COURIR A RENNES



4 idées de lieux sympas

Parc du Thabor

- **Type de parcours** : Boucle dans un parc arboré et fleuri.
- **Type de sol** : Stabilisé / gravillonné.
- **Relief** : Très vallonné.
- **Distance** : 1,5 km en boucle.





Métro A et B: Station *Saint-Anne* + 10 min de marche.



C3: Arrêt *Thabor.*

C1, C5 et 12: Arrêt *Fossés.*

Parc des Gayeulles



- **Type de parcours :** Balisé dans un parc aménagé.
- **Type de sol :** Stabilisé avec portions de bitume.
- **Relief :** Légèrement vallonné.
- **Distances :** Deux boucles de 4km et 6km à enchaîner pour un 10 kilomètres complet.



Métro B: Station *Gayeulles* + 8 min de marche.



C5: Arrêts *Gayeulles / Le Blizz / Gayeulles piscine.*



Canal d'Ille-et-Rance

- **Type de parcours :** Le long des berges tranquilles en aller-retour.
- **Type de sol :** Stabilisé/Gravillonné.
- **Relief :** Plat.
- **Distance :** Prêt de 80 km de sentier (pensez à faire demi-tour !)



Métro A : Station *Anatole France* + descente la rue.



12, 31, BZH7, C2 : Arrêt *Anatole France* + *descente la rue.*



Début du sentier à 10 min de course de la FAC.

Parc de Brequigny

- **Type de parcours :** Boucle dans un parc calme et arboré.
- **Type de sol :** Gravillonné.
- **Relief :** Plat.
- **Distance :** 2 km en grande boucle.





Métro A : Station Jacques Cartier / Clémenceau + 2 km de course à pied.



C5 : Arrêt Lycée de Bréquigny.
13 : Arrêt Canada.
32 : Arrêt Alma Sud.

Idées complémentaires

10 lieux où aller courir à Rennes

Les 5 meilleurs circuits pour aller courir à Rennes