-Saint-Denis (93)
Courir pour le plaisir	Course sur route 10 KM	14/12/2025	Paris 12
Cross régional	Cross-country	18/01/2026	Stains (93)
Vivicittà (93)	Course sur route 10 KM	5/04/2026	Saint-Ouen-sur-Seine (93)
Vivicittà (94)	Course sur route 10 KM	12/04/2026	Vitry-sur-Seine (94)
Trail Le Pouce	Trail 13,5 KM	10/05/2026	Paris 12
Ourcq'eee Run & 10 K du Canal	Épreuve individuelle sur route 10 KM ou Course par équipe	11/06/2026	Bobigny (93)

RÈGLEMENTATION

Article 1 : L'organisateur

La Ligue Île-de-France FSGT organise pour la saison 2025-2026 le challenge des Foulées Urbaines.

Contact : lif@fsgt.org

Article 2 : Définition

Le challenge des Foulées Urbaines propose différentes courses à pied en milieu naturel, telles que le cross-country, le trail ou encore la course sur route.

La commission régionale a mis en place un calendrier regroupant l'ensemble de ces courses, permettant de déterminer le classement général du challenge les Foulées Urbaines.

Article 3 : Conditions de participation

Le challenge est accessible à tous les licenciés FSGT de la région Île-de-France. Chaque club est invité à consulter le règlement de chaque manifestation pour connaître l'âge minimum requis pour les différentes courses, les conditions pouvant varier d'une épreuve à l'autre.

Article 4 : Fonctionnement du challenge

La Ligue Île-de-France FSGT est responsable de l'organisation du challenge ainsi que de l'établissement des classements.

Pour participer à une course, les concurrents s'inscrivent directement auprès du club organisateur, comme pour toute autre épreuve.

Article 5 : Attribution des points

À l'issue de chaque épreuve, des points sont attribués selon des classements distincts pour les femmes et les hommes, toutes catégories FSGT confondues.

La répartition des points est la suivante :

- La première ou le premier athlète FSGT se voit attribuer 100 points ;
- La ou le 2^e, 95 points ;
- La ou le 3^e, 90 points ;
- La ou le 4^e, 88 points ;
- La ou le 5^e, 86 points.

À compter de la 6^e position, un barème de points dégressif est appliqué : 85 points pour la 6^e place, 84 pour la 7^e, 83 pour la 8^e, et ainsi de suite jusqu'à l'attribution d'un point pour le/la 100^e athlète.

Pour récompenser la fidélité, chaque athlète qui participe à plus de 4 épreuves recevra un bonus de 20 points par course supplémentaire, jusqu'à un maximum de 100 points.

RÈGLEMENTATION

Article 6 : Attribution d'un dossard pour les leaders

À l'issue de la première épreuve, les premiers de chaque catégorie se verront attribuer, en plus de leur dossard de course, un dossard de leader à porter dans le dos.

Article 7 : Distances prises en compte

Pour les épreuves proposant plusieurs distances, seules celles mentionnées dans le calendrier officiel seront prises en compte.

Article 8 : Épreuves en relais

Pour les relais, les équipes féminines, hommes ou mixtes seront classées si elles remplissent les conditions suivantes :

- L'équipe doit comporter au moins deux féminines pour les relais mixtes.
- Tous les membres de l'équipe doivent appartenir au même club à la date de l'épreuve.

Les points sont attribués selon le classement scratch, qui regroupe :

- Pour le classement masculin : les équipes hommes et mixtes.
- Pour le classement féminin : les équipes féminines et mixtes.

L'attribution des points suit le barème de l'article 4.

Article 9 : Classement général et récompenses

Seules les 4 meilleures performances de chaque participant seront prises en compte. Un classement scratch masculin et féminin sera établi.

Les premiers de chaque catégorie seront récompensés, à condition d'avoir participé à au moins 4 épreuves.

En cas d'égalité, les places suivantes détermineront le classement.

Pour les catégories vétérans, les classements seront regroupés ainsi : V1/V2, V3/V4, V5/V6 et V7/V8.

Pour récompenser l'engagement et la performance des participants, le challenge proposera des récompenses : trophées, dossards gratuits pour de grandes courses parisiennes, places pour divers événements sportifs, chèques cadeaux individuels et collectifs, ainsi qu'une invitation à la course internationale d'Armagh en Irlande.

La remise des récompenses se déroulera lors d'une soirée dédiée, afin de mettre en avant les athlètes. De plus amples informations seront communiquées à l'approche de l'événement.

Article 10 : Diffusion des résultats

La commission régionale d'athlétisme publiera les classements du challenge sur son site et les transmettra aux comités départementaux pour diffusion.

RÈGLEMENTATION

Article 11 : Ajustements du calendrier

En raison des difficultés que certains organisateurs peuvent rencontrer pour respecter les dates ou formats de leurs manifestations, la commission régionale d'athlétisme se réserve le droit de modifier le calendrier jusqu'à un mois avant les courses concernées.

Toutes les modifications seront annoncées sur le site de la Ligue et communiquées par mail aux clubs et aux comités départementaux.

Article 12 : Valorisation du bénévolat

Pour valoriser l'engagement bénévole, chaque athlète impliqué sera crédité de 50 points.

Article 13 : Litiges

Pour tout litige lié au déroulement du challenge, seule la commission régionale d'athlétisme est compétente pour statuer.

CATÉGORIES

SAISON 2025-2026

CATÉGORIES	SIGLE	SEXE	ANNÉES DE NAISSANCE
CADET.TES	CA	M OU F	Né·es en 2009 et 2010
JUNIOR·ES	JU	M OU F	Né·es en 2007 et 2008
SENIOR·ES 1	S1	M OU F	Né·es entre 1997 et 2006
SENIOR·ES 2	S2	M OU F	Né·es entre 1987 et 1996
VÉTÉRANS 1	V1	M OU F	Né·es entre 1982 et 1986
VÉTÉRANS 2	V2	M OU F	Né·es entre 1977 et 1981
VÉTÉRANS 3	V3	M OU F	Né·es entre 1972 et 1976
VÉTÉRANS 4	V4	M OU F	Né·es entre 1967 et 1971
VÉTÉRANS 5	V5	M OU F	Né·es entre 1962 et 1966
VÉTÉRANS 6	V6	M OU F	Né·es entre 1957 et 1961
VÉTÉRANS 7	V7	M OU F	Né·es entre 1952 et 1956
VÉTÉRANS 8	V8	M OU F	Né·es en 1951 et avant

COMMUNICATION

Les résultats du challenge seront mis en ligne sur le site internet de la Ligue Île-de-France FSGT (<https://idf.fsgt.org/>) et diffusé à tous les clubs et aux comités départementaux.

Vous pourrez retrouver les photos sur les pages Facebook et Instagram de la Ligue Île-de-France FSGT, que nous vous encourageons à suivre. N'hésitez pas à prendre vos propres photos et à les partager en identifiant la Ligue Île-de-France avec le #lif

LIGUE ÎLE-DE FRANCE FSGT

La Ligue Île-de-France FSGT est un acteur majeur du sport pour toutes et tous dans la région. Notre projet s'articule autour de la promotion d'un sport accessible, inclusif et éducatif. Nous nous engageons à offrir des activités sportives compétitives et non compétitives pour tous les âges, favorisant ainsi la culture sportive et l'émancipation. En collaboration étroite avec les comités départementaux, nous visons à dynamiser la vie associative et à renforcer les liens entre les clubs et les pratiquants. Nous mettons également un point d'honneur à l'éducation et à la formation continue de nos membres, dans une logique de solidarité et de coopération à tous les niveaux. Ensemble, faisons vivre le sport populaire pour un avenir plus solidaire et inclusif.

Retrouvez toutes nos actualités sur nos réseaux sociaux
@lif_fsgt

