

SALOMON
ecotrail
PARIS | AUTOMNE

**ROADBOOK
COUREURS**

**17
OCTOBRE
2026**





SOMMAIRE

EDITO	2
NOS PARTENAIRES	3
VILLAGE DE RETRAIT DES DOSSARDS	4
BRIEFING D'AVANT-COURSE	5
RÈGLEMENT	6
SUR LES RAVITOS	8
REPAS D'APRÈS-COURSE	9
SUIVI COUREURS	10
SE DÉPLACER EN ÎLE-DE-FRANCE	11
TRAIL 80KM	13-15
TRAIL 50KM	16-18
TRAIL 20KM	19-20

SALOMON **ecotrail** **PARIS | AUTOMNE**

Chères participantes, chers participants,

Bienvenue sur la 1ère édition du Salomon EcoTrail Paris version Automne.

Depuis des mois, toute l'équipe travaille avec passion pour vous offrir une expérience inoubliable.

Dans quelques jours, vous allez découvrir les sentiers du Nord-Ouest francilien et profiter d'un patrimoine naturel, historique et culturel exceptionnel. Le Salomon EcoTrail Paris reste fidèle à son ADN : relier nature, ville et patrimoine, et servir de rampe de lancement pour toutes celles et ceux qui veulent se lancer dans le trail.

Dans le cadre de notre engagement éco-responsable, nous poursuivons nos efforts pour réduire l'impact environnemental de l'événement. L'événement 100% écologique n'existe pas, mais chaque édition nous permet d'aller un peu plus loin, avec l'aide de nos partenaires et de nos bénévoles.

Plus de 500 bénévoles seront à vos côtés tout le week-end, pour vous accompagner et vous soutenir. Merci à eux pour leur énergie et leur engagement.

Nous vous souhaitons une magnifique course et beaucoup de plaisir.

À très vite sur les sentiers.

Hervé PARDAILHÉ-GALABRUN

Fondateur du Salomon EcoTrail Paris



PARTENAIRE TITRE

SALOMON

PARTENAIRE PRINCIPAL



PARTENAIRE OFFICIEL



FOURNISSEURS OFFICIELS



sodastream®



CAMPUS

FINISHERS

PARTENAIRES MÉDIAS



AVRE

SOUTIENS OFFICIELS



INSTITUTIONS



Yvelines
Le Département



A man with a beard and tattoos, wearing a black chef's uniform and apron, stands in a professional kitchen. He is leaning on a stainless steel counter. Behind him are metal shelves filled with various kitchen items like pots, pans, and containers. The kitchen has a modern, industrial feel with dark walls and stainless steel fixtures.

GUILLAUME SANCHEZ - CHEF

GRAVEL RUNNING
FOR OFF TRACK MINDS



SALOMON



Le village de retrait des dossards se tiendra le vendredi 16 octobre 2026, de 11h30 à 20h, au Centre Sportif Suchet, 25 Av. du Maréchal Franchet d'Esperey, 75016 Paris

NB : aucun retrait de dossard n'est possible le samedi 17 octobre !

Pour retirer ton dossard, tu devras présenter :

- Une pièce d'identité,
- Ton QR code de retrait, qui te sera envoyé par mail

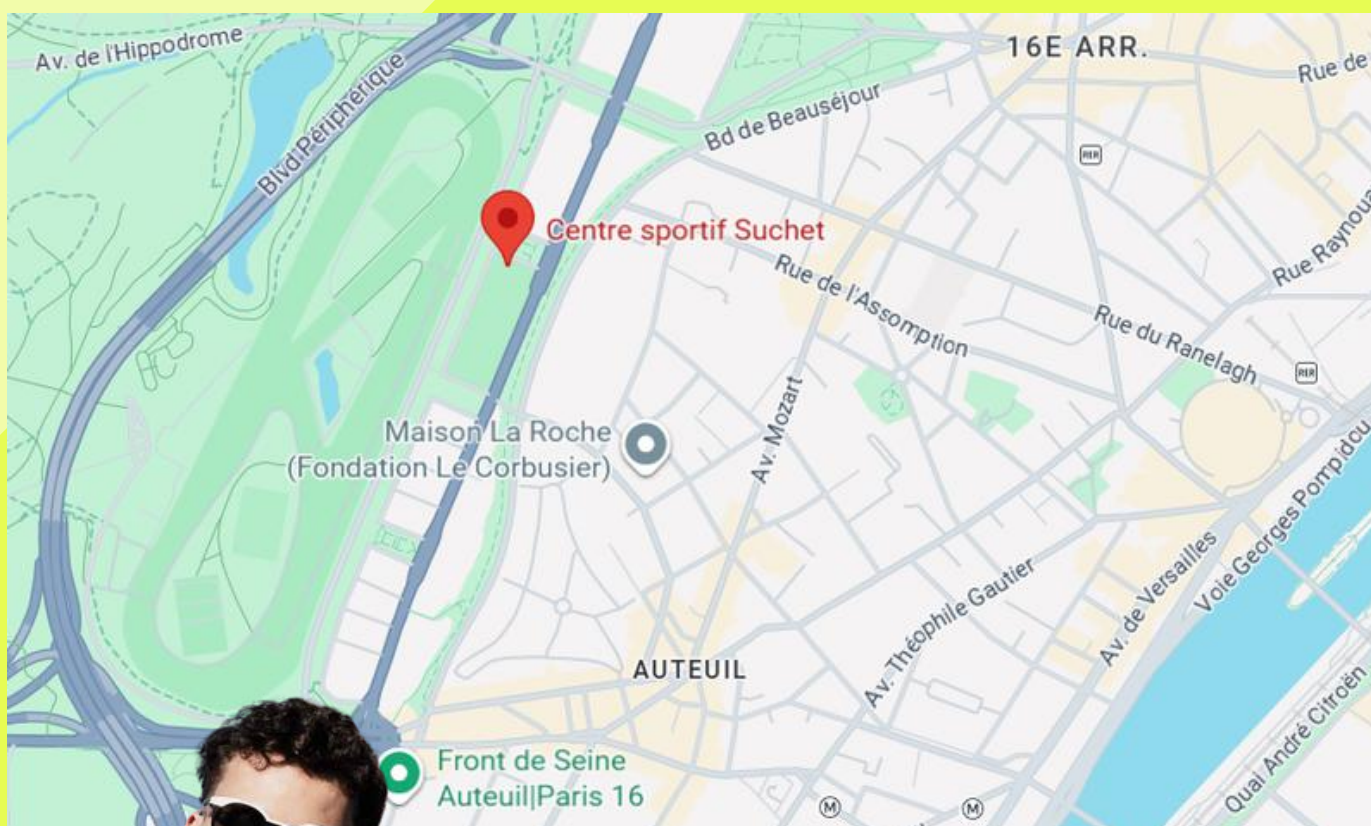
Une tierce personne peut retirer ton dossard sur présentation d'une copie de ta pièce d'identité (format numérique accepté) et de ton QR code de retrait.

En complément du retrait de ton dossard, plusieurs exposants seront présents sur le village, afin de te faire découvrir leurs produits, services et offres.

ACCÉDER AU VILLAGE DE RETRAIT DES DOSSARDS

Transports en commun

- Métro ligne 9, arrêt Jasmin ou Ranelagh
- Métro ligne 10, arrêt Porte d'Auteuil
- Station Vélib à 260 m



Le sport

c'est le dépassement
de soi, pas des
ressources
de la planète.

Alors

on soutient les fédés
et les organisateurs
d'événements dans
leur transition écologique.

on motive nos partenaires
sportifs à mieux comprendre,
gérer et réduire
leur impact carbone.

on revoit les règles : fini les
bouteilles en plastique, pas
de goodies* inutiles, réemploi
des équipements sportifs usagés.

on est le premier sponsor
à conditionner une partie
de notre soutien financier
à l'atteinte d'objectifs
environnementaux,
en plus des résultats sportifs.



assureur militant

**Pour que les performances
sportives ne soient pas des
contre-performances écologiques.**

*Objets publicitaires

MAIF - Société d'assurance mutuelle à cotisations variables - CS 90000 - 79038 Niort cedex 9. Entreprise régie par le Code des assurances.



Salomon EcoTrail Paris Automne 2026 - Briefing d'avant course

Salomon EcoTrail Paris

SALOMON
ecotrail
PARIS | AUTOMNE

- Vêtements collectés sur les zones de départ
- Aucun déchet au sol
- Respect des sentiers, de la faune et de la flore
- Respect du tri des déchets sur les zones de l'événement



DISQUALIFICATION IMMÉDIATE EN CAS DE NON-RESPECT



Watch on YouTube



DOSSARD

Le dossard doit être **porté sur la poitrine ou sur le ventre, visible en permanence et dans son intégralité** pendant toute la durée de la course.

Il ne doit en aucun cas être plié, découpé ou modifié. Le dossard fait office de laissez-passer : il est indispensable pour accéder à l'ensemble des zones de l'événement.

DOSSARDS ÉLITES

Pour les courses **à partir du Trail 50km**, les concurrents ont pu être placés en tant qu'athlète élite selon leur UTMB Index.

Ces athlètes seront identifiés par une **pastille spécifique apposée sur le dossard**.

Ce dossard permet notamment d'accéder à la zone située à l'avant de l'arche afin de se positionner dans la **1^{ère} vague de départ**.

DÉPART PAR VAGUES

Sur le Trail 20km, les départs seront donnés par **vagues successives de 250 coureurs**, espacées de 2 minutes 30.

Sur les autres épreuves, les départs seront donnés par **vagues successives de 500 coureurs**, espacées de 5 minutes.

Les participants seront affectés dans les vagues selon leur UTMB Index.

Les coureurs et coureuses souhaitant prétendre à une récompense lors de la cérémonie protocolaire doivent impérativement prendre le départ dans la **1^{ère} vague**.

Seul le classement réel de cette 1^{ère} vague sera pris en compte pour l'attribution des récompenses.

CHRONOMÉTRAGE - CLASSEMENTS

Le chronométrage est assuré par un système de **puce collée au dos du dossard**.

Pour les participants du **Trail 80km uniquement**, une **puce électronique complémentaire à accrocher au sac à dos** est remise individuellement. Chaque coureur est responsable de la bonne utilisation de la puce mise à disposition.

Le temps pris en compte est le temps réel, déclenché au passage sur la ligne de départ.

Concernant la cérémonie protocolaire, seules les performances réalisées dans la **1^{ère} vague de départ** seront prises en compte. Sur la base du temps réel de cette 1^{ère} vague, les **trois premiers hommes et les trois premières femmes du classement général provisoire** seront récompensés.

Aucune récompense spécifique n'est prévue pour les catégories d'âge.

ENVIRONNEMENT

Aidez-nous à préserver les espaces naturels traversés pendant la course.

Il est strictement interdit d'abandonner des déchets sur le parcours.

Nous partageons tous la responsabilité de garder notre terrain de jeu propre et de limiter notre impact sur les milieux que nous traversons.

RAVITAILLEMENTS

L'épreuve se déroule selon le principe d'**épreuve individuelle en semi auto-suffisance**.

En semi auto-suffisance, des zones de ravitaillement sont réparties sur le parcours. Elles proposent boissons et nourriture à consommer sur place. Seule l'eau est destinée au remplissage des flasques ou poches à eau.

Chaque participant doit quitter chaque zone de ravitaillement avec la quantité d'eau et d'aliments nécessaire pour rallier le point suivant.

Aucun gobelet ne sera distribué sur les ravitaillements. Chaque participant doit être équipé de son propre contenant (matériel obligatoire).

TEMPS MAXIMUM AUTORISÉ

Est considéré comme **"Finisher"** tout participant ayant franchi l'ensemble des points intermédiaires dans les temps impartis ET la ligne d'arrivée dans le temps maximal autorisé.

Tout concurrent quittant un point de contrôle après le temps limite et poursuivant néanmoins sa course le fait sous sa propre responsabilité. Il ne pourra en aucun cas être classé à l'arrivée.

Le non-respect d'un temps limite entraîne le déclassement du participant, que ce soit pendant l'événement ou a posteriori, même si celui-ci franchit la ligne d'arrivée dans le temps limite final.

BALISAGE

Le balisage a pour vocation de vous guider tout au long du parcours.

Il sera matérialisé par un balisage orange fluo, accroché aux arbres en zone boisée ou piqueté au sol dans les zones dégagées. En milieu urbain, des flèches réalisées à la peinture temporaire pourront être visibles au sol.

Même si une vigilance constante est assurée, un débalisage sauvage peut exceptionnellement survenir. Les traces GPX des parcours sont mises à disposition sur notre site Internet et sur ce roadbook. Vous pouvez les télécharger et les importer dans votre montre GPS ou votre téléphone en complément du balisage terrain.

Chaque participant s'engage à suivre l'intégralité du parcours balisé, sans couper les sentiers. Couper un sentier provoque une érosion irréversible et dégrade durablement les espaces naturels traversés.

Si vous ne voyez plus de balise, rebroussez chemin jusqu'au dernier point de marquage identifié.

Par respect pour l'environnement, aucune peinture permanente ne sera utilisée sur les sentiers.



ABANDONS

Sauf en cas de blessure, **un participant ne doit pas abandonner en dehors d'une zone de ravitaillement.**

En cas d'abandon, il doit impérativement prévenir le responsable de la zone ou le chronométrateur, qui procédera à la récupération de sa puce de chronométrage.

Le participant conserve son dossard, qui reste son laissez-passer pour accéder aux différentes zones de l'événement.

Tout participant ayant abandonné doit également informer l'organisation :

- soit en le signalant au responsable site ou au chronométrateur,
- soit en envoyant un SMS ou un message Whatsapp au numéro de portable du PC Course (**07 72 07 41 98**), en précisant son numéro de dossard, son nom et son prénom.

Des solutions de rapatriement sont mises en place pour les participants ayant abandonné.

En cas de conditions météorologiques défavorables justifiant l'arrêt partiel ou total d'une ou plusieurs épreuves, l'organisation assure le rapatriement des participants dans les meilleurs délais possibles.

ASSISTANCE PERSONNELLE ET ACCOMPAGNEMENT SUR LE PARCOURS

Il est strictement interdit de se faire accompagner sur le parcours par une personne autre qu'un concurrent régulièrement inscrit à l'épreuve.

Tout accompagnement est susceptible d'entraîner la disqualification du participant concerné.

Les proches peuvent toutefois se rendre sur certaines zones de ravitaillement pour encourager ou assister un coureur, à condition de rester en dehors des espaces délimités et réservés aux participants.

Les informations pratiques à destination des accompagnants sont précisées dans ce roadbook.

SUIVI LIVE

Vos proches pourront suivre vos passages aux points de chronométrage en direct sur notre site Internet.

À l'issue de votre course, vous pourrez également consulter votre classement provisoire en ligne.

Les participants ayant souscrit à l'option DotVision recevront, quelques jours avant l'événement, un mail précisant les modalités et informations utiles liées à ce service.

MATÉRIEL OBLIGATOIRE

Sur un événement comme le Salomon EcoTrail Paris, **il est indispensable de se munir de l'ensemble du matériel obligatoire imposé par l'organisation.**

Le détail du matériel obligatoire et recommandé, spécifique à chaque épreuve, est précisé sur les pages dédiées de ce roadbook. Chaque participant reste libre d'ajouter tout équipement qu'il juge nécessaire au bon déroulement de son épreuve.

Les bâtons de trail sont strictement interdits sur l'ensemble des épreuves trail.

Le matériel peut être contrôlé par les équipes de Direction de Course à tout moment du parcours. **En cas de manquement, des pénalités de temps pourront être appliquées. L'absence totale de matériel obligatoire pourra entraîner la disqualification du participant.**

SÉCURITÉ

Avant le départ, vous devez impérativement enregistrer dans votre téléphone portable les numéros suivants:

**PC COURSE :
01 85 09 38 73**

**PC MÉDICAL :
01 85 09 34 67**

En cas d'absence de réponse ET d'urgence le nécessitant, contactez le numéro d'urgence : 112.

Sur les portions du parcours empruntant la voie publique, chaque participant doit impérativement se conformer au code de la route.

Vous n'êtes pas prioritaire. Le non-respect de cette règle engage votre seule responsabilité.

Des signaleurs seront positionnés aux traversées de route ouvertes à la circulation afin de contribuer à votre sécurité.

DÉPOSE ET RÉCUPÉRATION DES SACS

Les sacs coureurs doivent être déposés sur la zone de départ, dans les **camions-consignes** pour toutes les épreuves. Les sacs seront ensuite acheminés vers la zone d'arrivée.

La capacité des sacs remis à la consigne ne doit pas dépasser **20 litres**, l'organisation se réservant le droit de refuser des sacs excédant ce volume.



**Retrouvez
le Headband officiel
du Salomon EcoTrail Paris**

i-run



**SALOMON
ecotrail
PARIS**



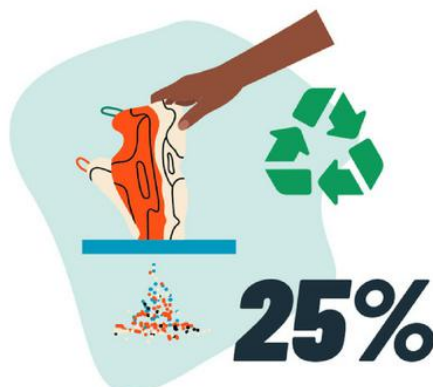
i-run ×  **RunCollect**

**Venez recycler votre ancienne
paire avec i-Run Collectif**



70%

sont réutilisées



25%

**recyclées en composants
pour sols sportifs**

Retrouvez votre box de collecte sur le village Salomon EcoTrail Paris



TA ENERGY : TON ALLIÉ HYDRATATION

Marque française spécialisée dans les sports d'endurance, TA Energy t'accompagne avec une approche simple et efficace : hydrater, énergiser, récupérer.

Initialement reconnue pour ses pastilles d'électrolytes fabriquées en France, la marque a développé une gamme complète pensée pour répondre aux exigences spécifiques des sportifs. Parce que la nutrition joue un rôle clé dans la performance, TA Energy conçoit des produits pour t'aider à atteindre tes objectifs, tout au long de ta course.

Présent sur l'ensemble des ravitos, TA Energy te proposera ses électrolytes qui apportent les sels minéraux essentiels (sodium, potassium, magnésium) pour :

- compenser les pertes liées à la transpiration,
- prévenir les crampes,
- maintenir ton niveau de performance.

Pour t'accompagner au mieux dans ta préparation et ta stratégie de course, TA Energy a également conçu un guide nutrition complet, à retrouver ici :

[**Consulter le guide nutrition**](#)





APRÈS L'EFFORT, LE RÉCONFORT

À leur arrivée, les participants du **Trail 80km** pourront profiter d'un **repas chaud**.

Au menu : **pâtes façon bolognaise**, préparés avec les **produits ACCRO**, pour faire le plein d'énergie après ton trail. Un repas pensé pour favoriser la récupération, reconstituer les réserves énergétiques et partager un dernier moment convivial entre finishers.



FINISHERS



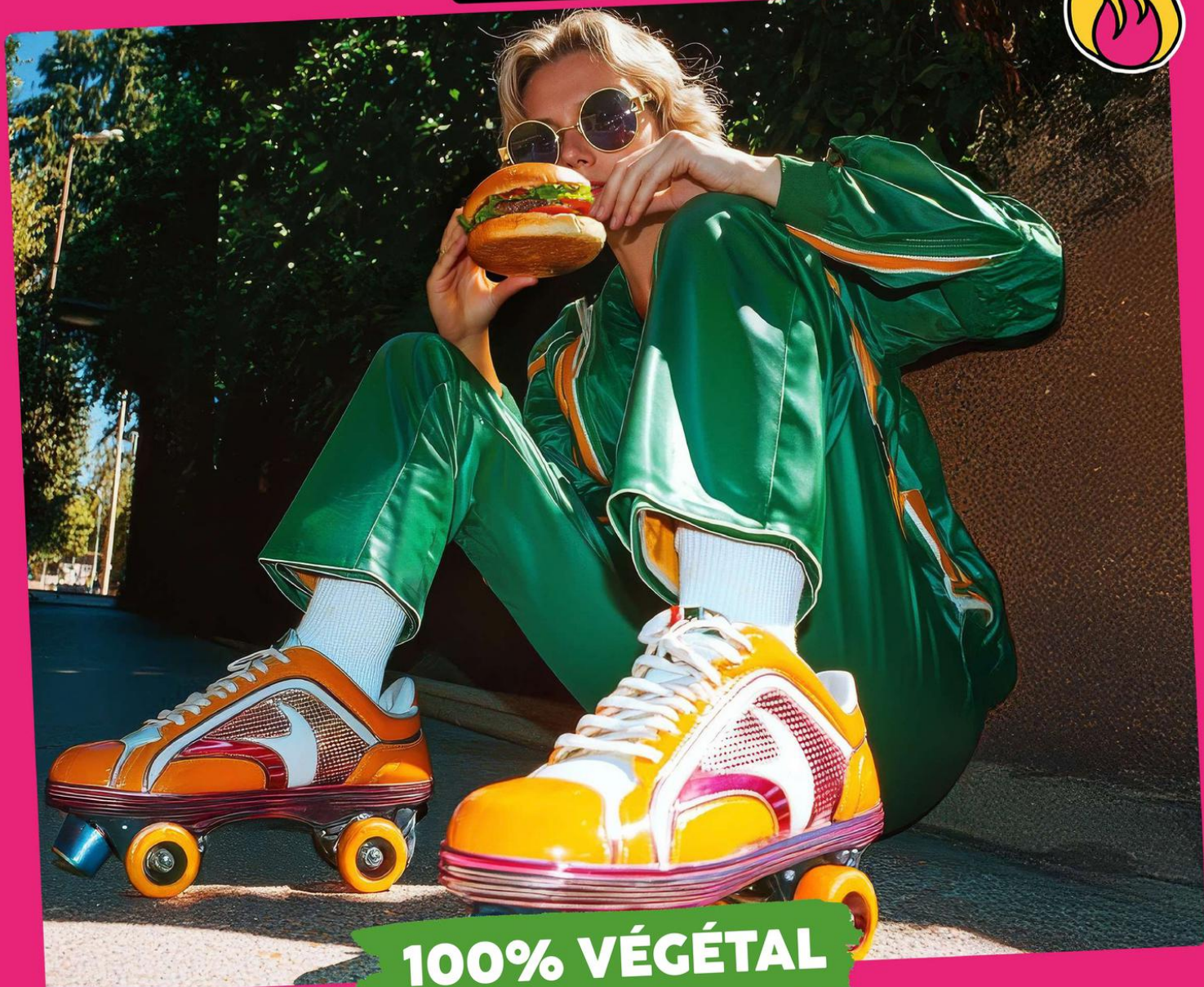
C'est la **plateforme outdoor** de référence pour dénicher et réserver tous tes **dossards** en quelques clics.

Trail, course à pied, cyclisme, triathlon ou swimrun : retrouve tes prochains défis sur **finishers.com**.

Et toi, tu trouves tes courses où ?



APRÈS L'EFFORT, LE VRAI RÉCONFORT



100% VÉGÉTAL

SPOILER : une surprise protéinée
et gourmande arrive pour ta récup.

À venir goûter en **avant-première**
au stand ACCRO de l'Ecotrail.



Vous souhaitez suivre un coureur ou une coureuse pendant la course ? Plusieurs options s'offrent à vous !

SUIVRE MON CHAMPION OU MA CHAMPIONNE EN DIRECT

Vous pouvez suivre l'avancée de votre participant en temps réel :

- Sur **notre site Internet** : <https://www.ecotrailparis.com/>
- Sur l'application mobile **Livetrail**



Classements provisoires, passage aux points de chronométrage.. tout est là pour ne rien manquer de la performance de votre favori !

SUIVRE MON CHAMPION OU MA CHAMPIONNE SUR PLACE

Pour celles et ceux qui souhaitent être présents sur le parcours : certains sites de ravitaillements sont ouverts aux accompagnants.

- **Attention : tous les points de ravitaillement ne sont pas accessibles aux accompagnants.**
- Merci de **respecter strictement les zones autorisées** et les **consignes propres à chaque site** afin de laisser la priorité au bon fonctionnement du ravitaillement.

Nous encourageons vivement les accompagnants à se déplacer en transports en commun dans la mesure du possible. Cela permet de limiter l'impact environnemental du Salomon EcoTrail Paris, la circulation autour des sites et de profiter plus sereinement de l'événement.



toutes vos boissons préférées
d'une simple pression



sodastream
ULTIMATE
MULTI-DRINK™

Horaires du premier et dernier métro ? Tips pour acheter son titre de transport ? Les bons plans et astuces pour un voyage réussi ? C'est le kit du voyageur en Île-de-France.

LES INDISPENSABLES DU VOYAGEUR EN ÎLE-DE-FRANCE

- Pour entrer dans le réseau de transports : observe-bien les pictogrammes et la signalétique. Stations de métro, arrêts de bus, gares de RER : tout est indiqué dans les rues !
- Pour acheter un titre de transport : tu as le choix. Rendez-vous en gare et station, à un automate ou à un guichet, ou sur ton téléphone directement sur l'application Île-de-France Mobilités ou SNCF Connect.



- Conserve ton titre de transport, il te sera demandé en cas de contrôle : ne jette pas ton ticket après l'avoir utilisé, en cas de contrôle, il te sera demandé de le présenter.
- Pour rejoindre ton quai de métro, de RER ou de train : identifie le numéro (pour le métro), la lettre (pour le RER et les trains) ainsi que la couleur de la ligne, cela te permettra de te repérer en suivant les panneaux de signalisation. Sur les quais et à bord, des écrans te donnent le temps d'attente et la destination dans laquelle va ton train. Pour le RER, des voyants t'indiquent toutes les gares desservies et le plan entier de la ligne.
- Fais bien attention à quel ticket tu achètes pour quel transport, un ticket Métro-Train-RER n'est pas valable dans un bus ou tram, et inversement.

QUELS SONT LES HORAIRES DES TRANSPORTS EN COMMUN ?

Rendez-vous dans la rubrique Horaires du site Internet d'Île-de-France Mobilités ou des applications Île-de-France Mobilités ou SNCF Connect !

TÉLÉPHONE OU PASSE : FAIS LE CHOIX DU DÉMATÉRIALISÉ POUR TES TICKETS

Avec l'application mobile Île-de-France Mobilités ou SNCF Connect, **ton téléphone permet de charger des titres de transports, et même de valider directement dans le bus, le train, le tram, le RER ou le métro.**

Tu préfères conserver un passe physique ? Tu as pu le demander lors de ton inscription.





CAMPUS

HOME OF YOUR RUN



★ 4.8 +4K Avis

1 MOIS OFFERT

AVEC LE CODE ECOTRAILXCAMPUS*

*Code valable à utiliser sur la plateforme web jusqu'au 31/10/2026 et uniquement sur la première commande



80
KM

81 km - 1 000 m D+

Départ le samedi 17 octobre 2026 entre 11h15 et 11h20 du Domaine National du Château de Saint-Germain-en-Laye.

Temps max : 12h30

iTRA 3

50K



PROGRAMME SAMEDI 17 OCTOBRE

9h30

Ouverture de la zone de départ

Domaine National du Château de Saint-Germain-en-Laye

11h

Briefing d'avant course

Domaine National du Château de Saint-Germain-en-Laye

11h15 - 11h20

Départs

Domaine National du Château de Saint-Germain-en-Laye

16h40

Premiers finishers

Domaine National de Saint-Cloud

17h - 1h

Repas d'après-course

Domaine National de Saint-Cloud

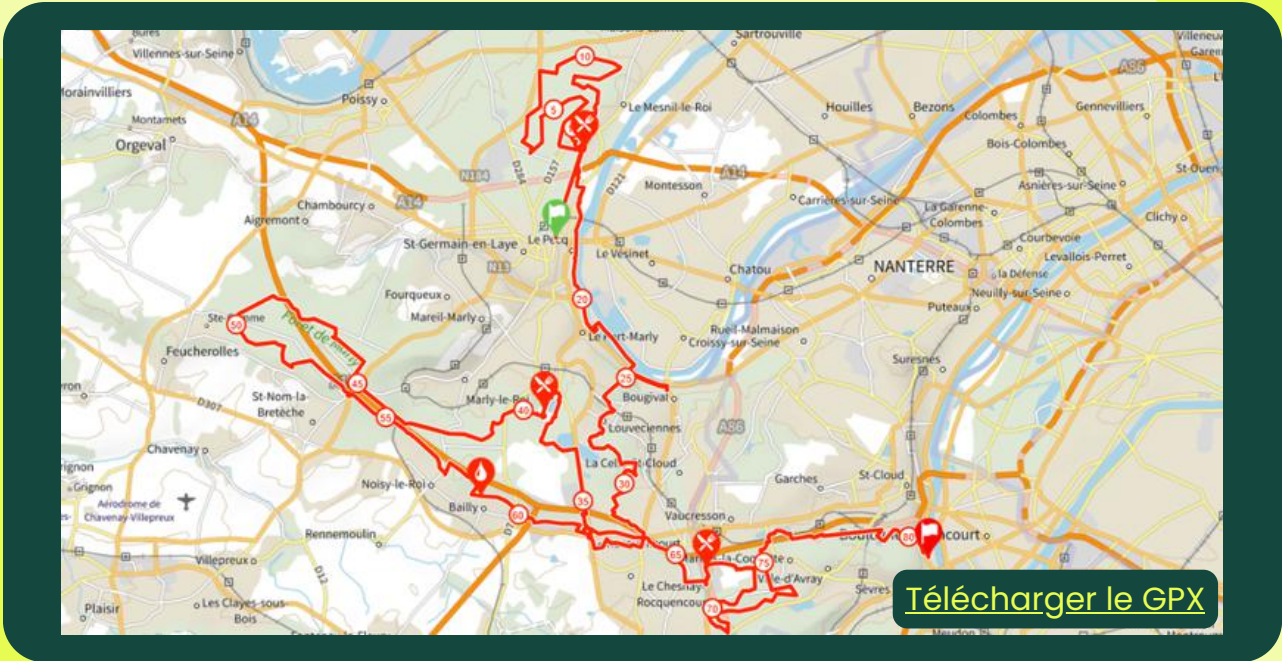
18h45

Cérémonie protocolaire

Domaine National de Saint-Cloud



PARCOURS



NB : le parcours est susceptible d'évoluer d'ici à l'événement, notamment à l'issue des reconnaissances finales et des contraintes éventuelles rencontrées sur le terrain.

TEMPS MAXIMUM AUTORISÉS

Est considéré comme "Finisher" le participant ayant franchi tous les points intermédiaires dans les temps limites ET la ligne d'arrivée dans le temps maximum imparti.

Lieu	km	Temps limite depuis le départ	
Rond Royal	15,9	2h15	   
Domaine de Marly	39,2	5h40	      
Cimetière de Bailly	59,2		 
Haras de Jardy	67	10h05	      
Domaine National de Saint-Cloud	81	12h30	    

-  Ravito liquide
  Ravito solide
  Repas chaud
  Accompagnants autorisés
-  Récupération consignes
  Poste de secours
  Kinés
  Ostéos
  Podologues
  Navette abandon



SUR LES RAVITOS - SOLIDE

Lieu	TUC	Sel	Soupe	Potage	Pâtes bolognaise ACCRO	Sucre en morceaux	Fruits secs & oléagineux	Pain d'épices au miel	Fromage	Pain	Saucisson	Pommes	Compote	Crêpes
Domaine National du Château de Saint-Germain-en-Laye						X								
Rond Royal	X	X	X			X	X	X	X	X	X	X	X	
Domaine de Marly	X	X	X			X	X	X	X	X	X	X	X	X
Point d'eau														
Haras de Jardy	X	X	X			X	X	X	X	X	X	X	X	
Domaine National de Saint-Cloud		X	X	X	X	X	X						X	

SUR LES RAVITOS - LIQUIDE

Lieu	Eau	Eau gazeuse Sodastream	Concentré Pepsi Sodastream	Café	Thé Yogi Tea	Jus de pomme	Sirops	Cola	Électrolytes TA Energy	Bière
Domaine National du Château de Saint-Germain-en-Laye	X			X	X		X			
Rond Royal	X	X	X	X	X	X	X		X	
Domaine de Marly	X	X		X	X	X	X	X		
Point d'eau	X									
Haras de Jardy	X	X		X	X	X	X	X	X	
Domaine National de Saint-Cloud	X	X		X	X	X	X	X	X	X



MATÉRIEL OBLIGATOIRE

Le matériel peut être contrôlé par les équipes de Direction de Course tout au long du parcours. **En cas de manquement, des pénalités de temps seront attribuées pouvant aller jusqu'à la disqualification du concurrent si l'absence totale de matériel est constatée.**

Équipement	Pénalité en cas d'absence du matériel
Réserve d'eau de 1,5 L <i>Pour rester hydraté tout au long du parcours</i>	15 min
Réserve alimentaire <i>En-cas type barres ou gels énergétiques</i>	
Gobelet personnel 15 cl minimum <i>Pour boire sur les ravitos</i>	5 min
Lampe frontale en bon état de marche avec piles de rechange <i>Utile quand il fait nuit ou en cas de faible luminosité</i>	15 min
Brassard réfléchissant <i>Pour rester visible en conditions sombres</i>	10 min
Couverture de survie <i>En cas d'hypothermie ou blessure</i>	15 min
Téléphone portable <i>Avec batterie chargée et numéro à contacter en cas d'urgence</i>	15 min
Pièce d'identité <i>Format papier ou copie acceptés</i>	Disqualification
Moyen de paiement <i>Pour pallier aux imprévus</i>	

Autre matériel fortement recommandé ou conseillé : casquette ou bandana, veste imperméable, sifflet, paire de lunettes de soleil, ...

Les bâtons de trail sont formellement interdits sur l'ensemble du parcours.



ACCÉDER À LA ZONE DE DÉPART DOMAINE NATIONAL DU CHÂTEAU DE SAINT-GERMAIN-EN-LAYE

Transports en commun

- RER ligne A

	Gare de départ		Gare d'arrivée
	Châtelet Les Halles	Charles de Gaulle Etoile	Saint-Germain-en-Laye
ZEMA	9h02	9h07	9h31
ZEMA	9h12	9h17	9h41
ZEMA	9h22	9h27	9h51
ZEMA	9h32	9h37	10h01
ZEMA	9h42	9h47	10h11

Plan d'accès



Attention ! Il n'y a pas de parkings mis à disposition par l'organisation.

CRIME

AVENTURE
& DÉCOUVERTE

FICTION

MÉCANIQUE

CRÉATEURS

HISTOIRE

MICRO
DRAMAS

RMC+

STREAMEZ VOS PASSIONS. GRATUITEMENT

DISPONIBLE SUR



Télécharger dans
l'App Store



DISPONIBLE SUR
Google Play

SFR



bouygues



free

molotov.tv

CANAL+

SAMSUNG



50
KM

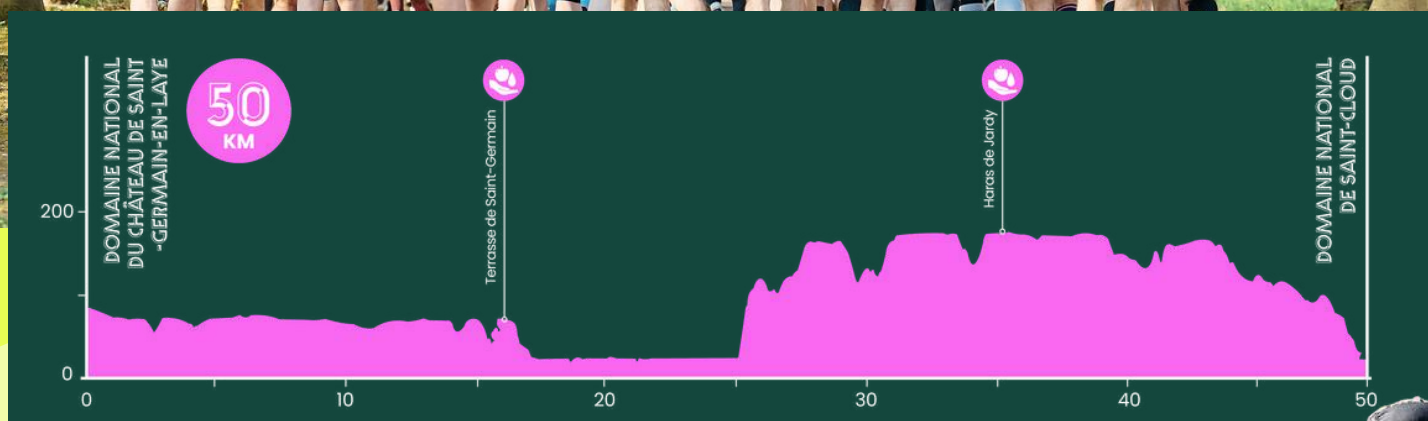
49,3 km – 515 m D+

Départ samedi 17 octobre 2026 entre 9h15 et 9h30 du Domaine national du Château de Saint-Germain-en-Laye

Temps max : 9h

iTRA 2

50K



PROGRAMME SAMEDI 17 OCTOBRE

7h30

Ouverture de la zone de départ

Domaine National du Château
de Saint-Germain-en-Laye

9h

Briefing d'avant course

Domaine National du Château
de Saint-Germain-en-Laye

9h15 – 9h30

Départs

Domaine National du Château
de Saint-Germain-en-Laye

12h20

Premiers finishers

Domaine National
de Saint-Cloud

13h45

Cérémonie protocolaire

Domaine National
de Saint-Cloud



PARCOURS



NB : le parcours est susceptible d'évoluer d'ici à l'événement, notamment à l'issue des reconnaissances finales et des contraintes éventuelles rencontrées sur le terrain.

TEMPS MAXIMUM AUTORISÉS

Est considéré comme "Finisher" le participant ayant franchi tous les points intermédiaires dans les temps limites ET la ligne d'arrivée dans le temps maximum imparti.

Lieu	km	Temps limite depuis le départ	Services
Rond Royal	15,9	2h35	🚰 🍴 👥 🚌
Haras de Jardy	35	6h15	🚰 🍴 👥 🏠 🏃 🚰 🦶 🚌
Domaine National de Saint-Cloud	49,3	9h	🚰 🍴 👥 🏠 🏃 🚰 🦶 🏠

🚰 Ravito liquide 🍴 Ravito solide 👥 Accompagnants autorisés
 🏠 Poste de secours 🏃 Kinés

🏠 Récupération consignes 🚌 Navette abandon
 🦶 Ostéos 🦶 Podologues



SUR LES RAVITOS - SOLIDE

Lieu	TUC	Sel	Soupe	Potage	Sucre en morceaux	Fruits secs & oléagineux	Pain d'épices au miel	Fromage	Pain	Saucisson	Pommes	Compote
Domaine National du Château de Saint-Germain-en-Laye					X							
Rond Royal	X	X	X		X	X	X	X	X	X	X	X
Haras de Jardy	X	X	X		X	X	X	X	X	X	X	X
Domaine National de Saint-Cloud	X	X		X	X	X	X	X	X	X	X	X

SUR LES RAVITOS - LIQUIDE

Lieu	Eau	Eau gazeuse Sodastream	Concentré Pepsi Sodastream	Café	Thé Yogi Tea	Jus de pomme	Sirops	Cola	Électrolytes TA Energy	Bière
Domaine National du Château de Saint-Germain-en-Laye	X			X	X		X			
Rond Royal	X	X	X	X	X	X	X		X	
Haras de Jardy	X	X		X	X	X	X	X	X	
Domaine National de Saint-Cloud	X	X		X	X	X	X	X	X	X



MATÉRIEL OBLIGATOIRE

Le matériel peut être contrôlé par les équipes de Direction de Course tout au long du parcours. **En cas de manquement, des pénalités de temps seront attribuées pouvant aller jusqu'à la disqualification du concurrent si l'absence totale de matériel est constatée.**

Équipement	Pénalité en cas d'absence du matériel
Réserve d'eau de 1,5 L <i>Pour rester hydraté tout au long du parcours</i>	15 min
Réserve alimentaire <i>En-cas type barres ou gels énergétiques</i>	
Gobelet personnel 15 cl minimum <i>Pour boire sur les ravitos</i>	5 min
Couverture de survie <i>En cas d'hypothermie ou blessure</i>	15 min
Téléphone portable <i>Avec batterie chargée et numéro à contacter en cas d'urgence</i>	15 min
Pièce d'identité <i>Format papier ou copie acceptés</i>	Disqualification
Moyen de paiement <i>Pour pallier aux imprévus</i>	

Autre matériel fortement recommandé ou conseillé : casquette ou bandana, veste imperméable, sifflet, paire de lunettes de soleil, ...

Les bâtons de trail sont formellement interdits sur l'ensemble du parcours.



ACCÉDER À LA ZONE DE DÉPART

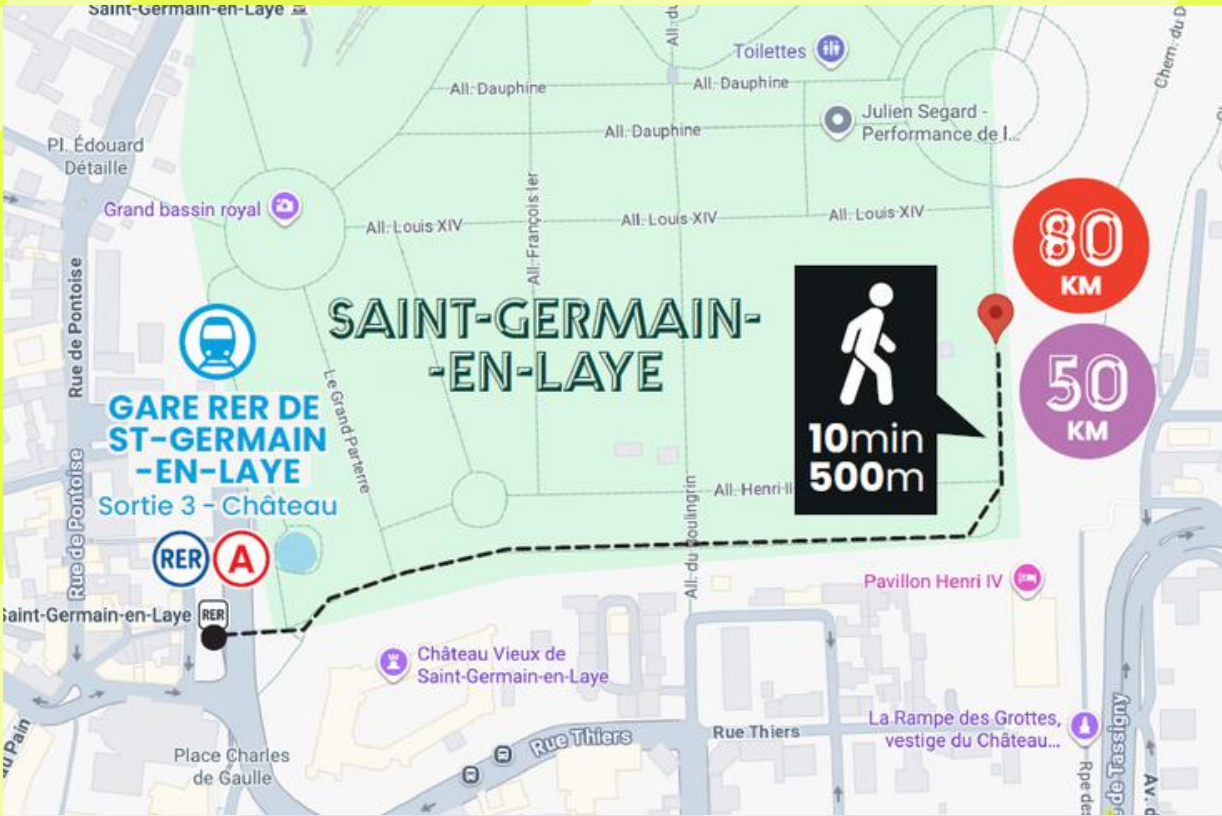
DOMAINE NATIONAL DU CHÂTEAU DE SAINT-GERMAIN-EN-LAYE

Transports en commun

- RER ligne A

	Gare de départ		Gare d'arrivée
	Châtelet Les Halles	Charles de Gaulle Etoile	Saint-Germain-en-Laye
ZEMA	07:01	07:07	07:31
ZEMA	07:16	07:22	07:46
ZEMA	07:30	07:36	08:00
ZEMA	07:42	07:47	08:11
ZEMA	07:52	07:57	08:21

Plan d'accès



Attention ! Il n'y a pas de parkings mis à disposition par l'organisation.

AVRE

1^{ER} MÉDIA D'EXPLICATION

IMPOSSIBLE À BATTRE !

2,45 M

AVRE



AVRE



Des documentaires sur le **sport** et bien plus encore.

À retrouver gratuitement sur nos réseaux.



YouTube



20
KM

20 km – 200 m D+

Départ samedi 17 octobre 2026 entre 9h et 9h15 du Tennis & golf des Haras de Jardy.

Temps max : 4h

iTRA 1

20K M



PROGRAMME SAMEDI 17 OCTOBRE

7h30

Ouverture de la zone de départ

Tennis & Golf des Haras de Jardy

8h45

Briefing d'avant course

Tennis & Golf des Haras de Jardy

9h – 9h15

Départs

Tennis & Golf des Haras de Jardy

10h05

Premiers finishers

Domaine National
de Saint-Cloud

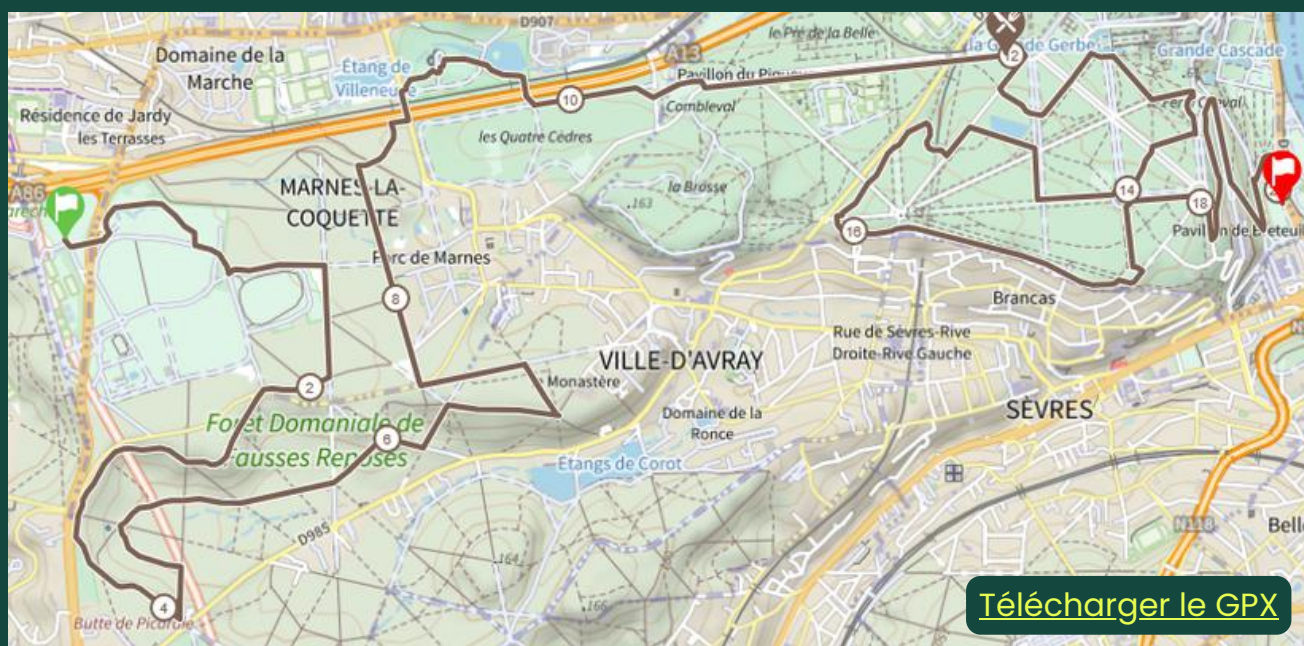
11h

Cérémonie protocolaire

Domaine National
de Saint-Cloud



PARCOURS



NB : le parcours est susceptible d'évoluer d'ici à l'événement, notamment à l'issue des reconnaissances finales et des contraintes éventuelles rencontrées sur le terrain.

TEMPS MAXIMUM AUTORISÉS

Est considéré comme "Finisher" le participant ayant franchi tous les points intermédiaires dans les temps limites ET la ligne d'arrivée dans le temps maximum imparti.

Lieu	km	Temps limite depuis le départ	Services
Grande Gerbe - Domaine National de Saint-Cloud	12	2h25	🚰 🍴 👥
Arrivée - Domaine National de Saint-Cloud	20	4h	🚰 🍴 👥 🚺 🏠

🚰 Ravito liquide 🍴 Ravito solide 👥 Accompagnants autorisés

🚺 Récupération consignes 🏠 Poste de secours



SUR LES RAVITOS - SOLIDE

Lieu	TUC	Sel	Soupe	Sucre en morceaux	Fruits secs & oléagineux	Saucisson	Pain d'épices	Pommes	Compote
Haras de Jardy				X					
Saint-Cloud – Grande Gerbe	X	X		X	X	X	X	X	X
Domaine National de Saint-Cloud – arrivée	X		X	X	X	X	X	X	X

SUR LES RAVITOS - LIQUIDE

Lieu	Eau	Eau gazeuse Sodastream	Café	Thé Yogi Tea	Jus de pomme	Sirops	Cola	Bière
Haras de Jardy	X		X	X		X		
Saint-Cloud – Grande Gerbe	X	X	X	X		X	X	
Domaine National de Saint-Cloud – arrivée	X	X	X	X	X	X	X	X

MATÉRIEL OBLIGATOIRE

Le matériel peut être contrôlé par les équipes de Direction de Course tout au long du parcours. **En cas de manquement, des pénalités de temps seront attribuées pouvant aller jusqu'à la disqualification du concurrent si l'absence totale de matériel est constatée.**

Équipement	Pénalité en cas d'absence du matériel
Réserve d'eau de 0,5 L <i>Pour rester hydraté tout au long du parcours</i>	15 min
Gobelet personnel 15 cl minimum <i>Pour boire sur les ravitos</i>	5 min
Couverture de survie <i>En cas d'hypothermie ou blessure</i>	15 min
Téléphone portable <i>Avec batterie chargée et numéro à contacter en cas d'urgence</i>	15 min
Pièce d'identité <i>Format papier ou copie acceptés</i>	Disqualification
Moyen de paiement <i>Pour pallier aux imprévus</i>	

Autre matériel fortement recommandé ou conseillé : réserve d'eau, réserve alimentaire, casquette ou bandana, veste imperméable, sifflet, paire de lunettes de soleil, ...

Les bâtons de trail sont formellement interdits sur l'ensemble du parcours.

ACCÉDER À LA ZONE DE DÉPART TENNIS & GOLF DES HARAS DE JARDY

Transports en commun

- Transilien L (arrêt Vaucresson)

 	Gare de départ	Gare d'arrivée
	Gare Saint Lazare	Vaucresson
SEBU	6h44	7h11
SEBU	6h59	7h26
SEBU	7h14	7h41
SEBU	7h29	7h56
SEBU	7h44	8h11



P Parking coureurs à disposition : Terrains de tennis : Point GPS



her 2026

PARIS