



REGLEMENT

Trail du Mont Hélène

CAIXAS (66)

Le samedi 28 mars 2026 : Course enfants à 14h30

Le dimanche 29 mars 2026

9h30 Course trail - 8h30 Randonnée

Organisé par l'Association Team Trail Thuir (Le 3T)

ARTICLE 1 - Présentation

Le Trail du Mont Hélène est une course nature exigeante, tracée sur des terrains naturels et techniques, où chaque participant s'engage à respecter le règlement pour préserver l'esprit authentique du trail.

L'épreuve propose :

- **Un parcours unique de 14 km** avec **800 m de dénivelé positif**, presque intégralement sur chemins et sentiers.
- **Une randonnée de 10 km** avec **550 m de dénivelé positif**, également sur chemins et sentiers.

Le samedi, une **course enfant** sera organisée, avec **4 parcours adaptés** selon les catégories d'âge.

Départ et arrivée : Place de la mairie à Caixas.

ARTICLE 2 - Organisation

L'Association Team Trail Thuir (Le 3T) est l'organisatrice de cette 9^{ème} édition du Trail du Mont Hélène.

ARTICLE 3 - Participation

La randonnée et la course sont ouvertes à tout le monde à partir de la catégorie Junior (Année de naissance 2007-2006 ; 18 et 19 ans).

Le nombre de participants est limité à 200 coureurs.

L'accès aux courses n'est pas autorisé aux canicross.

L'usage de battons est interdit à la course.

ARTICLE 4 - Inscription et retrait des dossards

Inscription uniquement sur le site : sur le site www.class-chronosports.fr.nf

La possibilité de s'inscrire *et/ou* de retirer les dossards la veille ou le jour même :

- **Le samedi 28 mars** : inscription course enfants sur place, mairie de CAIXAS,
- **Le samedi 28 mars** : de 14h00 à 17h au magasin SPORT 2000, zone commerciale SUPER U, 66300 THUIR,
- **Le jour de la course**, sur place, de 7h00 à 9h15

Les inscriptions devront obligatoirement être accompagnées :

- Le parcours de Prévention Santé (PPS)
- Les détenteurs d'une licence.

Aucun compétiteur ne sera accepté à l'absence d'un de ces 2 documents.

L'inscription aux épreuves comprend : *la participation à l'épreuve, le dossard, les frais d'inscription, le cadeau souvenir, les ravitaillements, la sécurité et les secours.*

La liste des inscrits sera publiée sur le site www.class-chronosports.fr.nf

Tout engagement est personnel, ferme et définitif. Aucun transfert d'inscription n'est autorisé. Toute personne rétrocédant son dossard à une tierce personne, sera reconnue responsable en cas d'accident survenu ou provoqué par cette dernière pendant l'épreuve. L'organisation décline toute responsabilité en cas d'accident face à ce type de situation.

ARTICLE 5 - Assurances

Les organisateurs sont couverts par une police d'assurance souscrite n°274882/K auprès de SMACL Assurances pour la durée de l'épreuve. Les licenciés bénéficient des garanties accordées par les assurances liées à leur licence sportive. Il incombe aux autres participants de s'assurer personnellement. L'organisation ne peut en aucun cas être tenue pour responsable en cas d'accident ou de défaillance consécutifs à un mauvais état de santé ou à une préparation insuffisante. Les organisateurs déclinent toute responsabilité en cas de vol ou de dégradation de matériel.

ARTICLE 6 - Condition de participation

Tous les coureurs doivent impérativement signer leur bulletin d'inscription. La participation à l'épreuve se fera sous l'entière responsabilité des coureurs avec renonciation à tout recours envers les organisateurs quel que soit le dommage subi ou occasionné. Les concurrents s'engagent à n'exercer aucune poursuite envers les organisateurs pour tout incident résultant de leur participation à cette manifestation.

ARTICLE 7 - Remboursement, désistement et annulation

Le Team Trail Thuir ne procédera pas au remboursement de l'inscription en cas de désistement (*sauf en cas de maladie ou pour raisons familiales avec justificatif à l'appui*).

Le tarif d'inscription 2026 est fixé à 15 € pour la course.

Le tarif d'inscription 2026 est fixé à 10 € pour la randonnée

Le tarif d'inscription 2026 est fixé à 2 € pour la course enfant.

ARTICLE 8 - Modifications, neutralisations et annulations

En cas de force majeure, catastrophe naturelle ou de toute autre nature mettant en danger la sécurité des concurrents, l'organisation se réserve le droit d'annuler l'épreuve, de modifier le parcours ou d'interrompre l'épreuve

ARTICLE 9 - Horaires de départ

Le départ de la course enfants sera donné le samedi 28 mars à 14h30 depuis la place de la mairie à Caixas.

Le départ de la randonnée à 8h30 depuis la place de la mairie à Caixas.

Le départ de la course sera donné le dimanche 29 mars à 9h30 depuis la place de la Mairie à Caixas.

ARTICLE 10 - Port du dossard

Le dossard doit être entièrement visible, non plié, porté devant et correctement attaché par des épingles.

Toute affectation du dossard est ferme et définitive. Aucun dossard ne sera envoyé par la poste.

ARTICLE 11 - Déroulement des courses

Toutes les courses ont un départ et une arrivée commune sur la place du village de Caixas. Une réunion préparatoire pour les dernières recommandations est prévue 10 minutes avant chaque départ.

- C'est un trail qui se déroule en semi-autosuffisance (c'est l'esprit du trail) ;
- L'assistance hors des points de ravitaillement est interdite.

ARTICLE 12 - Matériel obligatoire

Compte tenu de la distance de cette course nature, l'organisation n'impose aucun matériel obligatoire.

Toutefois, nous vous conseillons vivement d'être vêtus et équipés de façon à pouvoir effectuer cette course en toute sécurité. Chaque participant s'équipera en fonction de la météo. Les chaussures de type Trail sont fortement conseillées.

Malgré la présence de ravitaillement, nous conseillons vivement de prévoir une boisson hydratante ainsi que des vivres afin de pallier tout besoin en dehors des points de ravitaillement.

ARTICLE 13 - Balisage du parcours

Il sera effectué avec de la rubalise, du plâtre, et de la peinture fluorescente biodégradable. Présence de signaleurs aux intersections de routes. Plusieurs points de contrôles sont établis par l'organisation afin d'assurer la régularité de l'épreuve.

ARTICLE 14 - Ravitaillements

Il sera prévu 2 ravitaillements :

- En haut mont Hélène, au 4^{ème} km ;
- Au km 9.

ARTICLE 15 - Barrières horaires

Il n'est pas prévu de barrières horaires.

ARTICLE 16 - Sanitaires

Des sanitaires seront mis à disposition sur le lieu de départ de la course.

Il n'est pas prévu de douches.

ARTICLE 17 - Contrôles et abandons

Des contrôles seront effectués durant l'épreuve afin d'assurer de bonnes conditions de régularité de course.

En cas d'abandon, le concurrent doit obligatoirement prévenir le responsable du poste de ravitaillement ou de contrôle le plus proche.

ARTICLE 18 - L'esprit course nature

Respect des propriétés et de l'environnement : vous allez traverser de nombreuses propriétés et courir dans des sites naturels. Nous vous demandons donc de :

- Respecter la végétation ;
- Respecter les clôtures ;
- Respecter le code de la route pendant la course au passage des routes ;
- Faire preuve de bonne humeur vis-à-vis des bénévoles et des villageois rencontrés.

Entre-aide : tout concurrent se doit de porter secours à un autre concurrent en situation dangereuse ou de détresse.

Les accompagnateurs en VTT ne sont pas autorisés.

Tout concurrent ne respectant pas les règles minimales de propreté et de respect de la nature pourra être mis hors course. L'organisation se réserve le droit de disqualifier un concurrent si ces consignes ne sont pas respectées.

ARTICLE 19 - Classements et récompenses

Un classement sera établi selon les tableaux (article 20). Sera récompensé le premier de chaque catégorie hommes et femmes (juniors, espoirs, seniors et masters 1,2,3,4,5,6,7,8,9,10) et les 3 premiers hommes et femmes du classement scratch, sans cumul.

Une remise des récompenses sera effectuée après la course.

ARTICLE 20 - Catégories d'âges

Les Catégories d'âge 2026		
(valable jusqu'au 31 août 2026, ces catégories changeront le 1er septembre 2026)		
CATEGORIE	CODE	ANNEE DE NAISSANCE
Masters	MA	1991 et avant
Seniors	SE	1992 à 2003
U23 / Espoirs	ES	2004 à 2006
U20 / Juniors	JU	2007 et 2008
U18 / Cadets	CA	2009 et 2010
U16 / Minimes	MI	2011 et 2012
U14 / Benjamins	BE	2013 et 2014
U12 / Poussins	PO	2015 et 2016
Éveil Athlétique	EA	2017 à 2019
Baby Athlé	BB	2020 et après

Détails des catégories Masters		
CATEGORIE	CODE	ANNEE DE NAISSANCE
Masters H et F	M0	1991 - 1987
	M1	1986 - 1982
	M2	1981 - 1977
	M3	1976 - 1972
	M4	1971 - 1967
	M5	1966 - 1962
	M6	1961 - 1957
	M7	1956 - 1952
	M8	1951 - 1947
	M9	1946 - 1942
	M10	1941 et avant

ARTICLE 21 - Secours

La responsabilité médicale sera assurée par une équipe de secouristes. Ceux-ci pourront décider de la mise hors course d'un concurrent pour des raisons médicales. Tout coureur mis hors course

décidant de continuer l'épreuve le fera sous son entière responsabilité et l'organisation ne pourra être tenue responsable en cas d'accident.

Le PC sécurité est assuré par la Croix Blanche Terre Catalane sur le lieu de départ/ Arrivée à Caixas, plus une équipe mobile de secouriste sur le parcours.

ARTICLE 22 - Droits à l'image

Du fait de son engagement, chaque coureur autorise expressément les organisateurs à utiliser exclusivement les images fixes ou audiovisuelles sur lesquelles il pourrait apparaître, prises à l'occasion de sa participation aux épreuves, sur tous supports y compris les documents promotionnels et / ou publicitaires.

ARTICLE 23 - Loi Informatique et Liberté

Conformément à la « loi informatique et libertés » du 6 janvier 1978, les concurrents disposent d'un droit d'accès et de rectification de leurs données personnelles.

ARTICLE 24 - Acceptation du règlement

Ce règlement a été réalisé selon les règlements de la commission nationale des courses hors stade de la FFA. Les organisateurs de ces épreuves déclinent toutes responsabilités en cas de vol et se réservent le droit d'apporter toutes modifications qu'ils jugeront nécessaires à l'ensemble de l'organisation.

La participation au Trail du Mont Hélène implique l'acceptation expresse par chaque concurrent de ce règlement. Il s'engage à ne pas anticiper le départ et à parcourir la distance complète de son parcours. Le non-respect de cette règle entraînera aussitôt la disqualification du coureur.

En s'inscrivant, chaque coureur prend personnellement les engagements suivants :

- Je déclare avoir réellement pris connaissance du règlement et de l'éthique de la course.
- Je comprends et j'approuve les conditions de participation figurant dans le présent règlement.
- Je m'engage à respecter le règlement en tous points.
- Je déclare être en possession d'une assurance individuelle accident couvrant les frais de secours, de recherche et d'évacuation en France.
- Je déclare m'être renseigné sur les contre-indications médicales qui pourraient me concerner et, en conséquence, décharger l'organisation de tout problème médical pouvant survenir pendant l'épreuve du fait d'une négligence de ma part.

L'organisation vous souhaite une belle course !