



RÈGLEMENT « EL 1258 »

EDITION 2026

1-ORGANISATION

El 1258 est un événement de **randonnées sportives** en **semi-autonomie** organisé par l'association **Horos** en collaboration avec l'association **Objectif D+** qui est affiliée à la **Fédération Française de Randonnée**. Les épreuves se déroulent majoritairement sur des itinéraires de randonnée autour de ce qui fut l'ancienne frontière entre la France et la Catalogne entre **1258 (Traité de Corbeil)** et 1659 (Traité des Pyrénées).

Elle se déroulera du **26 au 27 septembre 2026**.

2-ACCEPTATION DU RÈGLEMENT ET DE L'ETHIQUE DE L'ÉPREUVE

Ce document à caractère contractuel rassemble les règles sportives qui régissent le déroulement des différentes épreuves composant l'événement.

Un autre document contient les conditions légales et économiques relatives au processus d'inscription et à la participation aux épreuves El 1258, disponible sur le site web.

Au moment de l'inscription, via la plateforme d'inscriptions, le participant atteste avoir pris connaissance de ces règles sportives au moyen d'une vérification électronique.

Le simple fait d'acquiescer un droit de participation implique la connaissance du présent règlement et de ses conditions légales, et donc son acceptation expresse et sans réserve.

La participation aux épreuves El 1258 implique l'acceptation expresse et sans réserve du présent règlement, de ses annexes, de l'éthique de l'événement et de toute consigne adressée par l'organisateur aux participants.

3-CARACTÉRISTIQUES DES ÉPREUVES

Les épreuves **El 1258** sont dirigées par un Comité d'épreuve dont les décisions sont sans appel.

La discipline de référence qui caractérise les épreuves de randonnée sportive El 1258 est le **fast hiking** dont la Fédération Française de Randonnée est délégataire.



Les épreuves El 1258 sont ouvertes :

- Aux **participants individuels** féminins ou masculins dénommés ci-après **solos** ;
- Aux **équipes mixtes** composées d'une participante féminine et d'un participant masculin dénommées ci-après **duos** ;



Elles se déroulent **en une seule étape, à allure libre, dans un temps limité.**

Elles ne peuvent être considérées comme des épreuves compétitives et ne donnent, de ce fait, pas lieu à un classement officiel.

Chaque **solo** ou **duo** franchissant la ligne d'arrivée dans la limite des barrières horaires se verra attribué l'un des quatre niveaux de performance du **système finisher fast hiking** valorisant la vitesse/effort (VE) moyenne pour réaliser le parcours : **or, argent, bronze et finisher.**

Aucun balisage temporaire n'est mis en place sur une très grande majorité des parcours, hormis pour la sécurité des participants, la protection de certains espaces naturels ou le passage en milieu urbain. **Les participants suivent l'itinéraire prévu à partir d'un roadbook et d'une trace GPS** fournis par l'organisation. Les épreuves suivent en grande partie des itinéraires randonnée et se déroulent toujours sur des chemins, pistes carrossables ou routes goudronnées.

El 1258 Découverte 25K – Fast hiking

- Départ prévu : dimanche **27 septembre 2026 à 09h00.**
- Heure de fermeture de l'épreuve : **dimanche 27 septembre 2026 à 17h30** (1), soit un délai de **8h30 maximum** pour réaliser ce défi et devenir finisher.
- Épreuve ouverte aux licenciés de la FFRandonnée et non licenciés, hommes et femmes âgés de **18 ans et plus** au jour de l'épreuve.

El 1258 Expérience 50K – Ultra-randonnée

- Départ prévu : dimanche **27 septembre 2026 à 00h00.**
- Heure de fermeture de l'épreuve : **dimanche 27 septembre 2026 à 17h30** (1), soit un délai de **17h30 maximum** pour réaliser ce défi et devenir finisher.
- Épreuve ouverte aux licenciés de la FFRandonnée et non licenciés, hommes et femmes âgés de **18 ans et plus** au jour de l'épreuve.

Pour préserver la qualité de l'organisation, assurer la sécurité des participants et limiter l'impact environnemental, le nombre de participants est limité à **300 partants par épreuve.**

Epreuves	Parcours	Villages		Services	H max (1)
El 1258 Découverte 25K Fast hiking 	≈ 28KM / 460D+ / 620D- de Feuilla à Salses-le-Château.	Départ	Feuilla	 	-
		Relais	Treilles		-
			Caves ⌚		12h00
			Fitou ⌚		14h00
		Arrivée	Salses-le-Château ⌚	  	18h00
El 1258 Expérience 50K Ultra-randonnée 	≈ 55KM / 1 570D+ / 1 707 D- de Vingrau à Salses-le-Château.	Départ	Vingrau	 	-
		Relais	Périllos ⌚		6h00
			Feuilla ⌚	 	9h30
			Treilles		-
			Caves ⌚		12h00
			Fitou ⌚		14h00
		Arrivée	Salses-le-Château ⌚	  	18h00

⌚ Barrière horaire /  Point d'eau potable /  Toilettes /  Ravitaillement d'arrivée



- (1) **H max : barrières horaires indicatives** pouvant être adaptées en cas de modification de l'horaire du départ et/ou du tracé du parcours décidée par le Comité d'épreuve.

Les barrières horaires intermédiaires sont calculées pour permettre aux participants d'atteindre l'arrivée dans le temps maximum imposé. Pour être autorisés à poursuivre l'épreuve, les participants doivent quitter le point de contrôle avant l'heure limite fixée (indépendamment de l'heure d'arrivée au point de contrôle).

Tous les participants qui abandonnent, sont arrêtés par l'organisation ou se trouvent en dehors des barrières horaires officielles ne sont pas autorisés à continuer l'épreuve. Leur dossard sera retiré et ils seront transportés à l'aire de l'événement par les moyens de transport de l'organisation. Il est recommandé à tous les participants d'utiliser les moyens de transport fournis par l'organisation pour revenir à la ligne d'arrivée.

4-ENGAGEMENT DES PARTICIPANTS

Pour participer aux épreuves El 1258 il est indispensable :

- D'être pleinement conscient de la longueur et de la spécificité de l'épreuve et d'être préparé pour cela.
- D'avoir acquis, préalablement à l'épreuve, une réelle capacité d'autonomie personnelle en montagne permettant de gérer les problèmes induits par ce type d'épreuve, et notamment :
 - Savoir affronter sans aide extérieure des conditions climatiques pouvant être très difficiles du fait de l'altitude (nuit, vent, froid, brouillard, pluie ou neige).
 - Savoir gérer, y compris si on est isolé, les problèmes physiques ou mentaux découlant d'une grande fatigue, les problèmes digestifs, les douleurs musculaires ou articulaires, les petites blessures...
 - D'être pleinement conscient que le rôle de l'organisation n'est pas d'aider un coureur à gérer ses problèmes.
 - D'être pleinement conscient que pour une telle activité en montagne la sécurité dépend en premier lieu de la capacité du participant à s'adapter aux problèmes rencontrés ou prévisibles.
- D'informer et sensibiliser ses accompagnants sur le respect des lieux, des personnes et du règlement de l'épreuve.

Le fait d'évoluer dans le cadre d'un événement organisé offre une certaine sécurité mais n'exonère pas les participants d'une préparation adaptée pour réaliser ce type d'épreuve.

Tout licencié FFRandonnée ou titulaire d'un Pass découverte FFRandonnée en cours de validité peut prendre part aux épreuves El 1258 (intégré lors de l'inscription des non licenciés).

Tout participant non licencié FFRandonnée doit consulter les conseils de santé (Annexe 2) et attester sur l'honneur qu'il peut participer aux activités de la FFRandonnée (Annexe 4).

NB : l'organisation est habilitée à mettre hors épreuve toute personne jugée incapable de progresser en sécurité en montagne.



5-DEFINITIONS



Le **FAST HIKING** est une pratique de la **randonnée à allure soutenue** s'appuyant sur le principe de la **semi-autonomie** et de **l'absence de balisage additionnel** des parcours. **La marche, comme la course pédestre sont autorisées.** Il se pratique **avec ou sans bâtons** suivant les contextes et les habitudes de chacun.

Les parcours sont généralement **inférieurs à 50 kilomètres/effort** (2) et doivent présenter un certain dénivelé et/ou des difficultés techniques.

L'**ULTRA-RANDONNEE** se pratique dans les mêmes conditions mais se différencie par des parcours généralement **supérieurs à 50 kilomètres/effort** (2).

Les barrières horaires et les conditions d'inscription des épreuves El 1258 permettent aux personnes pratiquant la randonnée classique d'y participer. Elles devront toutefois prendre en considération la distance importante à parcourir, le principe de la semi-autonomie et le cheminement nocturne pour l'ultra-randonnée.

(2) Le **kilomètre/effort** est la distance en km + (dénivelé positif/100). Exemple : un parcours de 15km et 1 000 de D+ fait 25 kilomètres/effort ($15 + (1\,000/100) = 25$).

6-NIVEAU D'AUTONOMIE

Le principe de la **SEMI-AUTONOMIE** est la règle sur l'ensemble des épreuves El 1258.

Elle est définie comme étant la capacité à **être autonome entre deux villages-relais** ouverts pendant le temps de passage des épreuves où les participants disposent d'un ravitaillement en eau potable mis en place par l'organisation. Les participants devront être autonomes aussi bien sur le plan alimentaire que de celui de l'équipement vestimentaire et de sécurité pour notamment s'adapter aux problèmes rencontrés ou prévisibles (mauvais temps, problèmes physiques, blessure...).

Ce principe implique en particulier les règles suivantes :

1. Chaque participant doit avoir avec lui pendant toute la durée de l'épreuve la totalité de son matériel obligatoire. Il transporte ce matériel dans un sac non échangeable sur le parcours. À tout moment de l'épreuve, des commissaires d'épreuve pourront vérifier le sac et son contenu. Le participant a l'obligation de se soumettre à ces contrôles avec cordialité, sous peine d'exclusion de l'épreuve.
2. Les villages-relais sont approvisionnés en eau pour le remplissage des contenants personnels (gourdes, flasks, poches à eau, ...). Au départ de chaque section, le participant doit veiller à disposer de la quantité de boisson qui lui est nécessaire pour rallier le village-relais suivant ou l'arrivée. Pour les plus lents, les sections les plus longues entre deux points de ravitaillement en eau peuvent durer plus de 3h.



3. Au départ de l'épreuve, le participant doit veiller à disposer de ravitaillement personnel en quantité suffisante pour relier la ligne d'arrivée (barres énergétiques, sandwiches, compotes, ...).
4. Il est interdit de se faire accompagner ou d'accepter d'être accompagné pendant tout ou partie de l'épreuve par une personne non inscrite. Les participants ne sont pas autorisés à se déplacer avec un chien ou tout autre animal, y compris les animaux guides.
5. Un participant qui accepte d'être accompagné contrevient au principe de l'auto-suffisance. Les commissaires de l'épreuve témoins d'irrégularités sont habilités à pénaliser les participants afin de garantir l'esprit des épreuves.

A leur arrivée à Salses-le-Château, les participants disposeront d'un ravitaillement solide et liquide pour la récupération après l'épreuve.

7-SUIVI D'ITINÉRAIRE

Les épreuves de FAST HIKING de la FFRandonnée se caractérisent par une **limitation au maximum du balisage additionnel**. Elles exigent de posséder les connaissances nécessaires à l'utilisation d'une carte et d'une boussole ainsi que la maîtrise des techniques de navigation avec **GPS (obligatoire)**.

L'organisation mettra à disposition des participants un **roadbook** lors de la remise des dossards ainsi qu'une **trace GPS** téléchargeable sur le site web de l'évènement avant le départ. Il est recommandé à l'ensemble des participants, d'emporter la trace du parcours sur leur montre GPS et/ou leur téléphone portable.

En cas de modification de parcours décidée par le comité d'épreuve entre la remise du roadbook et le départ, la dernière trace GPS transmise aux participants prévaudra et sera rappelée lors du briefing donné 10 min avant le départ.

Les épreuves se déroulent en grande partie des itinéraires randonnée et toujours sur des chemins, pistes carrossables ou routes goudronnées. **Les parcours ne traversent en aucun cas des terrains non tracés**. ATTENTION : si vous ne voyez pas de chemin, revenez en arrière pour retrouver l'itinéraire sur lequel vous étiez !

Les parcours empruntent, ponctuellement des routes bitumées. Sur ces portions les participants sont tenus de respecter scrupuleusement le **code de la route**, restez sur le bas-côté et concentré. Certaines traversées de route doivent être abordées avec vigilance.

Lorsque les participants trouvent un balisage temporaire mis en place par l'organisation pour assurer leur sécurité, la protection d'espaces naturels ou le passage en milieu urbain, il est demandé de le suivre scrupuleusement. **Le balisage temporaire prévaudra sur la trace GPS**.

En cas d'erreur de parcours du fait d'un participant, la responsabilité de l'organisation ne saura être engagée pour tous les dommages subis de ce fait.



8-DEROULEMENT DES EPREUVES

Chaque dossard et bracelet personnel est remis individuellement à chaque coureur sur présentation d'une pièce d'identité ou passeport avec photo.

Le dossard doit être porté sur la poitrine ou le ventre et doit être visible en permanence et en totalité pendant toute l'épreuve. Il doit donc être toujours positionné au-dessus de tout vêtement et ne peut en aucun cas être fixé sur le sac ou une jambe. Le nom et le logo des partenaires ne doivent être ni modifiés, ni cachés. Le dossard, avec le bracelet, est le laissez-passer nécessaire pour accéder aux navettes, poste de contrôle, infirmerie, salle de repos, douches, etc...

Les dossards seront scannés par le comité d'épreuve dans certains villages-relais ce qui permettra de suivre en temps réel la progression des participants.

Les informations de suivi seront disponibles sur internet et sur l'application LiveTrail.

Sauf en cas de refus d'obtempérer à une décision prise par un responsable de l'épreuve, le dossard n'est jamais retiré mais en cas d'abandon il est désactivé.

Les équipes mixtes doivent impérativement rester ensemble sous peine de disqualification. Chaque participant doit se situer à moins de 50 mètres de son équipier. Aucune tolérance ne sera accordée à ce manquement.

Il est impératif que chaque participant ait un **téléphone chargé** pour le suivi GPS tout au long de l'épreuve et pour contacter le Comité d'épreuve en cas d'urgence (le numéro de téléphone du Comité d'épreuve sera noté sur le dossard). À tout moment de l'épreuve, chaque participant doit être en mesure de prouver que la charge de son téléphone lui permette de rallier l'arrivée, (même obligation en ce qui concerne la lampe frontale). **Afin d'être joignable par le Comité d'épreuve à tout moment, le téléphone ne doit pas être mis en veille ou en mode avion.**

9-POSTES DE CONTRÔLE

Les « villages-relais » concernés par une barrière horaire constituent des points de contrôle de passage et de sécurité : **Périllos, Feuilla, Cave et Fitou.**

Il existe aussi des points de contrôle aléatoires situés à des endroits différents. Ceux-ci peuvent être des contrôles de passage ou uniquement de sécurité. L'organisation ne communique pas leur emplacement.

10-ABANDON ET RETOUR À L'ARRIVÉE

Sauf blessure, un participant ne doit pas abandonner ailleurs que sur un point de contrôle. Il doit alors prévenir le responsable de poste, ou prévenir le Centre de contrôle de l'épreuve. Dans ce cas, le numéro sera marqué comme « abandon ».

En cas de décision d'abandon entre 2 points de contrôle, le participant doit rejoindre le point de contrôle le plus proche où il signalera son abandon.

Le participant conserve son dossard car c'est son laissez-passer pour accéder aux navettes, salles de soins, etc...



Des bus sont disponibles au départ des postes de contrôle signalés par un pictogramme « bus » afin de rapatrier à l'arrivée les participants ayant abandonné.

En cas de conditions météo défavorables justifiant l'arrêt partiel ou total de l'épreuve, l'organisation assure le retour à l'arrivée des participants arrêtés dans les meilleurs délais possibles.

11-SECOURS ET ASSISTANCE MEDICALE

Des postes de secours sont implantés en divers points des parcours. Ces postes sont communiqués par radio ou par téléphone avec le Centre de contrôle de l'épreuve (le numéro sera communiqué dans le road-book de l'épreuve et imprimé sur le dossard). Une équipe médicale de régulation est présente pendant toute la durée des épreuves au Centre de contrôle de l'épreuve.

Les postes de secours sont destinés à porter assistance à toute personne en danger avec les moyens propres à l'organisation ou moyens publics.

Il appartient à un participant en difficulté ou sérieusement blessé de faire appel aux secours :

- En se présentant à un poste de secours.
- En appelant le Centre de contrôle de l'épreuve.
- En demandant à un autre participant de prévenir les secours.
- En utilisant la fonctionnalité SOS de l'application Livetrail.

Chaque participant doit porter assistance à toute personne en danger et prévenir les secours. Et attendre auprès du participant en difficulté jusqu'à l'arrivée du personnel de l'organisation.

En cas d'impossibilité de joindre le Centre de contrôle de l'épreuve et uniquement en cas d'urgence absolue, vous pouvez appeler directement les organismes de secours (plus particulièrement si vous vous trouvez dans une zone où seuls les appels d'urgence sont possibles) : 112.

N'oubliez pas que des aléas de toute sorte, liés à l'environnement et à l'épreuve, peuvent vous faire attendre les secours plus longtemps que prévu. Votre sécurité dépendra alors de la qualité de ce que vous avez mis dans votre sac.

L'ensemble du personnel médical, paramédical, secouriste et guide officiel, ainsi que toute personne désignée par la Direction de l'épreuve sont habilités :

- À mettre hors épreuve tout concurrent jugé inapte à continuer l'épreuve.
- Obliger tout participant à utiliser tout vêtement du matériel obligatoire, sur n'importe quelle partie du parcours.
- À faire évacuer par tout moyen les participants qu'ils jugeront en danger.
- Hospitaliser tout participant dont l'état de santé le rend nécessaire.

Tout participant traité par un médecin ou un secouriste, une équipe de sauvetage ou secouru, se soumet à leur autorité et accepte leurs décisions. Dès l'instant où l'état de santé d'un participant justifiera d'un traitement au moyen d'une perfusion intraveineuse, celui-ci sera obligatoirement mis hors épreuve.



Une infirmerie sera accessible à l'arrivée pendant toute la durée des épreuves. Les participants ayant un problème médical sévère pourront s'y adresser. Les soins de confort sont soumis à l'appréciation du personnel médical dans la limite de leur disponibilité.

Chaque participant doit rester sur l'itinéraire prévu, même pour dormir. Tout participant qui s'éloigne volontairement de l'itinéraire prévu n'est plus sous la responsabilité de l'organisation.

12-EQUIPEMENT ET MATERIEL OBLIGATOIRE

Pour des raisons visant à assurer la sécurité et le bon déroulement des épreuves, chaque participant doit avoir à sa disposition la liste complète du matériel obligatoire détaillée ci-dessous, et emporter avec lui tout le matériel, en usage ou non, pendant l'épreuve.

Des contrôles systématiques et/ou aléatoires seront effectués pendant l'épreuve. Une pénalité ou une disqualification sera appliquée aux participants ne portant pas tout le matériel obligatoire (voir PÉNALITÉS). Et disqualification pour toute personne refusant de passer le contrôle, même de manière répétée.

Il est important de noter que le matériel imposé par l'organisation est un minimum vital que chaque participant doit adapter en fonction de ses propres capacités. En particulier, il ne faut pas choisir les vêtements les plus légers possibles afin de gagner quelques grammes, mais préférer des vêtements qui permettent réellement une bonne protection en montagne contre le froid et le vent, et donc une meilleure sécurité et de meilleures performances.

Il est essentiel d'emballer tout ce matériel de manière qu'il soit protégé de la pluie et qu'il ne soit pas mouillé lorsqu'il doit être utilisé (par exemple, en utilisant des sacs en plastique imperméables).

Dans la zone de retrait des dossards, un point de contrôle du matériel obligatoire de caractère volontaire sera mis en place, où il sera possible de vérifier si le matériel dont on dispose correspond aux exigences établies.

Tous les vêtements doivent être à la taille du participant et sans modification après la sortie d'usine. On doit s'habiller de manière appropriée. Vous transportez ce matériel dans un sac non échangeable sur le parcours.

MATERIEL OBLIGATOIRE pour l'épreuve El 1258 Découverte 25 K – Fast Hiking

Kit obligatoire de base :

- Chaussures fermées adaptées à la randonnée ou à la course sur sentier. Il est interdit de de marcher ou courir pieds nus.
- Sac à dos ou similaire destiné à transporter le matériel obligatoire pendant l'épreuve.
- Roadbook et cartes du parcours fournis par l'organisation.
- Boussole.
- **Téléphone mobile (smartphone OBLIGATOIRE) chargé** : le coureur doit être joignable à tout moment avant, pendant et après l'épreuve :
 - Téléphone portable utilisable en France (inclure les numéros de sécurité de l'organisation dans les contacts, garder le téléphone allumé, ne pas cacher le numéro, et ne pas oublier de démarrer l'épreuve avec une batterie pleine).



- Garder son téléphone allumé, **le mode avion est interdit** et susceptible d'être pénalisé avec une disqualification.
- **Application permettant la navigation GPS installée et connectée et sur laquelle auront été téléchargées les traces fournies par l'organisation** (possible à partir de l'application "MaRando").
- Application Livetrail installée et connectée.
- Réserve d'eau minimum 1 litre.
- Couverture de survie de 1,40m x 2m minimum.
- Sifflet.
- Réserve alimentaire. Recommandation : 800kcal (≈ 4 barres énergétiques ou pâtes de fruit).
- Veste avec capuche permettant de supporter le mauvais temps en montagne et fabriquée avec une membrane imperméable minimum 10 000 Schmerber et respirante (RET recommandé inférieur à 13). La veste doit impérativement comporter une capuche intégrée ou attachée à la veste avec un système prévu d'origine par le fabricant. Les coutures doivent être soudées. La veste ne doit pas avoir des parties composées d'un tissu non imperméable, mais les aérations ménagées par le fabricant (sous les bras, dans le dos), dès lors qu'elles ne nuisent pas de manière évidente à l'imperméabilité, sont acceptées. Il est de la responsabilité du participant de juger, sur ces critères, si sa veste est adaptée au règlement et donc au mauvais temps en montagne, mais, lors d'un contrôle, l'évaluation sur place du responsable du contrôle ou du commissaire de l'épreuve l'emportera.



Option kit froid (activé par la Direction de l'épreuve 24h avant le départ en fonction des prévisions météo) :

- Vêtement thermique à manches longues (coton exclu) d'un poids minimum de 180 g (à la taille du coureur/de la coureuse).
- Pantalon ou collant de course à jambes longues OU combinaison d'un collant et de chaussettes couvrant entièrement la jambe.
- Bonnet ou bandana ou vêtement pour couvrir la tête.
- Gants chauds et imperméables.

Option kit chaleur (activé par la Direction de l'épreuve 24h avant le départ en fonction des prévisions météo) :

- Casquette.
- Lunettes de soleil.
- Protection solaire.

Autre matériel conseillé (liste non exhaustive) :

- Batterie externe.
- Bâtons en cas de pluie pour votre sécurité sur terrains gras.
- Vaseline ou crème anti-échauffement.
- Bande élastique adhésive pour réaliser un bandage (min. 100 cm x 6 cm).
- Montre GPS.



MATERIEL OBLIGATOIRE pour l'épreuve El 1258 Découverte 50 K – Ultra-randonnée

Kit obligatoire de base :

- Matériel obligatoire indiqué pour l'épreuve **El 1258 Découverte 25 K – Fast Hiking**
- +
- **Un appareil ou montre GPS permettant la navigation** sur lequel auront été téléchargées les traces fournies par l'organisation. **Attention, le smartphone peut être utilisé en complément de l'appareil dédié mais ne sera pas considéré à lui seul comme un moyen de navigation.**
- **2 lampes en bon état de marche avec piles ou batterie de rechange.**
Recommandation : 200 lumens ou plus.
- **Réserve alimentaire doublée.** Recommandation : 1 600kcal (≈ 4 barres énergétiques ou pâtes de fruit + 2 sandwichs par exemple).
- **Batterie externe chargée.**

Les matériels des **options kit froid, kit chaleur** (activé par la Direction de l'épreuve 24h avant le départ en fonction des prévisions météo) ainsi que les autres matériels conseillés sont strictement identiques à ceux indiqués pour l'épreuve **El 1258 Découverte 25 K – Fast Hiking**.

BÂTONS

Si vous choisissez de prendre des bâtons, c'est pour toute la durée de l'épreuve. Il est interdit de partir sans bâtons et d'en récupérer en cours de route. L'utilisation de bâtons peut être interdite dans certaines zones de l'itinéraire pour des raisons de sécurité ou d'environnement. Dans ce cas, des panneaux spécifiques le long de l'itinéraire l'indiqueront.

MUSIQUE

Il est permis d'écouter de la musique à l'aide d'écouteurs uniquement, à condition de pouvoir le faire en toute sécurité. Les écouteurs **DOIVENT** être retirés lorsque vous traversez une route, lorsque vous vous approchez d'un point de contrôle et que vous vous y trouvez, ainsi que lorsque vous vous approchez d'un membre de l'équipe de sécurité et que vous le dépassez.

13-ARRIVÉE

L'épreuve en **solo** est terminée lorsque le participant a franchi la ligne d'arrivée.

L'épreuve en **duo** est terminée lorsque les deux co-équipiers passent la ligne d'arrivée ensemble.

Un cadeau finisher sera remis à tous ceux qui terminent la distance dans le temps imparti pour chaque épreuve.

Les participants finisher auront accès à un ravitaillement final situé à Salses-le-château, réservé exclusivement aux participants et accessible une seule fois.



14-CLASSEMENTS ET RECOMPENSES

Les épreuves El 1258 ne peuvent être considérées comme des épreuves compétitives et ne donnent, de ce fait, pas lieu à un classement officiel.

Un prix distinctif remis à tous les participants qui termineront le parcours en franchissant la ligne d'arrivée dans les barrières horaires. Les épreuves sont chronométrées. Le chronométrage permet de définir le temps réalisé et ainsi de mettre en place le système « finisher ».

La FFRandonnée incite à mettre en valeur les participants sur le rythme de marche et donc le temps réalisé. Le système « finisher » basé sur la vitesse au km-effort permet à chaque participant d'observer son évolution d'un événement à l'autre, même sur des parcours différents, et de se lancer des défis.

Ce système est basé sur le temps réalisé sur le parcours et la vitesse au km-effort (3). Le participant est classé dans une des quatre tranches horaires, or, argent, bronze ou finisher ;

Système finisher prévisionnel des épreuves El 1258 sur la base des parcours de référence.

 Fast hiking	El 1258 Découverte 25K	El 1258 Expérience 50K
		Ultra-randonnée
Badge “Finisher”	VE4 (25K) / >6h40 et ≤ 9h00	VE4 (50K) / >14h20 et ≤ 18h00
Badge “Bronze”	VE5 (25K) / >5h40 et ≤ 6h40	VE5 (50K) / >12h00 et ≤ 14h20
Badge “Argent”	VE7 (25K) / >4h40 et ≤ 5h40	VE6 (50K) / > 10h20 et ≤ 12h00
Badge “Or”	VE8+ (25K) / ≤ 4h40	VE7+ (50K) ≤ 10h20

En cas de modification des parcours avant ou pendant les épreuves, le comité d'épreuve établira une actualisation des temps horaires barrière en fonction des paliers de vitesses-effort.

Les prix seront remis après la clôture du temps de référence de la vitesse effort concernée ou à la fin de l'épreuve.

Aucun prix en espèces ne sera attribué dans le cadre des épreuves El 1258.

(3) Qu'est-ce que la vitesse au km-effort ?

La vitesse au km-effort se calcule à partir du « km-effort » du parcours et du temps réalisé. Pour chaque parcours, elle permet de définir les barrières horaires pour rentrer dans chaque tranche horaire du système « finisher ».

Formule : vitesse au km-effort = km-effort / le temps réalisé

Exemple : un parcours de 25 km-effort réalisé en 3h30 donne une vitesse au km-effort de 7,14. $25 / 3,5 = 7,14$ km-effort par heure. Ainsi pour un parcours de 25 km-effort les barrières horaires sont les suivantes :

- Fast hikeur bronze : entre 3h 34mn 17s et 5h
- Fast hikeur argent : entre 3h 7mn 30s et 3h 34mn 16s
- Fast hikeur or : moins de 3h 7mn 30s

15-PENALISATION ET DISQUALIFICATION

El 1258 dispose d'arbitres d'épreuve répartis sur l'ensemble des parcours. Ils sont dûment identifiés.



Un Jury de l'épreuve sera constitué avant le début des épreuves, composé du Directeur d'épreuve, du Directeur Technique et des arbitres. Un participant amateur choisi par tirage au sort fera également partie du jury.

Le Directeur de l'épreuve, les commissaires présents sur le parcours et les chefs de poste des différents points de contrôle et de ravitaillement sont habilités à faire respecter le règlement et à appliquer immédiatement une pénalité (*) si nécessaire, conformément au tableau suivant :

MANQUEMENT AU REGLEMENT	PENALISATION (4) – DISQUALIFICATION
Raccourcir le parcours.	A l'appréciation de la direction de l'épreuve.
Absence de matériel obligatoire de sécurité spécifiées pour chacune des épreuves (certains de ces articles) : ne pas avoir un volume de réserve d'eau d'au moins 1 l, veste imperméable avec capuche, lampe, couverture de survie, téléphone portable SMARTPHONE.	Disqualification immédiate.
Absence d'autres éléments de sécurité spécifiées pour chacune des épreuves : collants ou pantalons longs, seulement une lampe, bonnet ou bandana, gants, vêtement thermique, sifflet, réserve de nourriture, bouteille, et autre obligatoire.	Pénalité d'une heure ou disqualification immédiate selon le critère de la direction de l'épreuve.
Refus d'un contrôle du matériel obligatoire.	Disqualification.
SMARTPHONE éteint ou en mode avion.	Pénalité 15 min.
Jet de détritus.	Pénalité 1 heure.
Non-respect des personnes (organisation ou participants). Nota bene : un participant dont les supporters font preuve d'incivilités et/ou refusent de respecter les consignes de l'organisateur sera pénalisé.	Disqualification.
Dissociation d'équipe pour les duos (distance entre les équipiers > 100 mètres ou passage d'un duo en solo sans l'avoir fait valider par le comité d'épreuve).	Disqualification.
Non-assistance à une personne en difficulté (nécessitant une prise en charge).	Disqualification.
Assistance en dehors des zones autorisées et/ou par plus d'une personne.	Pénalité 1 heure.
Accompagnement sur le parcours hors des zones de tolérance clairement signalées lors des traversées des « villages-relais ».	Pénalité 15 min.
Triche (ex : utilisation d'un moyen de transport, partage de dossard...).	Disqualification immédiate et à vie.
Défaut de dossard visible.	Pénalité 15 min.
Attitude dangereuse avérée (ex : bâtons avec pointes non protégées orientées vers les coureurs ou les spectateurs).	Pénalité 15 min.
Absence d'une puce électronique.	A l'appréciation de la direction de l'épreuve.
Absence de passage à un point de contrôle.	A l'appréciation de la direction de l'épreuve.



Refus d'obtempérer à un ordre de la direction de l'épreuve, d'un commissaire d'épreuve, d'un chef de poste, d'un médecin ou d'un secouriste.	Disqualification.
Refus contrôle anti-dopage.	Le participant sera sanctionné de la même façon que s'il était convaincu de dopage.
Départ d'un poste de contrôle au-delà de l'heure limite.	Disqualification.
Utilisation de bâtons non emportés avec soi dès le début de l'épreuve.	Pénalité 1 heure.
Manque de respect envers les autres (organisation, bénévoles ou coureurs, y compris toute forme d'abus, d'intrusion, de vol ou de non-respect des règles). IMPORTANT : un participant dont les assistants sont impolis et/ou refusent de respecter les instructions de l'organisation sera pénalisé.	Disqualification.
Sortie intentionnelle d'un poste de contrôle après la barrière horaire.	Disqualification et interdiction de participer pendant 2 ans.

- (4) Les pénalités de temps sont applicables immédiatement sur place, c'est à dire que le participant doit s'arrêter pendant toute la durée de la pénalité. Si l'infraction à la réglementation est postérieure à l'épreuve, la direction peut ajouter un temps de pénalité au temps de l'épreuve final du participant.

Tout autre manquement au règlement fera l'objet d'une sanction décidée par la direction de l'épreuve.

En cas de disqualification, le participant n'a PAS droit au remboursement des droits d'inscription.

En cas de multiples infractions, les pénalités du tableau précédent sont cumulatives.

Chaque infraction sera enregistrée dans la fiche du participant et communiquée au jury de l'épreuve. Les participants concernés peuvent déposer une réclamation dans les 24 heures suivant la fin de leur participation. Ces réclamations doivent être envoyées par courriel à l'adresse : horros@gmail.com

Dans ces cas, le jury de l'épreuve examinera la pénalité ou la disqualification en présence du coureur membre du jury et rendra un verdict, en maintenant ou en annulant la sanction selon le cas.

Toute réclamation concernant le classement dans l'une des classes du système finisher (article 14) doit être présentée à l'organisation dès que possible après l'arrivée du participant et confirmée par courriel dans les 2 jours suivant la fin de l'épreuve.

Toute autre réclamation doit être envoyée à l'organisation par courriel dans un délai maximum de 10 jours après la fin de l'épreuve.

Ne seront pas considérées comme valides les réclamations relatives à l'inscription, à la gestion sportive de l'épreuve ou à ses règles (par exemple, l'abandon d'un participant pendant l'épreuve).



16- ANTIDOPAGE

El 1258 s'engage à soutenir un sport propre et équitable, notamment dans une période de développement significatif du sport.

L'utilisation de substances dopantes ou de méthodes de dopage pour améliorer la performance est essentiellement incorrecte et va à l'encontre de l'esprit sportif. L'usage abusif de médicaments peut être préjudiciable à la santé d'un athlète, ainsi qu'aux autres athlètes qui participent à la compétition. Il porte gravement atteinte à l'intégrité, à l'image et à la valeur du sport, que la motivation pour consommer ces substances soit ou non l'amélioration des performances. Pour garantir l'intégrité et l'équité dans le sport, il est fondamental de s'engager en faveur du fair-play.

Tout participant, qu'il soit professionnel ou amateur, peut être soumis à un contrôle antidopage avant, pendant ou à la fin de l'épreuve, quel que soit son résultat final. En cas de refus ou d'abstention, le participant sera sanctionné de la même manière que s'il avait été déclaré coupable de dopage.

17-ECORESPONSABILITE

El 1258 s'inscrit dans la **charte du randonneur FFRandonnée** (annexe 1) ainsi que dans la **charte des 15 engagements écoresponsables** des organisateurs d'événements sportifs élaborée par le ministère chargé des Sports.

Ainsi le comité d'organisation s'engage, dans une dynamique d'amélioration continue, à atteindre et mesurer les objectifs chiffrés dans les 4 thématiques suivantes :

- Limiter notre impact environnemental ;
- Agir pour une économie plus responsable ;
- Lutter contre les discriminations ;
- Informer, sensibiliser et former.

En acceptant le présent règlement, chaque participant s'engage à contribuer aux actions écoresponsables mises en place à ce titre par l'organisation :

- **Pour limiter l'empreinte carbone** (engagement n°2 pour une mobilité durable), la manifestation est accessible en transport en commun et le co-voiturage est encouragé. Pour participer aux épreuves, les participants peuvent se rendre à Salses-le-Château en train (gare). Un dispositif de co-voiturage est également proposé dans le cadre de l'évènement.
L'acheminement des participants sur les zones de départ (Feuilla pour le 25K, Vingrau pour le 50K) est prévu par l'organisation via un transport collectif inclus dans les frais d'inscription.
Pour les accompagnants, un « Transport Pass El 1258 » est proposé à la vente pour permettre leur acheminement sur la zone de départ et leur rapatriement sur la zone d'arrivée en transport collectif une fois le départ des épreuves donné.
- **Pour réduire au maximum la production de déchets** (engagement n°3 pour une réduction des déchets), l'organisation met en place le recyclage, le compostage et l'achat en vrac pour le ravitaillement d'arrivée.



- **Pour préserver les espaces naturels** (engagement n°4 sur les sites naturels, espaces verts et biodiversité), l'organisation limite le nombre de participants pour préserver les chemins, les écosystèmes et diminuer l'empreinte de la manifestation.

Les participants doivent conserver leurs déchets et emballages jusqu'à ce qu'ils puissent les jeter dans les poubelles prévues à cet effet dans les « villages-relais » et à l'arrivée : Périllos, Feuilla, Treilles, Caves, Fitou et Salses-le-Château. Des sacs en plastique pour récupérer le papier toilette sont fournis avec le dossard. Ils doivent être utilisés après une "urgence au bord du sentier".

Il est obligatoire de suivre les sentiers balisés ou définis par GPS, sans prendre de raccourcis. Laisser une trace provoque une érosion dommageable du site.

- **Pour contribuer à une société plus inclusive** (engagement n°9 sur la contribution à une société plus inclusive), l'organisation a défini une politique tarifaire basée sur la couverture des dépenses incontournables pour le bon déroulement des épreuves : acheminement des participants sur la zone de départ, ravitaillements en eau potable, ravitaillement solide/liquide à l'arrivée, chronométrage, etc. Ainsi, certaines dépenses jugées non essentielles ont été évitées ou sont rendues optionnelles comme c'est le cas pour le tee-shirt de l'évènement par exemple.
- **Pour promouvoir l'égalité femmes-hommes** (engagement n°10 sur la promotion de l'égalité femmes-hommes), l'organisation a défini une politique tarifaire incitative favorisant la constitution d'équipes mixtes sur toutes les épreuves.
- **Pour s'engager dans une cause solidaire** (engagement n°12 sur la cause solidaire), l'organisation rend la souscription d'un « Pass Découverte FFRandonnée » systématique aux personnes non licenciées FFRandonnée lors de l'inscription aux épreuves El 1258. Ceci afin de participer à l'entretien et au balisage des chemins (GR® et PR) dont elle a la gestion sur le territoire français.

18-DROITS À L'IMAGE

Tous les participants renoncent expressément à faire prévaloir leur droit à l'image pendant l'épreuve, de même qu'ils renoncent à tout recours contre l'organisateur et ses collaborateurs pour l'utilisation de leur image. Seule l'organisation peut transmettre ce droit à l'image à tout média, via une accréditation ou une licence adaptée.

Toute communication sur l'événement ou toute utilisation d'images de l'événement doit respecter le nom de l'événement et avoir l'accord officiel de l'organisation.



19-SPONSORS INDIVIDUELS

Les participants sponsorisés ne peuvent faire apparaître les logos de leurs sponsors que sur les vêtements et le matériel utilisés pendant l'épreuve. Tout autre accessoire publicitaire (drapeau, bannière...) est interdit en tout point du parcours y compris à l'arrivée sous peine de pénalité à l'appréciation de la Direction de l'épreuve.

20-EXPRESSION POLITIQUE

Selon notre charte éthique, toute manifestation ostentatoire de messages ou d'images à caractère politique au cours de l'événement est interdite.

21-CONDITIONS EXCEPTIONNELLES

Si les circonstances l'exigent, l'organisation se réserve le droit de modifier à tout moment (y compris pendant le déroulement de l'épreuve) le parcours, les horaires de départ, les barrières horaires, la position des ravitaillements et des points d'assistance, ainsi que tout autre aspect lié au bon déroulement des épreuves.

En cas de force majeure, de conditions météorologiques défavorables ou de toute autre circonstance pouvant affecter la sécurité des participants, ou sur ordre des administrations publiques ou des forces de sécurité, l'organisation se réserve le droit de :

- Modifier les tracés, en raccourcissant éventuellement la distance.
- Modifier l'heure de départ, y compris de plusieurs heures, ou établir des vagues de départ.
- Modifier les barrières horaires, y compris en les réduisant.
- Modifier la date de départ.
- Annuler l'épreuve (partiellement ou totalement).
- Neutraliser l'épreuve.
- Arrêter l'épreuve en cours et la déclarer définitivement terminée.
- Mettre en place des mesures sanitaires exceptionnelles, y compris des départs par vagues.

Ces modifications peuvent intervenir même quelques jours avant l'épreuve, sans que le participant puisse réclamer une quelconque compensation pour cette circonstance.

22-ANNEXE CONDITIONS D'INSCRIPTION

Il existe une annexe à ce règlement qui régit les conditions d'inscription aux épreuves.





ANNEXE 2

Conseils de santé



Il est indispensable et urgent de consulter un médecin avant la reprise de l'entraînement et/ou de la compétition, si vous avez ressenti ou eu au moins 1 fois au cours des 12 derniers mois :

- ☐ Une douleur dans la poitrine à l'effort ;
 - ☐ Des palpitations (perception inhabituelle et anormale des battements cardiaques) ;
 - ☐ Une perte de connaissance brutale au repos ou à l'effort ;
 - ☐ Un essoufflement inhabituel à l'effort.
- Nous vous invitons à adopter les bons réflexes pour votre pratique sportive en consultant les **10 règles d'or** édictées par le Club des Cardiologues du Sport (annexe 3 du règlement d'El 1258, édition 2026).

Il est nécessaire d'avoir l'avis d'un médecin pour statuer sur une contre-indication éventuelle ou un bilan préalable à une pratique intensive ou en compétition, si vous êtes dans une des situations suivantes :

- ☐ **Vous êtes une femme de 45 ans ou plus** et vous avez repris une activité physique intensive sans réaliser d'évaluation médicale de votre risque cardiovasculaire ;
- ☐ **Vous êtes un homme de 35 ans ou plus** et vous avez repris une activité physique intensive sans réaliser d'évaluation médicale de votre risque cardiovasculaire ;
- ☐ **Vous cumulez au moins deux des facteurs de risque cardiovasculaire** : âge supérieur ou égal à 50 ans, tabagisme, diabète, excès de cholestérol, hypertension artérielle, surpoids ou obésité ;
- ☐ **Vous êtes suivi pour une maladie chronique** ;
- ☐ **Vous poursuivez après vos 60 ans** une activité physique intensive ou en compétition ;
- ☐ **Un membre de votre famille (parents, frère ou sœur, enfants)** est décédé subitement d'une cause cardiaque ou inexpliquée ;
- ☐ **Un membre de votre famille (parents, frère ou sœur)** a présenté une maladie cardiaque avant ses 35 ans ;
- ☐ **Vous ressentez une baisse récente inexpliquée** de vos performances.

La Commission médicale de la FFRandonnée conseille fortement une consultation et un suivi médical si vous êtes dans une des situations suivantes :

- ☐ **1. Vous n'avez jamais réalisé d'électrocardiogramme** (La Commission médicale recommande de réaliser au moins un ECG dans sa vie).
- ☐ **2. Au cours des douze derniers mois :**
 - Vous avez arrêté le sport plus de 30 jours pour raisons de santé ;
 - Vous avez débuté un traitement médicamenteux de longue durée (hors contraception et désensibilisation aux allergies) ;
 - Vous pensez avoir, ou on vous a déjà fait remarquer que vous aviez, un problème avec la nourriture ;
 - Vous êtes une femme et vous n'avez plus de règles depuis plus de trois mois ; • Vous avez eu un traumatisme crânien ;
 - Vous pensez avoir besoin d'un avis médical pour poursuivre votre pratique sportive.



ANNEXE 3

Les 10 règles d'or du Club des Cardiologues du Sport



LES 10 RÈGLES D'OR du Club des Cardiologues du Sport

**COEUR ET SPORT :
Absolument mais pas n'importe comment**



1 Je signale à mon médecin toute **douleur** dans la poitrine ou tout **essoufflement** anormal survenant à l'effort



6 J'évite les efforts intenses en cas de **températures** $< -5^{\circ}\text{C}$ ou $> +30^{\circ}\text{C}$ et lors des pics de **pollution**



2 Je signale à mon médecin toute **palpitation** survenant pendant ou juste après l'effort



7 Je ne consomme ni **tabac** ni **nicotine**, encore moins 2h avant ou après une activité sportive



3 Je signale à mon médecin tout **malaise** survenant pendant ou juste après l'effort



8 Je ne consomme jamais de **drogue**, de **substance dopante** et j'évite l'**automédication**



4 Je pratique un **échauffement** et une **récupération** lors de mes activités sportives



9 Je ne fais pas de sport intense en cas de **fièvre**, ni dans les 8 jours qui suivent un épisode grippal



5 Je **m'hydrate** régulièrement pendant l'effort, à l'entraînement comme en compétition



10 Je pratique un **bilan médical** avant de reprendre une activité sportive intense après 35 ans pour les hommes et après la ménopause pour les femmes

Quels que soient mon âge, mes niveaux d'entraînement et de performance ou les résultats d'un précédent bilan cardiologique.

Conception : FREGUENCE GLOBALE - Cœur photographier - Adobe Stock Store

www.clubcardiosport.com



ANNEXE 4

Attestation pour participer aux activités de la FFRandonnée



J'atteste sur l'honneur :

- ☐ Comprendre qu'un ou plusieurs de ces symptômes peuvent être des signes de pathologie cardiaque à risque pour ma santé et représenter potentiellement un risque vital ;
- ☐ Avoir pris connaissance et m'engager à appliquer les [dix règles de bonne pratique du sport du Club des Cardiologues du Sport](#) (annexe 3 du règlement d'El 1258, édition 2026) ;
- ☐ Comprendre que certains antécédents familiaux, facteurs de risques cardio-vasculaires et maladies chroniques entraînent un risque lors de la pratique sportive et qu'ils nécessitent l'avis d'un médecin pour une pratique sécurisée ;
- ☐ Comprendre qu'un bilan médical à certains âges de la vie est nécessaire pour évaluer la compatibilité de mon état de santé avec ma pratique sportive et ses risques ;
- ☐ Comprendre que certaines situations ou symptômes peuvent entraîner un risque pour ma santé et/ou mes performances ;
- ☐ Prendre, ou avoir pris, les dispositions nécessaires (consultation médicale adaptée, arrêt temporaire de l'activité sportive) sécurisant l'entraînement ou la participation à une compétition sans risque pour ma santé ;
- ☐ Avoir lu et pris connaissance de toutes les informations et alertes indiquées dans le document joint (annexe 2 du règlement d'El 1258, édition 2026 : conseils de santé) ;
- ☐ Prendre ou avoir pris note de la mise à disposition par la FFRandonnée de documents à ma destination contribuant à une pratique sans risque pour ma santé.

Nom et prénom :

Date :

Signature :