



BREST
URBAN
TRAIL

18 > 20 **AVRIL** 2025

DOSSIER DE PRESSE



P.03

#1. ÉDITOS



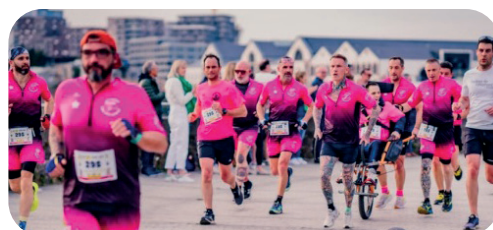
P.05

**#2. CHIFFRES
CLÉS**



P.10

**#3. LES PARCOURS
DU BRUT 2025**



P.15

**#4. LE BRUT
POUR TOUS**



P.19

**#5. LA JEUNESSE,
LA RELÈVE**



P.23

**#6. FÉDÉRER,
QUESTIONNER, PARTAGER**

ÉDITO

**Quel plaisir de retrouver
le Brest Urban Trail en 2025
après une magnifique édition
2023 qui a rassemblé
5 000 personnes le temps
d'un week-end !**

Cette réussite, nous la devons aux près
de 600 bénévoles qui se sont mobilisés
et aux organisateurs qui conçoivent un
événement innovant mêlant sport pour
tous et découverte de nos territoires.

Nous la devons aussi aux partenaires et
aux agents de la collectivité qui leur ap-
portent un soutien sans faille.

Je les en remercie chaleureusement.



François Cuillandre
Maire de Brest & Président
de Brest Métropole

Grâce à eux, cet événement est d'ores-
et-déjà devenu un incontournable du
calendrier sportif, mais pas seulement.
Car le Brest Urban Trail, c'est plus que
du sport. Solidaire, accessible, respon-
sable, créatif..., **c'est un événement
rassembleur, un événement « typique-
ment brestois » !**

C'est donc avec joie que je vous
invite à rejoindre l'aventure pour faire de
cette 4^{ème} édition du Brest Urban Trail
un week-end encore plus beau.

Le mot

DU PRÉSIDENT

Après trois éditions, le Brest Urban Trail est désormais un événement phare du running en Finistère !

En 2025, nous avons voulu mettre la barre encore plus haut :

FÉDERER une communauté toujours plus nombreuse de coureurs, bénévoles, entreprises, institutions, associations, artistes locaux, pour montrer le plus beau visage de notre territoire : soudé, créatif, enthousiaste, sportif !

OUVRIR la pratique de la course à pied à encore plus de monde, et surtout à celles et ceux qui pensent que ce n'est pas pour eux : femmes, personnes en situation de handicap, habitants des quartiers, jeunes et moins jeunes...

Cette 4ème édition rimera avec inclusion !



Sébastien Muscat
Président du Brest Urban trail

SURPRENDRE avec des propositions encore plus originales, des parcours encore plus insolites, des challenges sportifs toujours plus fous.

Plus que jamais, le Brest Urban Trail est un sport d'équipe. Pour preuve, le concept de l'édition 2025 a été pensé collectivement, lors d'un séminaire organisé en mai 2024 qui a rassemblé une soixantaine de partenaires, associations, coureurs et bénévoles.

C'est ensemble que nous avons imaginé les nouveautés que vous allez découvrir dans ce dossier.

Alors venez partager, réfléchir, transpirer, faire la fête avec nous... Rejoignez l'aventure !

SECTION #2

CHIFFRES CLÉS 2025



Les 18, 19 & 20 Avril 2025

BREST VA VIBRER !

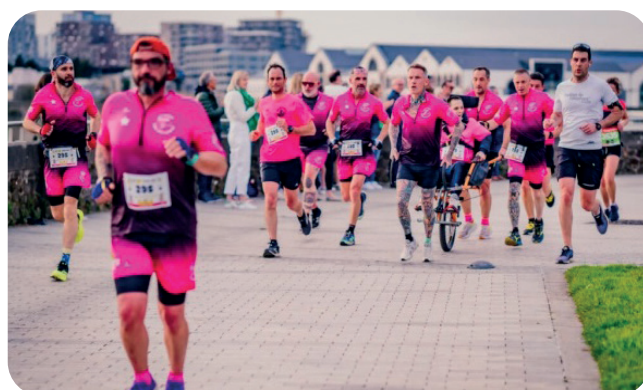
10 COURSES DONT 3 NOUVEAUTÉS

1 COURSE CONTRE LA MONTRE

Qui sera le plus rapide ?

2 COURSES INCLUSIVES

Pour elles, pour eux, pour les jeunes, les moins jeunes, sur deux pieds, en fauteuil roulant, en poussette...



4 COURSES ENFANTS

La relève du trail

2 MARCHES THÉMATIQUES

Découvrir la ville en prenant son temps

+ de 30 LIEUX TRAVERSÉS

Secrets jusqu'au jour J !

+ de 700 BÉNÉVOLES

Avec eux, tout devient possible

+ 5 000 PARTICIPANTS

Et peut-être même encore plus !

ET AUSSI

8 ÉCOLES MOBILISÉES

Des projets éducatifs et sportifs

6 CONFÉRENCES

« LES RENCONTRES DU BrUT »

Le sport, un sujet de réflexion

3 COURSES SCOLAIRES

Le sport, un outil d'éducation !

Environ 80 PARTENAIRES &

15 ASSOCIATION ENGAGÉS

Le BrUT, un sport d'équipe !

Toujours + d'engouement & d'intensité À CHAQUE ÉDITION !

En seulement 3 éditions, le Brest Urban Trail s'est imposé comme un événement emblématique pour la ville :



L'édition 2025 met la barre encore plus haut !

1 JOUR de +
pour encore + de plaisir

2 fois +
de courses

2 fois +
d'écoles mobilisées

Toujours +
inclusif

Toujours +
d'acteurs locaux

Et Toujours +
de participants !

UNE ÉQUIPE 100% BÉNÉVOLE

Les organisateurs du BrUT sont une vingtaine de brestoises et de brestois qui s'engagent bénévolement : il n'y a **aucun salarié dans l'équipe, une**

vraie singularité pour un événement sportif de cette ampleur. C'est aussi ce qui explique que le BrUT soit organisé seulement tous les deux ans.

Retour sur L'ÉDITION 2023



5 000 coureurs

♀ 37,2% | ♂ 62,8%



300 enfants

5 mini urban trails
pour les enfants



4 parcours

11 km, 15 km, 22 km,
33 km, Défi de la BrUTe



88 partenaires

Merci de leur soutien
indispensable !



577 bénévoles

Grâce à eux
tout devient possible



30 000 visiteurs

aux Ateliers des Capucins
durant ce week-end



L'affiche du BrUT

visible dans toute la ville de Brest



La jeunesse brestoïse

à la découverte du trail urbain



Des parcours variés

accessibles à toutes & tous



**Notre marraine pour
le BrUT 2023 : Katell Alençon**

Championne d'Europe para cyclisme

E. Letourneur & A. Laurendeau MMA

Le Cabinet MMA Assurances Letourneur Laurendeau et le Brest Urban Trail sont fiers d'annoncer la signature d'un partenariat porteur de sens et d'engagements partagés. **Ce rapprochement repose sur des valeurs fortes communes** : le sport, l'inclusion, le dynamisme, la solidarité, le partage, le bien-être et la santé. Le BrUT est un rendez-vous populaire et fédérateur qui réunit des coureurs de tous horizons, débutants comme confirmés, autour de parcours atypiques au cœur de la ville de Brest.

Jeanne et Pascal Bénévoles

Une très belle expérience, en distribuant le ravitaillement aux coureurs à leur arrivée aux Capucins, nous avons recueilli leurs toutes 1ères impressions sur cette course insolite. **À l'unanimité, les participants étaient ravis de l'originalité du parcours & de l'ambiance de cet événement brestoïse.**

Nathalie Coureuse sur 2 éditions

Très bonnes expériences sur les éditions du BrUT qui nous offre son lot de surprises en traversant différents bâtiments brestoïses et en suivant un parcours gardé secret jusqu'au bout. **Inscrivez-vous sans hésitation à cette 4^{ème} édition pour voir Brest d'un autre œil et pour passer de bons moments !**

Cathy Jolivet Dialogues

Nous sommes ravis de participer à cette nouvelle édition du Brest Urban Trail : **des courses comme autant de nouvelles occasions de mettre en lumière des lieux insolites et incontournables de Brest, de révéler la ville sous un autre jour.** Il nous tarde de découvrir ce que les organisateurs ont imaginé et préparé et sommes déjà pleinement convaincus par les ambitions encore plus solidaires et responsables qu'ils portent pour cet événement sportif brestoïse à ne pas manquer.

Nancy Philipot Cœur de Jaurès

C'est une évidence pour nous de soutenir un événement qui valorise Brest et donne une si belle image de la ville. L'édition 2023 était tellement géniale que ce sera dur de faire mieux. J'apprécie la démarche participative du Brest Urban Trail : **Ensemble on est plus forts !**

PARCOURS DU BRUT 2025



Les parcours

DE LA PERF' & DU FUN

Du coureur débutant au traileur confirmé, pour la performance ou pour le plaisir, de 7 à 77 ans, **tout le monde trouvera son bonheur dans les nombreuses courses et marches du Brest Urban Trail 2025.**

VENDREDI 18 AVRIL

COURSE CONTRE LA MONTRE



Dialogues

Court & intense, le contre la montre est un format inédit pour un trail urbain.

Avec des départs individuels toutes les 10 sec. & un parcours de 3,5 km très exigeant, **qui remportera cette épreuve de vitesse ?**

SAMEDI 19 AVRIL

10 KM MGEN

20 KM CIC Ouest

4 Courses Enfants DECATHLON Brest

2 marches thématiques BMA

DIMANCHE 20 AVRIL

15 KM Le Télégramme

Challenge Entreprise Hyundai (15 km)

30 KM & 30 KM en Relais

Cœur de Jaurès

LE BRUT POUR TOUS !



Quéguiner

- **8 KM ACCESSIBLE** aux personnes en situation de handicap (fauteuil roulant, joëlette, handbike)
- **4 KM POUR TOUS** à tout âge⁽¹⁾, en famille ou entre amis, à son rythme : une course intergénérationnelle, ouverte et festive

⁽¹⁾ Les enfants peuvent participer à condition d'être accompagnés d'un adulte jusqu'aux minimes et une autorisation parentale est obligatoire. À partir des minimes (2010 et 2011) et pour tous les mineurs plus âgés courant seuls, l'autorisation parentale sera également obligatoire.

Il y en aura pour tous les goûts ! QUEL DÉFI POUR VOUS ?



Pour celles et ceux qui débutent la course à pied

Le 4 KM pour tous

Ça marche aussi si vous voulez courir avec vos enfants ou vos grands-parents !



Pour celles et ceux qui en veulent toujours plus

La BrUTE de décoffrage

Cap d'enchaîner le 20 km du samedi et le 30 km du dimanche ?



Pour celles et ceux qui ont l'esprit corporate

Le Challenge Entreprises

Sur le 15 km, venez défendre les couleurs de votre entreprise en équipe de 4 !



Pour celles et ceux qui aiment la vitesse

Le Contre la Montre

Attention, distance courte mais parcours très technique



Pour celles et ceux qui aiment partager

Le Relais

Courrez le 30 km en relais (15 km / 15 km) !



Ouverture des inscriptions aux courses à partir du

20 DÉCEMBRE 2024



Rendez-vous sur notre site web

BRESTURBANTRAIL.FR

Du Run & du fun 3 JOURS DE FÊTE

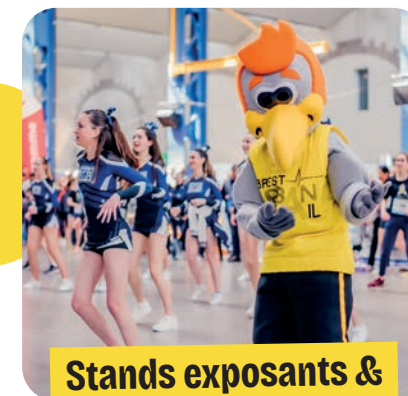
Transpirer c'est bien... Dans une ambiance festive, avec de la musique, des animations, de la bonne humeur et de nombreuses surprises, **c'est encore mieux !**

Village aux Ateliers des Capucins les 19 & 20 avril



Départs & arrivées des courses

Sauf le 10km et le 15km (départs déportés)



Stands exposants & Animations

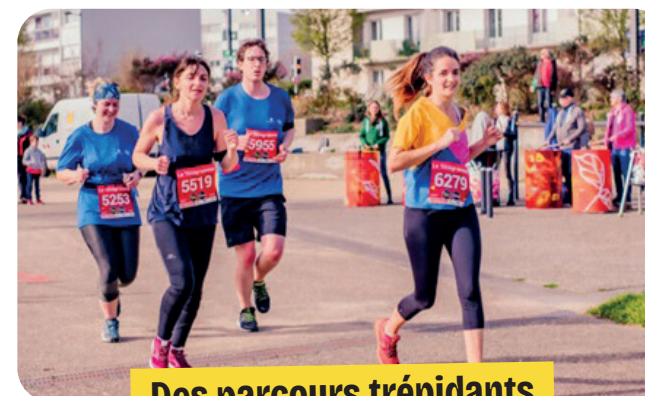
Ateliers nutrition, sport, santé, concerts



Garderie pour courir l'esprit serein

Les parents courent, les enfants jouent !

Sur les parcours du BrUT 2025



Des parcours trépidants

Musique, danse, arts de rue, démonstrations sportives



Les rues brestoises animées

Mise à l'honneur de groupes et des artistes locaux

Sillonner la ville

UN TRAIL AU CŒUR DE BREST

Traverser les lieux emblématiques et atypiques de la ville, redécouvrir son histoire et son patrimoine, se mesurer aux nombreux escaliers et reliefs brestoïses...

Le BrUT propose une expérience immersive, ludique et sportive de la Cité du Ponant !

⚡ **Des parcours tenus secret jusqu'au jour J...**

⚡ **Des itinéraires renouvelés à chaque édition...**

⚡ **En 2025, de nouveaux lieux jamais encore traversés...**

Les FANS ZONES du BrUT **NEW**

Les coureurs le savent bien : être encouragé par ses proches pendant une course, c'est bon pour le moral et ça peut faire gagner quelques minutes au chrono !

Pour que les participant-es du BrUT en profitent, on innove cette année, en dévoilant quelques jours avant l'événement, **2 ou 3 zones stratégiques**, au carrefour de plusieurs courses.

Les spectateurs pourront s'y rendre pour acclamer et soutenir les coureurs !



SECTION #4

LE BRUT POUR TOUS



Cette 4ème édition va rimer AVEC INCLUSION !

Rien ne semble plus simple que de chausser des baskets pour aller courir. Et pourtant, le running n'est pas (encore) accessible à toutes et tous.



Le Brest Urban Trail s'engage à ouvrir la pratique du running au plus grand nombre !

Clément Quéguiner
Président groupe Quéguiner

Le BrUT est un événement sportif fédérateur du Pays de Brest. C'est un plaisir de le retrouver pour cette édition 2025. L'équipe organisatrice structurée a su consulter toutes les parties prenantes pour se fixer une feuille de route afin de se renouveler et proposer une 4ème édition toujours plus engagée et solidaire. C'est un projet sportif, éducatif et inclusif qui fait écho aux valeurs du Groupe Quéguiner.

- Si les femmes courent de plus en plus, elles courent moins régulièrement que les hommes et sont souvent réticentes à s'inscrire sur de longues distances⁽¹⁾.
- Moins d'une personne handicapée sur deux (47%) pratique une activité sportive régulière⁽²⁾.
- Les habitants des quartiers prioritaires, en particulier les jeunes, sont rarement encouragés à pratiquer la course à pied.

Les obstacles sont nombreux : manque de temps, d'argent, d'équipements, de modèles ; auto-censure et préjugés ; environnement peu adapté, besoins spécifiques non pris en compte...

⁽¹⁾ Observatoire du running, Union Sport & Cycle, avril 2024

⁽²⁾ La pratique sportive des personnes en situation de handicap, Injep, octobre 2024

Des courses inclusives : le BrUT pour Tous by Quéguiner

Le 4 km pour tous :

adaptée à tous, cette course conviendra particulièrement aux personnes qui n'ont pas l'habitude de courir ou qui reprennent le sport après une période d'inactivité. Non chronométrée, il sera possible de la faire à son rythme, en courant ou en trottinant. Les enfants pourront aussi y participer, accompagnés de leurs parents.

Le 4 km aussi sera accessible aux personnes en situation de handicap.

Le 8 km accessible :

les personnes en situation de handicap, et notamment les personnes à mobilité réduite, pourront y participer en fauteuil roulant, joëlette ou handbike.

Les joëlettes pourront participer à toutes les courses du BrUT.



Main dans la main avec les associations locales



En partenariat avec ces associations, Le BrUT s'engage à

- 1 Préparer et accompagner des publics « fragiles » afin qu'ils puissent participer aux courses accessibles du BrUT 2025 : personnes atteintes de mucoviscidose, personnes atteintes de cancer du sein, jeunes autistes, personnes en situation de handicap physique, sensoriel ou mental, adolescents issus des quartiers prioritaires, etc.
- 2 Faire évoluer ses propres pratiques et renforcer l'accessibilité de son événement, en bénéficiant des conseils et de l'expertise de chacune.
- 3 Organiser des actions de prévention et de sensibilisation pour le grand public : conférences, stands d'information, communication...

Témoignages

Jérôme Charon 02 L'AIR

La 1^{ère} année, les organisateurs en lien avec les APA du centre de Perharidy (Roscoff) avaient concocté un circuit adapté à ma condition physique. Pour l'édition suivante, j'ai participé en courant seulement une partie du 8 km. Et pour la prochaine édition, ils proposent un parcours adapté "sport et santé" auquel je participerai évidemment. **Le sport est primordial pour nous afin de maintenir notre capacité respiratoire. Il favorise également le lien social et le bien-être mental. Le sport est donc indispensable !**

Stéphane Lansonneur Handisport Brest

Le Brest Urban Trail est un événement emblématique de Brest : le rendre plus inclusif, c'est un vrai levier pour faire changer les mentalités !

Nous sommes très heureux de nous associer à l'équipe du BrUT pour travailler sur l'accessibilité des parcours et la sensibilisation.

Avec Chloé, bénévole au Handisport Brest, on se prépare déjà pour participer au 8 km !

Projet 0.0 x BrUT : Sport & Art dans la Ville !

Une même envie de sublimer la ville, des valeurs de partage et de créativité en commun... **Le Brest Urban Trail s'associe au collectif de graffeurs brestois du Projet 0.0** pour mettre Brest aux couleurs du Brest Urban Trail !

AU PROGRAMME

- **Fresque partagée** réalisée par des jeunes des quartiers prioritaires et des jeunes en situation de handicap
- **Graffs époustouflants** ou insolites sur les parcours
- Et de **nombreuses surprises à venir...**



SECTION #5

LA JEUNESSE LA RELEVE !



CHAUSSE SES BASKETS !

Les jeunes bougent de moins en moins... La faute aux écrans ?

La sédentarité devient un problème de santé publique :

- 37% des enfants et 73% des adolescents français n'atteignent pas les recommandations de l'OMS en matière d'activité physique⁽¹⁾.
- En 25 ans, les jeunes ont perdu un quart de leurs capacités pulmonaires⁽²⁾.



⁽¹⁾ onaps.fr/activite-physique-sedentarite/les-chiffres-cles/
⁽²⁾ Michel Desmurget, La Fabrique du crétin digital. Les dangers des écrans pour nos enfants, Paris, Seuil, 2019.

Le Brest Urban Trail s'engage pour transmettre l'envie de faire du sport, dès le plus jeune âge !

1 POUR TOUS LES ENFANTS

Les enfants de 5 à 15 ans pourront courir le Brest Urban Trail le même jour et au même endroit que « les grands ».

Ils courront sur des distances adaptées à leur âge, avec des t-shirts encore plus beaux (produits par l'agence Cléa Com) et des récompenses carrément cools !

Les distances pour les enfants

- 400 mètres (moins de 7 ans)
- 800 mètres (7/9 ans)
- 1 200 mètres (10/11 ans)
- 1 600 mètres (12/13 ans)

Les médailles qui récompenseront les jeunes champions seront réalisées en amidon de maïs par les élèves du lycée Dupuy de Lôme.



2 DANS LES ÉCOLES

Dans 8 écoles brestoises (Jean de la Fontaine, Vauban, Les Hauts de Penfeld, Sanquer, Kerbernard, Kerisbian, Lucie et Raymond Aubrac, Kerinou), les élèves de CE2, CM1 et CM2 se préparent déjà au Brest Urban Trail ! **Ce qui représente 431 enfants.**

Des courses organisées au Polder le 1er avril 2025

- 800 mètres, pour les élèves de CE2
 - 1 000 mètres, pour les élèves de CM1
 - 1 200 mètres pour les élèves de CM2
- Elles seront suivies d'une demi-journée de découverte d'Océanopolis.

En amont, les élèves auront suivi une préparation sportive spécifique (mini fractionné, côtes, escaliers...) dans le cadre de leurs cours d'EPS.

Des projets pédagogiques tout au long de l'année

- **Des projets créatifs :** les élèves dessineront leurs propres dossards, médailles et trophées, dont la réalisation en bois sera confiée à l'ESAT des Papillons Blancs de Guipavas.
- **Des actions de sensibilisation :** rencontre avec des athlètes valides ou handisport, animation sport santé, ciné débats...



3 DANS LES QUARTIERS

En partenariat avec le dispositif **Sport & Quartiers** de Brest Métropole, un groupe de jeunes issus des quartiers prioritaires participeront au Brest Urban Trail, dont un groupe d'ados de Lambézellec et un groupe de jeunes filles du quartier Rive droite.



Ils bénéficieront :

- D'un **coaching et d'une préparation physique spécifique** avec des éducateurs sportifs, pour se préparer aux courses de 4 km et de 8 km du BruT pour tous.
- Un **équipement complet** aux couleurs du BruT.
- De **rencontres avec des athlètes** et d'actions de sensibilisation autour du sport santé.

Ils pourront aussi devenir **bénévoles** du Brest Urban Trail, pour vivre une belle expérience d'engagement !

Le BruT à l'URBAN ZONE

Le 14 février 2025 aux Ateliers des Capucins, le Brest Urban Trail participera à l'Urban Zone, festival des sports urbains, avec des animations d'initiation au trail.



SECTION #6

FÉDÉRER, QUESTIONNER PARTAGER



Une démarche participative

ENSEMBLE ON VA PLUS LOIN !

Pour imaginer le concept de sa 4^{ème} édition, le BrUT a lancé une démarche d'intelligence collective, en impliquant l'ensemble de sa communauté : **partenaires publics et privés, associations, coureurs, coureuses et bénévoles.**

UNE DÉMARCHE COLLABORATIVE

Le séminaire a été organisé par l'agence Permacom.

Permacom facilite le changement dans les entreprises, apaise les relations en interne et reconnecte les salariés au projet d'entreprise en prenant soin du vivant. L'agence conseil est installée au cœur d'une ferme bretonne pour réveiller la biodiversité et offrir à son réseau professionnel un espace inspirant pour se reconnecter à la nature (site web : www.perma-com.fr).

Stéphanie Rolland

Directrice conseil en accompagnement du changement

Le BrUT a créé un moment de proximité avec ses publics en ouvrant un espace d'expression et de créativité entre coureurs, bénévoles et partenaires. Ce séminaire a permis de leur faire vivre un évé-

1 SÉMINAIRE organisé aux Ateliers des Capucins le 23 mai 2024

3 ATELIERS 2 ateliers dédiés aux propositions des adultes et 1 atelier consacré aux enfants

150 IDÉES & PROPOSITIONS qui ont nourri la feuille de route du BrUT 2025

60 PARTICIPANTS Dialogues, Cœur de Jaurès, le CIC, BMA, Decathlon, l'UBO, le Télégramme, des coureurs, des bénévoles...

ment unique et grâce à l'énergie collective, de co-écrire les nouveautés de l'édition 2025. Un bel exemple d'intelligence collective au service de l'innovation...qui plus est vers un BrUT plus inclusif et durable !

Les rencontres du BrUT

LA TÊTE ET LES JAMBES !

Le Brest Urban Trail organise six conférences thématiques, une fois par mois jusqu'en avril. Elles sont gratuites et ouvertes à toutes et tous sur inscription.

LE PRINCIPE

L'occasion de trouver des conseils sur sa pratique sportive, de réfléchir collectivement aux grands enjeux sociétaux du sport, de découvrir et de s'inspirer d'histoires remarquables...

QUOI ? À chaque fois, une thématique en lien avec le sport sera abordée : sport et femmes, sport et handicap, sport et performance...(le programme sera dévoilé au fur et à mesure)

QUI ? Un ou plusieurs intervenant(e)(s) inspirant(e)(s) : un(e) athlète, un(e) sportif(ve) ordinaire, un(e) expert(e) dans le domaine sportif, un professeur de médecine...

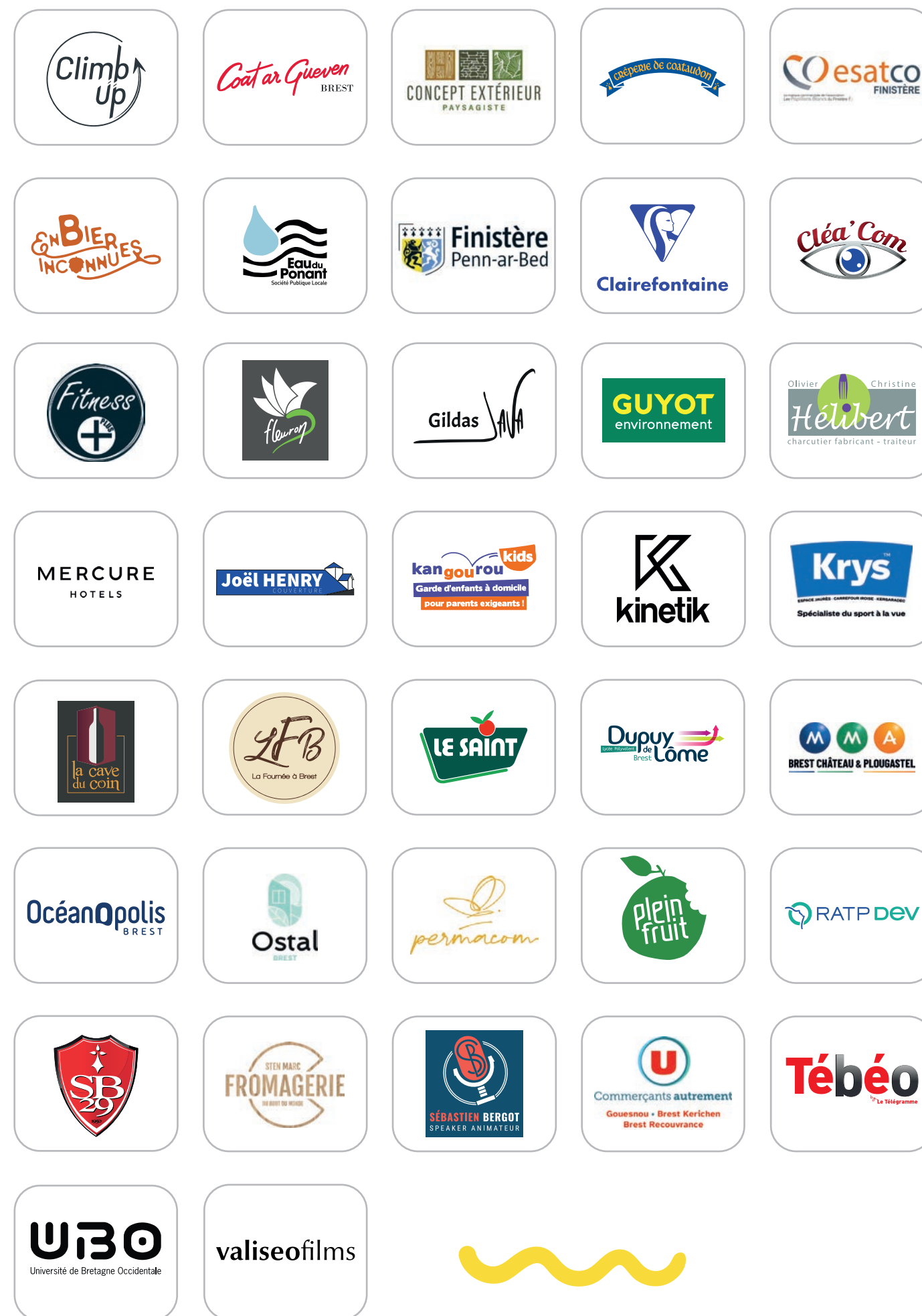
POUR QUI ? Pour tous et toutes ! Tout le monde peut y assister, c'est gratuit, il suffit de s'inscrire, 15 jours avant chaque conférence : www.bresturbantrail.fr

OÙ ? Chez un partenaire du BrUT



Ils sont à nos côtés en 2025

NOS PARTENAIRES





BREST URBAN TRAIL

18 > 20 **AVRIL** 2025



L'affiche devait incarner la promesse du Brest Urban Trail : **tout le monde peut prendre la ville !**

Quel que soit son quartier, son âge ou sa condition physique, comme l'illustre la diversité des silhouettes qui s'élancent sur les toits ou que l'on devine nichées dans les immeubles.

Le BrUT permet aux Brestois de s'emparer de lieux auxquels ils ont rarement accès ; c'est un projet qui recrée des connexions entre les quartiers, entre les gens.

J'ai choisi de situer mon dessin sur les toits - en zinc - car ils sont caractéristiques de Brest, tout comme les goélands, le téléphérique et les couleurs du ciel à l'aurore.

Ces coureurs et coureuses qui bondissent vers l'horizon, au moment où la ville se réveille, c'est aussi une image de liberté et d'espoir !



Gildas Java

**Illustrateur brestois,
créateur de l'affiche du BrUT 2025**

RELATIONS PRESSE : **Marie Poissonnier** • 06.08.25.60.41 • digital@bresturbantrail.fr