

9 MARS 2025
HARMONIE MUTUELLE SEMI DE PARIS
GAGNER, BATTRE SON RECORD OU JUSTE PROFITER...
À CHACUN SON OBJECTIF

À retenir :

- **De nombreux prétendants pour succéder au Kenyan Bernard Koech et à la Roumaine, d'origine kenyane, Joan Chelimo Melly**
- **Des Tricolores à l'affût avec Yohan Durand, Marie Bouchard, Emeline Delanis et Latifa Mokhtari**
- **Les amateurs prêts à relever le challenge et à profiter du parcours parisien pour atteindre leur objectif**
- **48 000 participants attendus sur la ligne de départ**
- **Diffusion en direct sur France 3 Île-de-France et france.tv de 7h50 à 9h45 avec prolongation jusqu'à 10h30 sur france.tv**

Dimanche 9 mars, 48 000 coureurs parcourront les rues de Paris à l'occasion de l'Harmonie Mutuelle Semi de Paris. Qu'ils viennent tenter de remporter la victoire comme quelques grands champions de niveau mondial, juste chercher la médaille de finisher, la première sur semi-marathon pour près de la moitié du peloton, ou battre leur record personnel, tous profiteront de conditions optimales pour vivre une journée intense au cœur des rues de la plus belle ville du monde.

Chez les coureurs amateurs, la question la plus fréquente des dernières semaines d'entraînement est souvent la même : « *tu vises combien ?* ». Les réponses sont multiples et balaient une très grande fourchette, allant du « *je veux juste finir et profiter* » à des chronos parfois ambitieux souvent basés sur une barrière symbolique (moins d'1h20, d'1h30, de 2 heures etc.), en passant par le traditionnel « *battre mon record* ».

Avec un parcours tracé sur des avenues très larges, le soutien du public mais aussi tous les détails d'une organisation dont l'objectif est de placer les participants dans les meilleures conditions, l'Harmonie Mutuelle Semi de Paris, offre une belle opportunité de réaliser une performance chronométrique à la hauteur de ses attentes. Une occasion de se dépasser dans un cadre unique pour les champions venus jouer la victoire mais aussi pour tous les amateurs.

Les Kenyans intouchables ?

Les athlètes du Kenya, victorieux à 21 reprises en 31 courses depuis la première édition en 1993 (quatre pour l'Éthiopie, deux pour la Tanzanie, une pour l'Ouganda, le Maroc, l'Érythrée et la Slovaquie), partiront une fois encore grands favoris avec notamment trois coureurs sous les 60 minutes, avec un record de l'épreuve réalisé en 2023 par **Roncer Kipkorir** en 59'38". Crédité de la meilleure référence, **Kennedy Kimutai** (meilleur temps sur semi : 58'28", à Valence, en 2021) devra se méfier de ses compatriotes **Jorum Okombo** (58'48", en 2017), deuxième l'an dernier, **Isaac Kipkemboi** (vainqueur du semi Rome Ostia en 2023 en 59'17") ou encore **Timothy Koskei** (1h0'17", en 2024). Attention aussi à **Aphazard Kimutai** (KEN), qui va performer pour la première fois en Europe sur la distance. Le « reste du monde » misera sur l'Espagnol **Yago Rojo**, athlète HOKA déjà auteur d'un beau 1h1'57".

Un duel entre Kenyans et Éthiopiennes

Le plateau féminin présente également une belle densité. Elles seront plusieurs à pouvoir espérer succéder à la Roumaine d'origine kenyane **Joan Chelimo Melly**, victorieuse l'an dernier en 1h06'58". Quatrième du marathon de Hambourg 2024 en 2h21'40, la Kenyane **Jackline Cherono**, 26 ans, devrait figurer en première ligne avec un meilleur semi-marathon en 1h9'33", en début d'année à Dubai. Elle retrouvera face à elle sa compatriote **Christine Kioko** (1h10'54" l'an dernier sur le semi de Luanda) ou encore l'Éthiopienne **Muluhabt Tsega** (1h09'22" à Istanbul, en 2015). Les coureuses africaines, victorieuses de 18 des 24 éditions depuis l'an 2000 (15 pour les Kenyans, 5 pour les Éthiopiennes), auront aussi en ligne de mire, le record de l'épreuve (1h6'01") détenu depuis 2023 par **Sheila Chepkurui** (KEN). Les Européennes compteront principalement sur l'expérimentée Hongroise **Nora**

Szabo dont le chrono référence, 1h10'59", réalisé en 2022, peut laisser espérer une belle performance, ou encore sur la Suédoise **Hanna Lindholm** (1h11'03 à Séville, en 2024). À suivre enfin la Mauricienne **Marie Perrier** (1h11'13" à Valence, en 2023).

Des Français pour jouer les trouble-fêtes

Dans une épreuve avec un plateau relevé, les Français auront l'ambition de surprendre le peloton pour monter sur le podium comme l'avait superbement réalisé **Mehdi Frère**, deuxième l'an dernier en 1h01'15". Avant d'éventuelles inscriptions de dernière heure, **Yohan Durand** présente le meilleur temps d'engagement tricolore, avec un chrono de 1h2'55" réalisé l'an dernier à Valence. Chez les femmes, si la domination des coureuses venues de l'Afrique de l'Est semble bien ancrée, les Tricolores ont montré depuis plusieurs mois de très belles réalisations. L'an dernier, les Bleues avaient réussi un joli tir groupé avec **Fadouwa Ledhem** (4^e), **Manon Trapp** (5^e) et **Anaïs Quemener** (6^e). **Marie Bouchard**, **Emeline Delanis** ou encore **Latifa Mokhtari** essaieront de faire aussi bien. Avec, si les conditions sont réunies, la possibilité de se rapprocher du record de France détenue par **Mekdes Woldu**, en 1h8'27".

3 550 coureurs sous les 1h30

Le peloton de l'Harmonie Mutuelle Semi de Paris rassemble de multiples profils. Des coureurs qui ont depuis longtemps arrêté de compter leurs dossards sur la distance et aussi des pratiquants impatientes, parfois un peu tendus, au moment de découvrir ce fameux « semi ». Ainsi, 46% des 48 000 coureurs participeront à leur premier semi-marathon.

L'approche de la performance chronométrique est aussi très variable selon les profils. L'an dernier, 3 550 coureurs (dont près de 220 femmes) étaient descendus sous la barre des 1h30, chrono équivalent à une allure 4'15 au km soit plus de 14 km/h. Plus de 800 étaient même descendus sous les 1h20 (3'47" au km soit 15,8 km/h) !

Pour cette édition 2025, 13% des participants ont annoncé leur volonté de courir en moins de 1h35. À l'autre extrémité, 25% se présenteront dans le sas « 2h10 et + », avec pour la plupart la médaille de finisher pour premier objectif.

En direct sur France 3 Île-de-France et france.tv

Pour la première fois de son histoire, L'Harmonie Mutuelle Semi de Paris sera diffusé en direct sur France 3 Île-de-France et france.tv de 7 heures 50 à 9 heures 45 avec une prolongation sur france.tv jusqu'à 10 heures 30. L'occasion d'apprécier la performance des coureurs élites mais aussi de vivre de beaux moments de sport.

----- ACCRÉDITATIONS PRESSE

Les accréditations pour l'Harmonie Mutuelle Semi de Paris 2025 sont ouvertes et les demandes se font [sur la plateforme presse](#).

Plus d'informations sur harmoniemutuellesemideparis.com

[Accès au média content ici](#)

Photos disponibles pour un usage éditorial uniquement.

CONTACTS PRESSE

Service de presse A.S.O.
Titouan Menezo
tmenezo@aso.fr / 06 80 67 41 44

Agence AFC
Aurélia Filho
aurelia@agenceafc.com / 07 85 82 89 72