

Foire aux questions - Les Foulées Du Rail



Date et organisation

Quand a lieu la course ?

Les Foulées du Rail se déroulent le **dimanche 7 juin 2026** à Dun-le-Palestel (Creuse).



Horaires des courses

À quelle heure sont les départs ?

- **45 km (La Quai 45)** : 8h30
- **21,1 km (La Ferroverte)** : 9h30
- **Relais 3 × 7 km** : 9h30
- **10 km (La 23 Express)** : 10h00



Retrait des dossards

Où retirer son dossard ?

- **10 km / 21 km / relais**
→ Communauté de communes du Pays Dunois (19 av. de Verdun, Dun-le-Palestel)
- **45 km**
→ Office de tourisme des Monts de Guéret (1, rue Eugène France, Guéret)

Quels sont les horaires précis ?

👉 Pour le 10 km / 21 km / relais

- **Vendredi 5 juin** :
9h00 – 12h30 / 13h30 – 17h00
- **Samedi 6 juin** :
9h00 – 12h30 / 13h30 – 17h00
- **Dimanche 7 juin (sur place à la halle de Dun-le-Palestel)** :
 - 7h30 – 8h15 → semi-marathon et relais
 - jusqu'à 9h00 → 10 km

👉 Pour le 45 km

- **Vendredi 5 juin :**
9h30 – 12h00 / 14h00 – 18h00
- **Samedi 6 juin :**
9h30 – 12h30 / 14h30 – 18h30
- **Dimanche 7 juin (sur place au stade Léo Lagrange de Guéret) :**
6h00 – 6h30

Navettes et accès aux départs

Y a-t-il des navettes ?

Oui, des bus gratuits vous emmèneront sur les lieux de départ (bien l'avoir coché dans votre inscription)

Quels sont les horaires des navettes ?

👉 21 km + relais (départ Saint-Sébastien)

- Bus depuis **Dun-le-Palestel** : **8h30**
- Départ course : **9h30**

👉 10 km (départ Maison-Feyne)

- Bus depuis **Dun-le-Palestel** : **9h00**
- Départ course : **10h00**

👉 45 km (départ Saint-Sébastien)

- Bus depuis **Guéret** : **6h45**
- Départ course : **8h30**

Barrières horaires (45 km)

Y a-t-il des limites de temps ?

Oui, sur le 45 km :

- Passage à Dun-le-Palestel (mi-course) : **avant 11h00**
- Passage à Bussière-Dunoise (environ 30e) : **avant 12h30**

👉 Sinon :


- mise hors course
- dossard retiré
- pas de médaille

Services sur place

Y a-t-il des vestiaires et douches ?

Oui, disponibles :


- à Dun-le-Palestel
- à Guéret

 Non surveillés

Ravitaillements


Combien y'a-t-il de ravitaillement sur chaque distance ?

- 10 km : 1 ravitaillement (hors arrivée)
- 21 km / relais : 2 ravitaillements (hors arrivée)
- 45 km : 6 ravitaillements (hors arrivée)

 : prévoyez quand même de quoi boire tout au long du parcours (gourdes, gilet d'hydratation) surtout en cas de fortes chaleurs. Couvrez vous la tête si le soleil tape pour éviter les coups de chaud

Restauration & buvette (village arrivée)

Y a-t-il de quoi boire et manger sur place ?

Oui  des **villages arrivée** sont prévus à Dun-le-Palestel et à Guéret avec :

Dun-le-Palestel

- Buvette avec boissons locales
- Carbonade de boeuf et effiloché de porc (Maison Nicolas Dubois)
- Cookie et sucreries (Mes Petites Gourmandises)

Guéret

- Fondu Creusois et burgers (food-truck Le Baratié)