

Autrice : Jeannine Borer

Publication : 23 avril 2026 / 11h00

Tour de Suisse 2026 : Parcours des courses féminines et masculines

Le Tour de Suisse 2026 propose un parcours au profil clair : explosif, sélectif et sans véritables étapes de transition. Cette 89e édition du Tour national laisse peu de place aux calculs tactiques et promet du suspense du premier au dernier kilomètre.

Jour 1 : Départ explosif en Italie (Sondrio – Sondrio)

« Nous avons conçu un parcours exigeant dès le premier jour, sans quasiment aucun moment de répit. Chaque étape peut influencer le classement général », explique le directeur sportif David Loosli.

Le départ à Sondrio, en Italie, donne immédiatement le ton. Ce circuit vallonné, au profil technique rappelant le Tour de Lombardie, promet une succession de montées et de descentes. Un sprint massif est pratiquement exclu. On peut plutôt s'attendre à des attaques, à la formation de petits groupes et à un premier affrontement entre les favoris du classement général.

Le parcours de la course féminine se distingue par un final légèrement raccourci. Néanmoins, cette première étape reste très exigeante et devrait voir les meilleures grimpeuses et prétendantes au classement général se disputer la victoire d'étape.

Jour 2 : Les puncheurs à l'honneur au Tessin (Locarno – Locarno)

Chez les hommes, la deuxième étape part de Locarno et longe le Lac Majeur avant de franchir le Monte Ceneri. Chez les femmes, le parcours mène directement de Locarno dans le Valle di Blenio.

Dans les deux courses, le final s'annonce décisif : deux courtes montées, parfois raides, peu avant l'arrivée provoquent une première sélection. « Cette étape est taillée pour les coureurs et coureuses explosifs. Ceux qui excellent sur les courtes ascensions auront de grandes chances de s'imposer », précise Loosli. Un sprint massif est ici aussi peu probable. La victoire devrait se jouer entre grimpeurs explosifs et coureurs complets, tant chez les hommes que chez les femmes.

Jour 3 : Jeu tactique autour de Bad Ragaz (Bad Ragaz – Bad Ragaz)

La troisième étape masculine apporte une nouvelle dynamique à la course. Dès le départ, le St. Luzisteig impose une première difficulté, avant que le parcours ne traverse la principauté du Liechtenstein puis ne s'élève en direction de l'Appenzell. Le col de la Schwägalp constitue le défi majeur de la journée, suivi d'une longue section plate de retour vers Bad Ragaz.

La question clé : les sprinteurs récupéreront-ils suffisamment après la Schwägalp pour jouer la victoire ? « C'est une étape typiquement tactique. Pour les sprinteurs, c'est la seule véritable opportunité de victoire — la pression sur les équipes sera donc élevée », explique Loosli.

Chez les femmes, le départ se fait également via le St. Luzisteig, puis le parcours suit partiellement la digue du Rhin en direction d'Altstätten avant de faire demi-tour vers Bad Ragaz. Hormis une petite montée au milieu de l'étape, le dénivelé reste limité. Les sprinteuses devraient saisir cette opportunité et se disputer la victoire.

Jour 4 : Contre-la-montre décisif (Aarburg – Aarburg)

La quatrième étape permet aux spécialistes du contre-la-montre visant le classement général de gagner un temps précieux.

Femmes et hommes disputent un contre-la-montre individuel identique de 23 kilomètres. Le parcours, relativement plat, correspond à un exercice classique pour spécialistes : rapide et technique.

Jour 5 : Étape reine (Villars-sur-Ollon – Villars-sur-Ollon)

La dernière étape est l'étape reine : un parcours sans concession qui passe par le Col de la Croix. Avec ses longues montées et ses descentes rapides, ce circuit offre de nombreux changements de rythme, sans véritables phases de récupération. Les femmes franchiront deux fois le plus haut col des Alpes vaudoises, totalisant ainsi environ 3'000 mètres de dénivelé. Les trois tours des hommes totalisent plus de 4'000 mètres de dénivelé.

« Sur cette étape, c'est quasiment toujours en montée ou en descente. C'est ici que la course se décide — et le classement général peut être complètement bouleversé jusqu'au bout », conclut Loosli.

Informations complémentaires

Des visualisations du parcours ainsi que des informations détaillées sur toutes les étapes sont disponibles dans le plan des étapes sur le site officiel du Tour de Suisse, ainsi que dans la [vidéo](#) jointe et sur nos canaux de réseaux sociaux.

Renseignements :

Service médias Tour de Suisse | Ueli Anken
media@tds.ch | Tél. +41 79 638 18 18