

Ghid de rider– Urban Trail XCC

15 martie 2015

Detalii cursa

- Organizator: MPG (0318.054.042).
- Data de desfasurare: **15 martie 2015**.
- Zona de start: Platforma **Pi12** din cadrul **Romexpo** (Coordonate GPS: 44.477646,26.069718) [Click aici pentru a vedea locatia zonei de start](#).
- Program de start: Programul complet al evenimentului poate fi regasit [aici](#). Acesta poate suferi modificari. De aceea este bine sa fie verificat cu o zi inainte de eveniment.
- Harta traseului este disponibila [aici](#), inclusiv track-urile GPX/ KML.

Ridicarea pachetului de concurs

Pachetul de concurs poate fi ridicat de la sediul MPG (strada Pipera, numarul 44, cladirea C9n'p, [click aici pentru a vedea locatia](#)). Riderii care au resedinta in afara Bucurestiului pot sa isi ridice pachetul de concurs si in ziua evenimentului, de la punctul de start. Programul ridicarii pachetelor de concurs este disponibil mai jos:

- Joi, 12 martie, in intervalul orar 09:00-18:30
- Vineri, 13 martie, in intervalul orar 09:00-21:00
- In ziua evenimentului, de la punctul de start, cu cel putin o ora inainte de startul cursei la care riderul va participa, doar pentru cei inscrisi, cu resedinta in afara Bucurestiului.

Accesul la zona de start

Toti concurentii la Urban Trail XCC vor beneficia de acces gratuit in spatiul expozitional Romexpo pe baza unei liste nominale si a specificarii numarului de concurs. Accesul se face exclusiv pe la **Poarta C**. [Click aici pentru a vedea intrarea C](#).

Parcarea

Accesul auto se poate face prin intrarea C. Zona este prevazuta cu o parcare care poate fi accesata cu plata unui tarif de **3 lei/ora**.

Ce sa-ti iei la tine in concurs

Bicicleta trebuie sa fie una de tip MTB si sa fie in stare buna de functionare. Casca este obligatorie. Este recomandata si o pereche de ochelari de ciclism. E bine sa ai la tine si o pompa, o camera, petice pentru reparat pana, presa de lant (in cazul in care il rupi), un set de imbusuri sau chei si putin ulei.

Traseul

Traseul va fi definitivat, curatat si marcat, cu o zi inaintea evenimentului. **Traseul este marcat cu banda de culoare alb si rosu.**

Recunoasterea traseului

In dimineata evenimentului va fi posibila parcurgerea traseului in scopul recunoasterii acestuia. Accesul concurentilor pe traseu se va face in intervalul 09:00-10:00.

Asistenta Tehnica

La zona de start se va gasi o trusa Sport Guru cu imbusuri, chei, petice, pompe si ulei. Aici orice concurent poate fi asistat de un mecanic pentru a-si face ultimele pregatiri inainte de cursa.

Puncte de alimentare

Traseul va avea un punct de alimentare, la start si un punct de hidratare in apropierea punctului de start.

Servicii/ facilitati disponibile la zona de start

Spalare biciclete: zona de spalare biciclete va fi amplasata la punctul de start

Toalete: toaletele vor fi pozitionate in apropierea punctului de start

Vestiar si garderoba: vestiarul este disponibil intr-un cort dedicat, iar garderoba va fi organizata in cortul mare MPG (rosu), folosit pentru inregistrare/ ridicare pachete.

Procedura de start

Vor exista 5 starturi distincte astfel:

- Nivel 1&4 Feminin
- Nivel 2&3 Feminin
- Nivel 1&2 Masculin
- Nivel 3 Masculin
- Nivel 4 Masculin

ATENTIE: Startul in alta cursa decat cea rezultata din nivel si sex atrage descalificarea.

Procedura de finish

Pentru fiecare combinatie de nivel si sex, nu se va permite accesul intr-o noua tura de traseu dupa ce primul concurent din acea cursa va trece linia de finish. Spre exemplu, daca esti concurent la nivelul 2 Masculin, odata ce primul a reusit sa treaca linia de Finish, cursa se va opri iar tu vei parcurge traseul pana la Finish dupa care te vei opri indiferent daca ai fost in prima, a doua sau a treia tura. Concurentilor li se va semnala sfarsitul cursei intr-un mod usor vizibil.

ATENTIE: Nerespectarea semnalizarii atrage descalificarea.

Comportamentul pe traseu

Depasirea. In cazul oricarei depasiri, comunicarea trebuie sa fie cat mai clara intre cei doi rideri. Cel care depaseste are obligatia sa anunte intentia de a depasi. Strigand "STANGA" il anunti pe cel din fata ca vii pe partea stanga. Strigand "DREAPTA" il anunti pe cel din fata ca vei depasi pe partea dreapta. Respecta-l pe cel care te depaseste.

Opritul. In cazul in care trebuie sa te opresti, inclusiv la punctele de alimentare, asigura-te ca nu jonezi alt participant si incearca, pe cat posibil, sa scoti bicicleta de pe traseu.

Deseurile. Daca ai ceva de aruncat, te rugam sa o faci la CP-uri sau la punctele de alimentare.

Cronometrarea

Ca in cazul majoritatii maratoanelor, si la concursurile Riders Club ceasul porneste pentru toti participantii la ora cand se striga start. La start, momentul trecerii peste prag inseamna doar verificarea faptului ca riderul a luat startul corect, la nivelul sau. Cipul inregistreaza timpul exact al fiecarui participant la finish.

Urgente

Numarul de urgenta

Pentru orice tip de urgenta in timpul concursului, suna la numarul de telefon: 0725 541 429. Acest numar se regaseste si pe numarul de concurs.

Abandonul. In cazul in care abandonezi, trimite un SMS la numarul de urgenta mentionat pe numarul de concurs, prin care anunti numarul, numele si motivul abandonului.

Accidentele. Este posibil ca in caz de accident al unui participant, tu sa fii la fata locului inainte echipelor medicale. In acest caz trebuie sa procedezi astfel:

- Daca esti primul la fata locului. Opreste-te, aduna cat mai multe informatii despre accident si trauma si transmite-le la numerele de urgenta aflate pe numarul de concurs.
- Daca esti al doilea la fata locului. Preia informatiile de la primul ajuns la fata locului si anunta cel mai apropiat punct de control, punct intermediar sau orice alt oficial al cursei.
- Daca ajungi mai tarziu. Opreste-te, vezi daca ai cum sa ajuti, iar daca nu, continua cursa.

Acorda prioritate ATV-urilor. ATV-urile oficiale ofera suport logistic echipelor de prim ajutor. Rugam toti participantii sa acorde prioritate acestor echipe.

Pentru a consulta ultimele detalii, vizitati [pagina web a evenimentului](#) si [pagina de Facebook Riders Club](#).