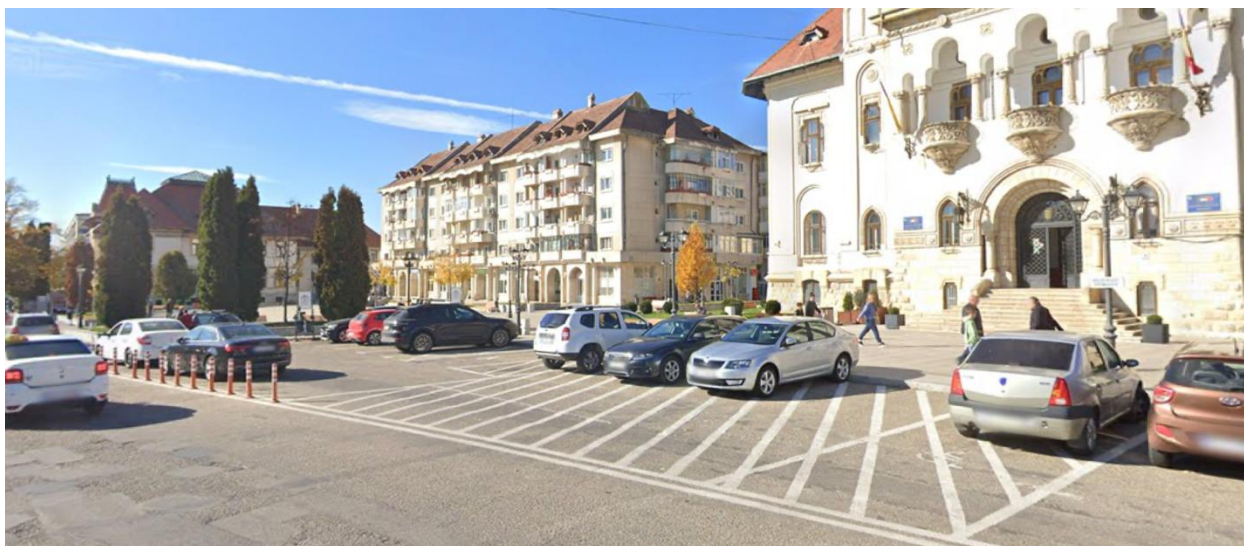




3. TRASEELE COMPETIȚIEI ȘI FORMATUL

Marcajul se va realiza cu bandă de marcaj Riders Club cu spray roz fluorescent și cu panouri indicatoare conform regulamentelor.

Traseele sunt de tip XCM cu 3 distanțe: 60 km , 28 km si 13 km.

➤ **60 km / 1800 m diferență de nivel – TRASEUL GAZDĂ AL CR XCM**

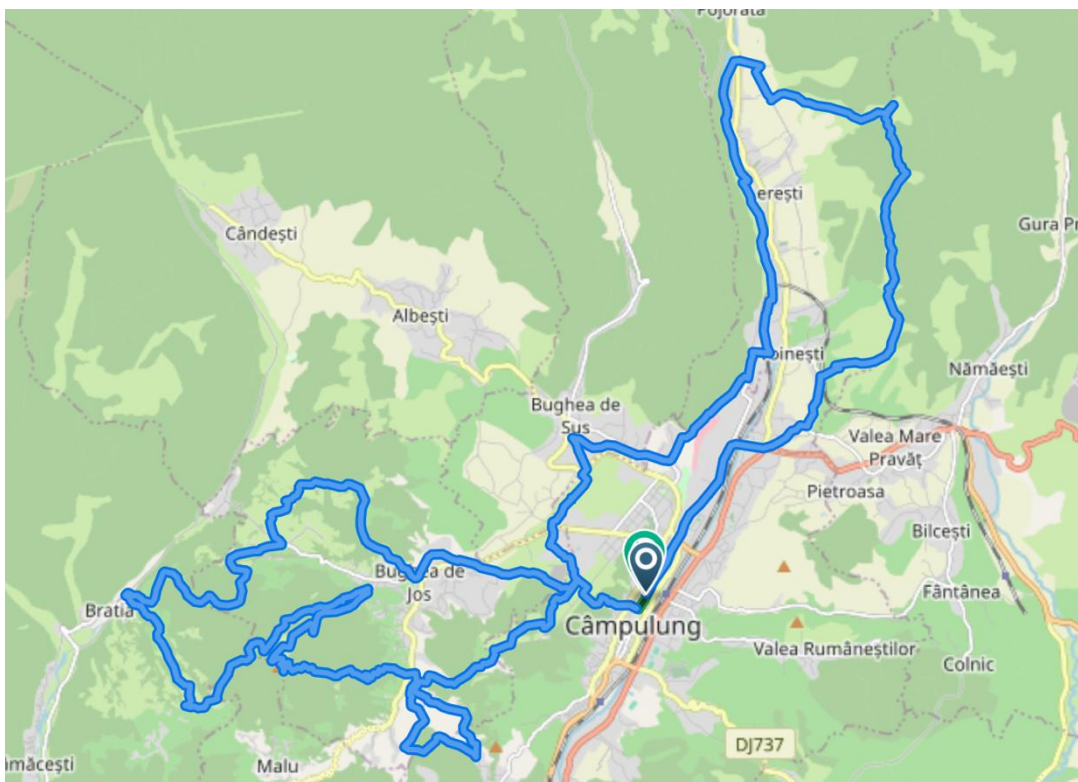
START din centrul orașului Campulung - Leresti - Muntele Stramtu -Voinesti -Cartier Grui – Bughea de sus – Bughea de Jos – Bratia – Otelu – Ciocanu – Marcusi - - FINISH in Campulung.

Acest traseu este recomandat doar ciclistilor bine pregatiti, gradul de dificultate fiind mediu- avansat! Pe acest traseu vor avea acces si cursele de E-bike!

- **13.30:** Timp limita de parcurgere a traseului verificat la Km 15
- **14.30:** Timp limita de parcurgere a traseului verificat la Km 25
- **15.15:** Timp limita de parcurgere a traseului verificat la Km 45

Link Bike Map :

https://web.bikemap.net/r/17083030?utm_campaign=header_map&utm_medium=route&utm_source=website



➤ **28 km / 650 m diferență de nivel – TRASEUL destinate amatorilor si riderilor cu antrenament redus**

➤ START din centrul orașului Campulung - Leresti - Muntele Stramtu -Voinesti -Cartier Grui – Bughea de sus – Bughea de Jos – Marcusi - FINISH in Campulung.

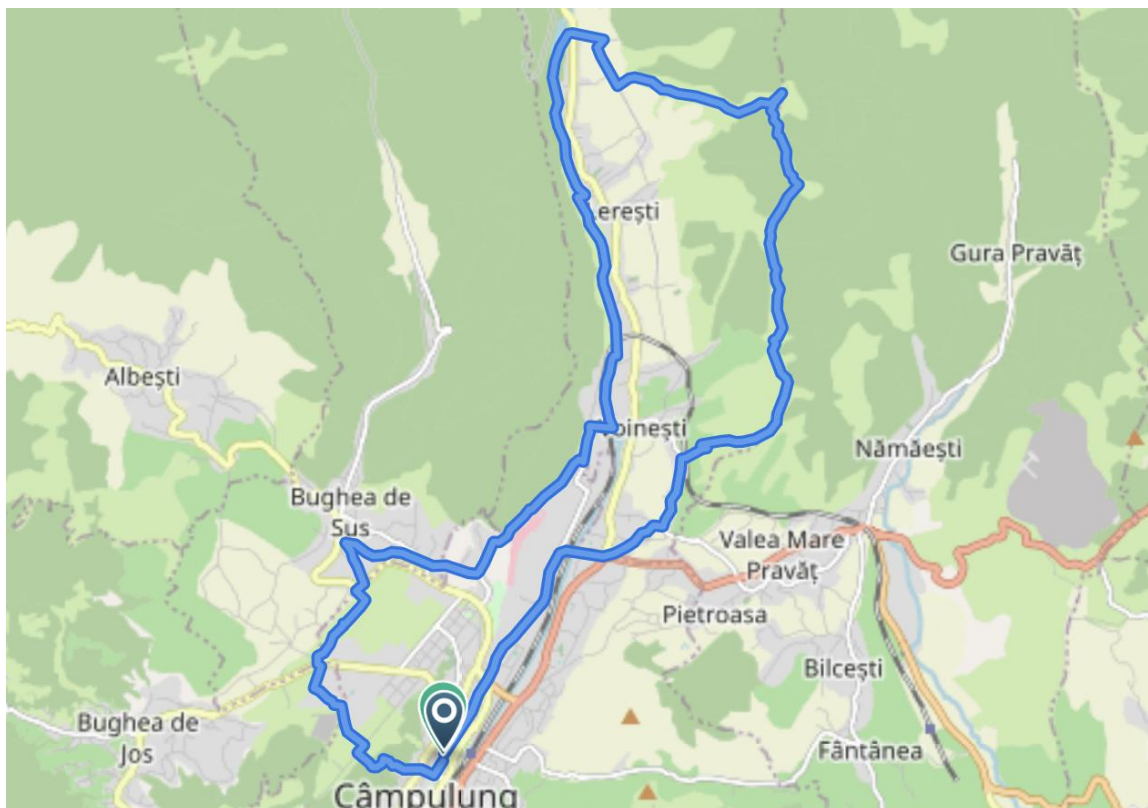
Acest traseu este recomandat tuturor ciclistilor, dar cu o atentie sporita pe prima coborare din muntele Stramtu!

- **13.30:** Timp limita de parcurgere a traseului verificat la Km 15

- **14.30:** Timp limita de parcurgere a traseului verificat la Km 25

Link Bike Map:

https://web.bikemap.net/r/13687815?utm_campaign=header_map&utm_medium=route&utm_source=website



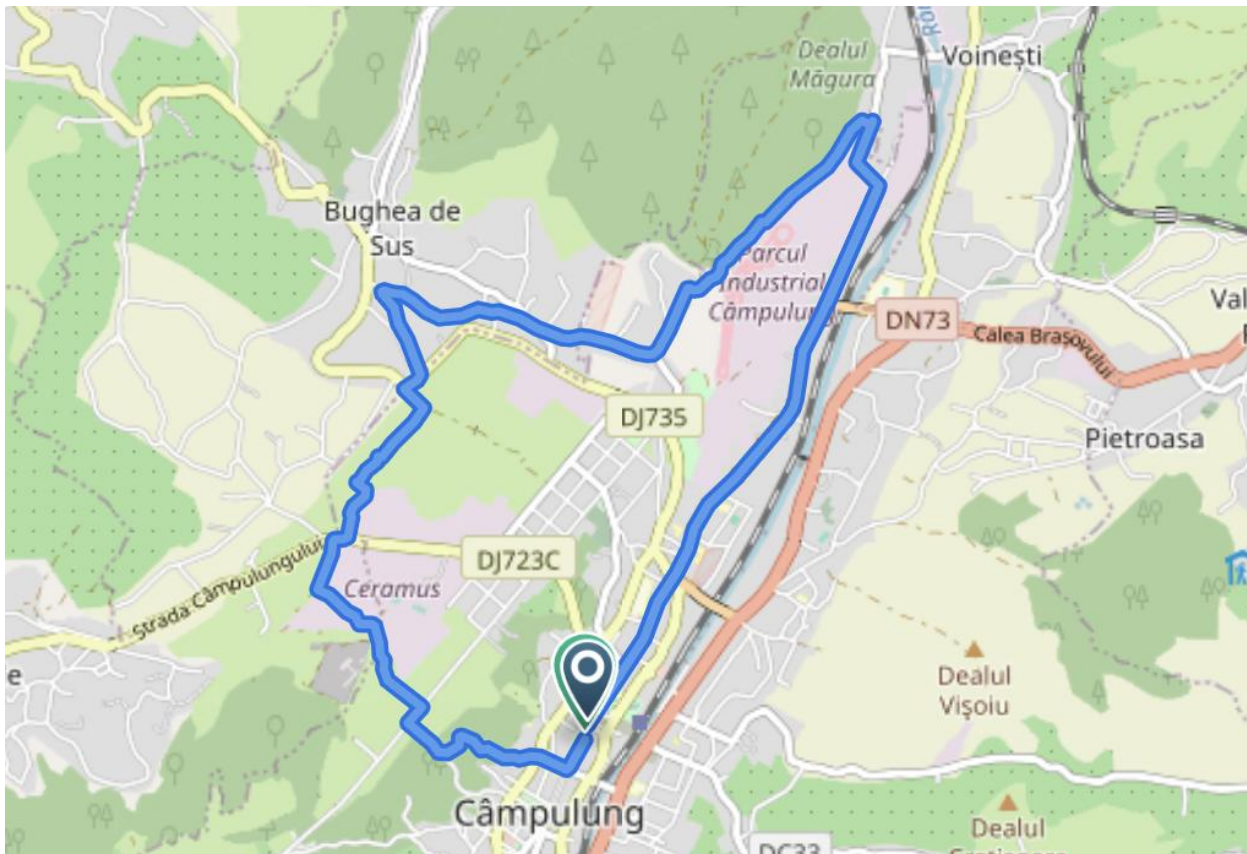
➤ **13 km / 200 m diferență de nivel**

- START din centrul orașului Campulung - Voinesti - Cartier Grui – Bughea de sus – Bughea de Jos – Marcusi - FINISH in Campulung.

Acest traseu este deschis copiilor si familiilor!

Link Bike Map:

https://web.bikemap.net/r/11903163?utm_campaign=header_map&utm_medium=route&utm_source=website



4. PROGRAM

Vineri, 18 Septembrie

- 17.00: Deschidere procedura validare licente XCM/Ridicare pachet concurs | cortul MPG plasat la zona de start a cursei Mtb Academy Cup situata pe Str Richard (coordonate 45.267162, 25.019316)
- 19.00: Inchidere procedura validare licente XCM Ridicare pachet concurs

Sâmbătă, 19 Septembrie

- 18.00: Deschidere procedura validare licente XCM | Piața Vasile Milea – Primăria Câmpulung Mușcel
- 19.00: Inchidere procedura validare licente XCM
- 19.00: Ședință tehnică - Piața Vasile Milea – Primăria Câmpulung Mușcel

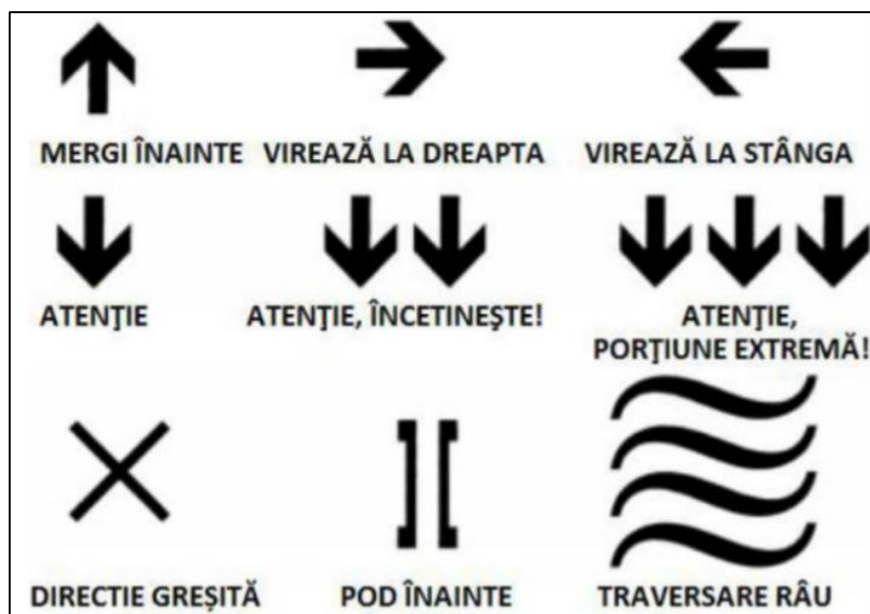
Duminică, 20 Septembrie

- 08.30: Ridicarea pachetelor de concurs
- 10.00: Inchiderea ridicărilor de pachete
- 10.45: Sedinta tehnica

- **11.00:** Start pentru traseele Epic, Standard și Scurt
- **13.30:** Timp limita de parcurgere a traseelor Epic și Standard verificat la Km 14
- **14.30:** Timp limita de parcurgere a traseelor Epic și Standard verificat la Km 25
- **15.15:** Timp limita de parcurgere a traseului Epic verificat la Km 42
- **16.30:** Inchiderea traseului
- **16.30:** Festivitatea de premiere **Piața Vasile Milea – Primăria Câmpulung Mușcel**

Acesta poate suferi modificări, de aceea este bine să îl verifici cu o zi înainte de eveniment.

Marcajul traseelor se va face cu săgeți și puncte de culoare roz fluorescent, cu banda de marcaj Riders Club, dar și prin semnele de mai jos:



5. CATEGORIILE DE CONCURS

Traseul Epic – a 6-a Etapa din Cupa Națională:

- Elite/U23 Masculin / Feminin
- Master 1 Masculin / Feminin
- Master 2 Masculin / Feminin
- Master 3 Masculin / Feminin
- Master 4 Masculin / Feminin
- Amatori Masculin / Feminin, Open
- Masculin | Nivel 1, Feminin | Nivel 1, 19+ ani
- Masculin | Nivel 2, pentru categoriile de vârstă 19-29, 30-39, 40-49, 50-59, 60+ ani

Traseul Standard:

- Masculin | Elite, pentru categoria de vârstă 15-18 ani
- Masculin | Nivel 1, Open
- Masculin | Nivel 2, Open

- Masculin | Nivel 3, Masculin | Nivel 4, pentru categoriile de varsta 14-18, 19-29, 30-39, 40-49, 50-59, 60+ ani
- Feminin | Elite pentru categoria de varsta 15-18 ani
- Feminin | Nivel 1, Open
- Feminin | Nivel 2, Open
- Feminin | Nivel 3, Feminin | Nivel 4, pentru categoriile de varsta 14-29, 30-39, 40-49, 50+ ani

Traseul scurt:

- **KIDS RACES**

- Nivel 4| Masculin pentru categoriile de varsta 5-7, 8-10 si 11-13 ani
- Nivel 4| Feminin pentru categoriile de varsta 5-7, 8-10 si 11-13 ani
- Inscriseri rezervate INSOTITORILOR, in cursa: INSOTITOR CURSE COPII | Traseu Scurt | 18+ani | Non-competitiv

- **AMATORI**

- Nivel 4| Masculin, Nivel 3 | Masculin – curse tip OPEN
- Nivel 4| Feminin, Nivel 3 | Feminin – curse tip OPEN

6. ÎNSCRIEREA PARTICIPANȚILOR

Înscrierile online și toate înscrierile sunt deschise pe <https://www.ridersclub.ro/ro/competitie-ciclism/lupii-dacilor-trofeul-muscelului-2025#inscrieri> până Joi 18 Septembrie 2025, ora 23:00 sa până la momentul epuizării locurilor disponibile. Participanții completează formularul online. Valoarea taxei de participare se achită în funcție de perioada în care se plătește după cum urmează:

7. SERVICII ȘI FACILITĂȚI OFERITE

- Asistentă medical → două echipaje de Ambulanță (din care una la zona de Start/Finish) si patru echipaje mobile Salvamont Argeș:

Facilități	Disponibil
Asistență medicală	X
Asistență tehnică	X
Toalete	X
Zonă de alimentare și hidratare	X
Zonă dedicată standurilor echipelor	X
Bike wash	X
Panouri informative	X
Zone de socializare	X

8. ALTE PRECIZĂRI

- Sportivii clasati pe primele 5 locuri la fiecare categorie sunt obligati sa participe la festivitățile de premiere.
- Organizatorul poate refuza participarea la concurs a oricărui sportiv a cărui prezență ar putea aduce atingere imaginii sau reputației organizatorului ori evenimentului.
- La antrenamentul oficial cat si la concurs sportivii sunt obligati sa poarte numerele vizibil pe ghidon si pe spate.
- Aranjarea la start va avea prima boxa elite, a doua boxa licențiații Frc. Call up licențiați (fara elite) cu 10 min înainte de start, call up elite cu 5 minute înainte de start.

9. DATE DE CONTACT ORGANIZATOR

- Jugănaru Răzvan
- Tel +40755122111
- razvan.juganaru@yahoo.com

10. INFORMAȚII UTILE

Posibilități de cazare

- <http://ciobanasu.ro/>
- <https://popasulciclistului.ro>
- <https://www.facebook.com/lyvinfront/>
- <http://www.pensiunea-valea-ursului.ro/>
- https://www.hotelscombined.com/Hotel/Pensiunea_Brancoveneasca.htm
- http://www.unbaiatsiofata.ro/Site_pensiune/servicii.html
- http://www.muscelul.ro/hotel_muscelul/hotel_muscelul.html
- Casa in A – 6pers – 0745 149 129
- <https://www.olx.ro/oferta/cazare-pensiune-IDceOZB.html>

11. REGLEMENTĂRI

Competiția se desfășoară în conformitate cu regulamentele FRC și UCI .

Regulamentele complete pot fi consultate la adresele:

- Regulament eveniment <https://www.ridersclub.ro/ro/competitie-ciclism/lupii-dacilor-trofeul-muscelului-2025#info>
- Regulament tehnic național al disciplinei - <https://federatiadeciclism.ro/mountain-bike/>

12. ECHIPAMENT

- Casca de ciclism este OBLIGATORIE pentru toate categoriile de concurenți, atât în timpul competiției, cât și în timpul turelor de recunoaștere.

13. SIGURANȚA ȘI SĂNĂTATEA CONCURRENTILOR

- Participarea se face pe proprie răspundere, conform regulamentelor FRC.
- Siguranța sportivilor este asigurată de două ambulanțe cu medic, două ATV-uri și un post de prim ajutor de bază și cel puțin patru (4) persoane calificate pentru acordarea primului ajutor, de la Crucea Roșie.
- Nu se vor utiliza arcade gonflabile care traversează traseul.

14. REZULTATE

- Rezultatele vor fi publicate pe pagina oficială a competiției până la finalul zilei de concurs, respectiv site / Facebook / Instagram.

15. PREMIILE

- Premii în bani și produse pentru participanții la traseul lung și în produse pentru restul participanților.

16. CEREMONIA DE PREMIERE

16.30: Festivitatea de premiere Piața Vasile Milea – Primăria Câmpulung Mușcel

- Bicicletele sau orice alte obiecte promoționale ori echipamente de concurs, în afară de echipamentul cu care sportivul a concurat, nu pot fi luate pe podium. Va fi pusă la dispoziție o zonă în apropierea podiumului unde va fi expusă bicicleta câștigătorului pe durata festivității de premiere.

17. SANCTIUNI ȘI CONTESTAȚII

- Sancțiuni aplicate vor fi cele specifice regulamentului de disciplină al FRC și UCI.
- Contestățiile se depun în scris, în nume propriu de către sportivii nelicențiați, tutore legal sau părinte în cazul minorilor nelicențiați. Pentru sportivii licențiați, contestația se depune exclusiv de către delegatul echipei (team manager / antrenor / director sportiv) al cărei sportiv inițiază contestația. Conform Normelor Financiare FRC, depunerea contestației trebuie însoțită de dovada plății unei cauțiuni de 300 lei (care va fi înapoiată în cazul admiterii contestației). Contestația trebuie depusă în maxim 15 minute de la afisarea rezultatelor.

18. DISPOZIȚII FINALE

- În cazul apariției unei situații neprevăzute și/sau nemenționate la prezentul ghid tehnic, se vor aplica regulamentele UCI, ale Federației Române de Ciclism și legislației României.

- Prezentul ghid tehnic al competiției poate fi modificat în orice privință se consideră necesar de către Organizator, dar numai după informarea și aprobarea Federației Române de Ciclism.

19. ECO

- Fumatul / vapatul este strict interzis în preajma sportivilor, si / sau în apropierea zonei de START/Finiș, call box.
- Mașinile vor staționa în parări cu motorul oprit, pentru reducerea volumului de noxe inhalat de sportivi.

20. PUNCTE DE ALIMENTARE

Daca esti participant la traseul Standard vei gasi un punct de alimentare la zona de Start/Finish, un punct de alimentare la kilometrul 10 si un punct de alimentare la kilometrul 24.

In cazul in care participi la traseul Epic vei gasi un punct de alimentare la zona de Start/Finish, un punct de alimentare la kilometrul 10, un punct de alimentare la kilometrul 26 si un alt punct de alimentare la kilometrul 44.

Toate aceste puncte te asteapta cu apa, fructe, glucoza, produse oferite de Auchan, s.a.

21. 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. Este indicat ca persoana care depaseste sa isi anunte cat mai clar intentiile si sa se asigure ca cel pe care il va depasi il si aude, respectiv: "Depasesc / Vin pe stanga" sau " Depasesc / Vin pe 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 jenezi 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.

22. 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 insemna doar verificarea faptului ca riderul a luat startul corect, la nivelul sau. Cipul inregistreaza timpul exact al fiecarui participant la finish. Fii atent sa treci prin

Traseul va fi definitivat, curatat si marcat, cu o zi inaintea evenimentului. Traseul este marcat cu banda MPG de

culoare alb si rosu si spray ecologic pe baza de creta de culoare albastra. In incercarea de a proteja padurile si

zonele naturale in care ne desfasuram activitatea, marcajul nu va fi excesiv. In acest sens te rugam sa consulti harta

traseului inainte, sa fii atent la semnele care exista si sa urmezi indicatiile voluntarilor. Fii atent sa treci prin toate

toate punctele de control. Lipsa inregistrarii in oricare dintre punctele de control va atrage descalificarea concurentului.

Caz ipotetic:

Un rider, X are ora de start oficiala anuntata pe site la 11:10. Din motive organizatorice, se striga start la ora 11:15. X trece peste covorul de cronometrare la 11:17. La 13:17, X trece peste covorul de cronometrare la finish.

Timpul cu care X apare in clasament este de 2:02. Cu alte cuvinte, ora de start pentru X este 11:15, iar ora de finish este 13:17.

Regulament complet poate fi consultat [aici](#).

23. URGENTE

Numerele de urgenta

Pentru orice tip de urgenta in timpul concursului, suna la numerele de telefon: 0746 577 150 sau 0755 122 111 . Aceste numere se regasesc si pe numarul de concurs.

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

Accidentele. Este posibil ca in caz de accident al unui participant, tu sa fii la fata locului inaintea 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. Transmite-le apoi 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.