

**6 SEPT.
2026**

3 DISTANCES



12 OBSTACLES



6 CATÉGORIES



TABLAR' RUN

LA COURSE D'OBSTACLES QUI DÉCOIFFE !

RÉSERVE TON
DOSSARD



INFORMATION
ET INSCRIPTION SUR
www.tablar-run.ch



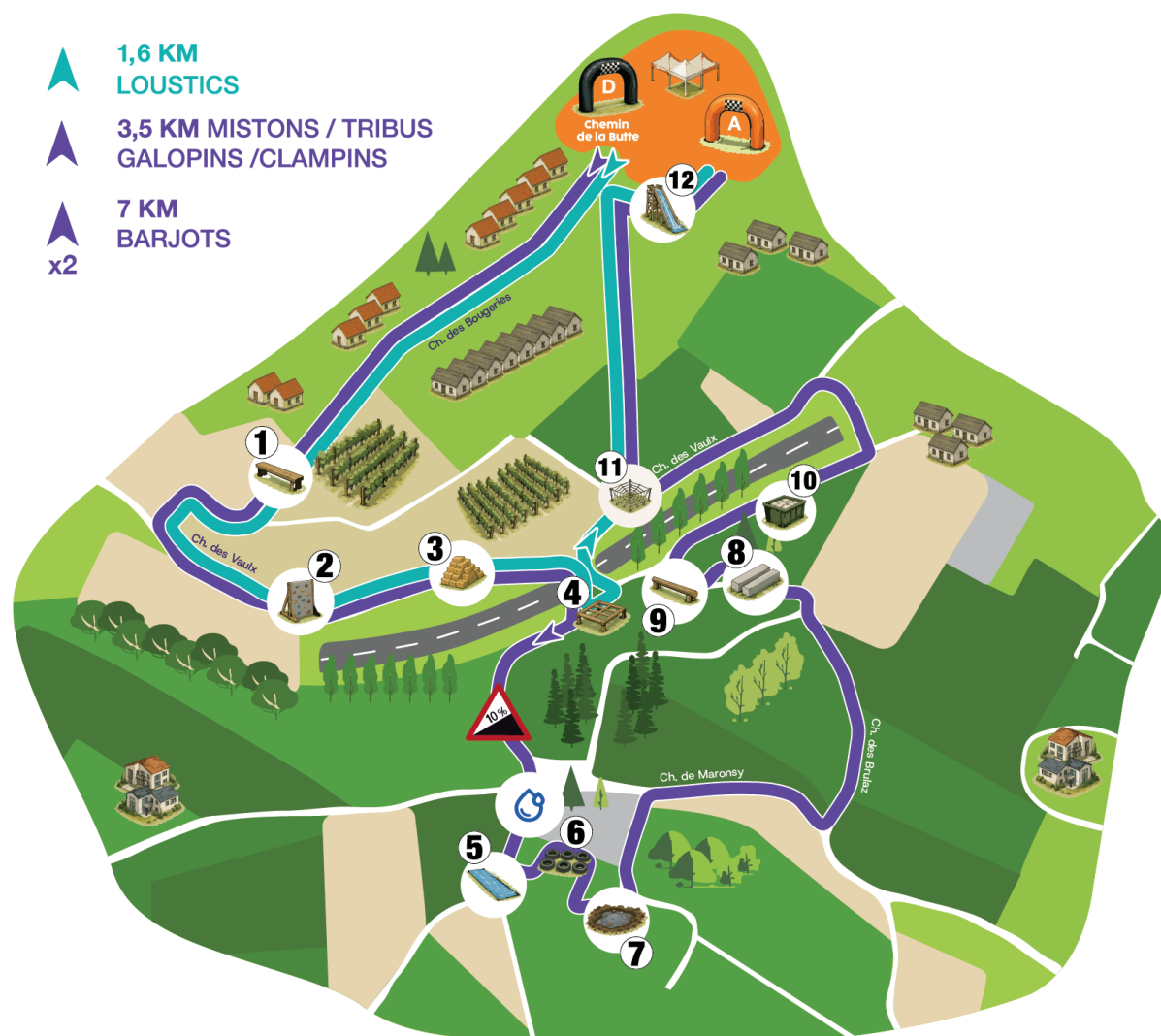
COMMUNE DE
**PLAN-
LES-
OUATES**


TABLAR' RUN

Service des sports
www.plan-les-ouates.ch

UN DÉFI SPORTIF POUR TOUS

Organisée par la Commune de Plan-les-Ouates, la Tablar'Run est une course ludique et sportive qui se distingue par son parcours parsemé d'obstacles.



DÉPART



LE VILLAGE



ARRIVÉE



1 TABLE DE PIQUE-NIQUE



5 GLISSE



9 POUTRE



2 MUR D'ESCALADE



6 PNEUS



10 RECYCLING



3 MONTAGNE DE FOIN



7 MARE



11 LEVEL 5



4 RAMPING



8 BANCS



12 TOBOGGAN GÉANT



MONTÉE



RAVITAILLEMENT

CHOISIS TON DÉFI

À chacun son rythme en toute sécurité pour franchir la ligne d'arrivée avec le sourire... et de la boue plein les chaussures !



LOUSTICS

Duo parent-enfant
de 4 à 7 ans **sans chrono**
1,6 km • 1/2 tour
Départ à 10h30
20 CHF*



MISTONS

8-11 ans
3,5 km • 1 tour
Départ à 11h00
10 CHF*



TRIBUS

2 à 5 pers. / équipe
1 adulte min., enfant(s) dès 5 ans
3,5 km • 1 tour
Départ dès 11h30 par bloc
40 CHF*



GALOPINS

12-15 ans
3,5 km • 1 tour
Départ à 13h00
10 CHF*



CLAMPINS

dès 16 ans
3,5 km • 1 tour
Départ à 14h00
20 CHF*



BARJOTS

dès 16 ans
7 km • 2 tours
Départ à 15h00
20 CHF*



INSCRIPTION EN LIGNE

Jusqu'au 2 septembre
Formulaire en ligne sur
www.tablar-run.ch.
Aucune inscription sur place.



TARIF PRÉFÉRENTIEL*

Les habitants de
Plan-les-Ouates
bénéficient de -50%
sur les tarifs indiqués.

INFORMATIONS PRATIQUES



RETRAIT DES DOSSARDS

A l'entrée du Village, tu peux retirer ton dossard soit la veille de la course de 13h à 17h, soit le jour de la course jusqu'à 1 heure avant ton heure de départ.



ÉCHAUFFEMENT

Tu peux t'échauffer 15 minutes avant le coup de feu en suivant les indications d'un coach.



DÉGUISEMENT

Enfile ton costume pour encore plus de rires. Super-héros, licorne, banane géante ou loup-garou, tout est permis !



REMISES DES PRIX

Après chaque course, les participants ayant obtenu les trois meilleurs temps se retrouvent sur le podium et reçoivent un prix.

(hormis la catégorie Loustics sans chrono)



RESTAURATION

Divers Food Trucks et une buvette vont ravir tes papilles - sucré ou salé, tu as l'embarras du choix !

Plus d'information sur

www.tablar-run.ch

