

## Ghid de concurs *Riders Club – 4 Pedale, editia a 3-a*

19 septembrie 2015

### Detalii cursa

*Organizator:* **Media Production Group**: 031 805 40 42

*Data de desfasurare:* **19 septembrie 2015**

*Zona de start:* Parcarea din fata Academiei de Politie Alexandru Ioan Cuza, Aleea Privighetorilor, numerele 1-3, sector 1, Bucuresti (Coordonate GPS: 44.517464, 26.084068). [Click aici pentru a vedea locatia de start.](#)

*Ora de start:* **11:00**. Programul complet al evenimentului poate fi regasit [aici](#).

Hartile traseelor se regasesc [aici](#) si includ track-urile GPX/ KML, iar in formatul [JPG](#) puteti regasi Check Point-urile si celelalte puncte de asistenta de pe traseu.

### Ridicarea pachetului de concurs

Odata confirmata inscrierea, iti poti ridica pachetul de concurs 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:

- Miercuri, 16 septembrie, 14:00-20:00
- Joi, 17 septembrie, 14:00-20:00
- Vineri, 18 septembrie, 14:00-19:00
- In ziua evenimentului, de la punctul de start, in intervalul 08:30-10:00, doar pentru riderii inscrisi, cu resedinta in afara Bucurestiului.

### Ce sa-ti iei la tine in concurs

Bicicleta trebuie sa fie una de tip MTB si sa fie in stare buna de functionare. Este nevoie sa ai la tine un telefon incarcat si o copie a hartii concursului. Casca este obligatorie. Iti recomandam 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. **Iti recomandam sa ai cu tine si spray anti-tantari.**

### Parcarea

Masinile pot fi parcate in zona punctului de start de pe Aleea Privighetorilor.

### Servicii/ facilitati disponibile la zona de start

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

**Toalete:** toaletele vor fi pozitionate in apropierea punctului de start.

**Spalare biciclete:** zona de spalare biciclete va fi amplasata in apropierea punctului de start.

**Recuperare dupa efort:** reprezentantii ASFR va asteapta la cortul lor pentru a va oferi un masaj de recuperare.

## Asistenta Tehnica

**La zona de start** te va astepta **Ambulanta de Biciclete**, echipata cu imbusuri, chei, petice, pompe si ulei. Aici orice concurent poate fi asistat de un mecanic pentru a-si face ultimele reglaje inainte de cursa.

**Pe traseu**, in apropierea **kilometrului 6**, vei gasi o trusa tehnica echipata cu pompa, imbusuri si petice. Consultati harta [aici](#).

## Asezarea la start

Pentru asezarea la Start te rugam sa respecti hartile, indicatoarele si indicatiile voluntarilor sau reprezentantilor organizatorilor.

**Daca esti concurent in schimbul 1** iar nivelul tau este 1 sau 2 aseaza-te sub **arcada mare Riders Club**. Uita-te in jur si asigura-te ca numarul tau de concurs are aceeasi culoare cu a celorlalti, **rosu**.

Concurentii de nivel 3 (numere **albastre**) se vor aseza sub arcada Gatorade iar concurentii de nivel 4 (numere **verzi**) in spatele lor.

**Daca esti concurent in schimbul 2** aseaza-te in spatiul corespunzator numarului tau de concurs, asa cum este indicat in figura de mai jos. Spre exemplu, daca numarul tau este 12A sau 12B, spatiul in care trebuie sa iti astepti coechipierul este al doilea. **Asezarea participantilor din schimbul 2 se va face numai dupa ce toti concurentii din schimbul 1 au pornit in cursa.**

## Procedura de start

Startul competitiei se va da la ora stabilita in program. Vor pleca, in prima faza, concurentii de nivel 1 si 2, ii vor succede concurentii de nivel 3 iar apoi vor lua startul concurentii de nivel 4. Oricare dintre cei doi membri ai unei echipe poate pleca in schimbul 1, urmand ca in schimbul 2 sa plece coechipierul acestuia, **indiferent ce numar i-a fost alocat de sistem** (A sau B). Numarul de concurs al fiecarui rider este comunicat pe e-mail in momentul confirmarii platii si indicat in momentul ridicarii pachetului de concurs.

## Schimbare de stafeta

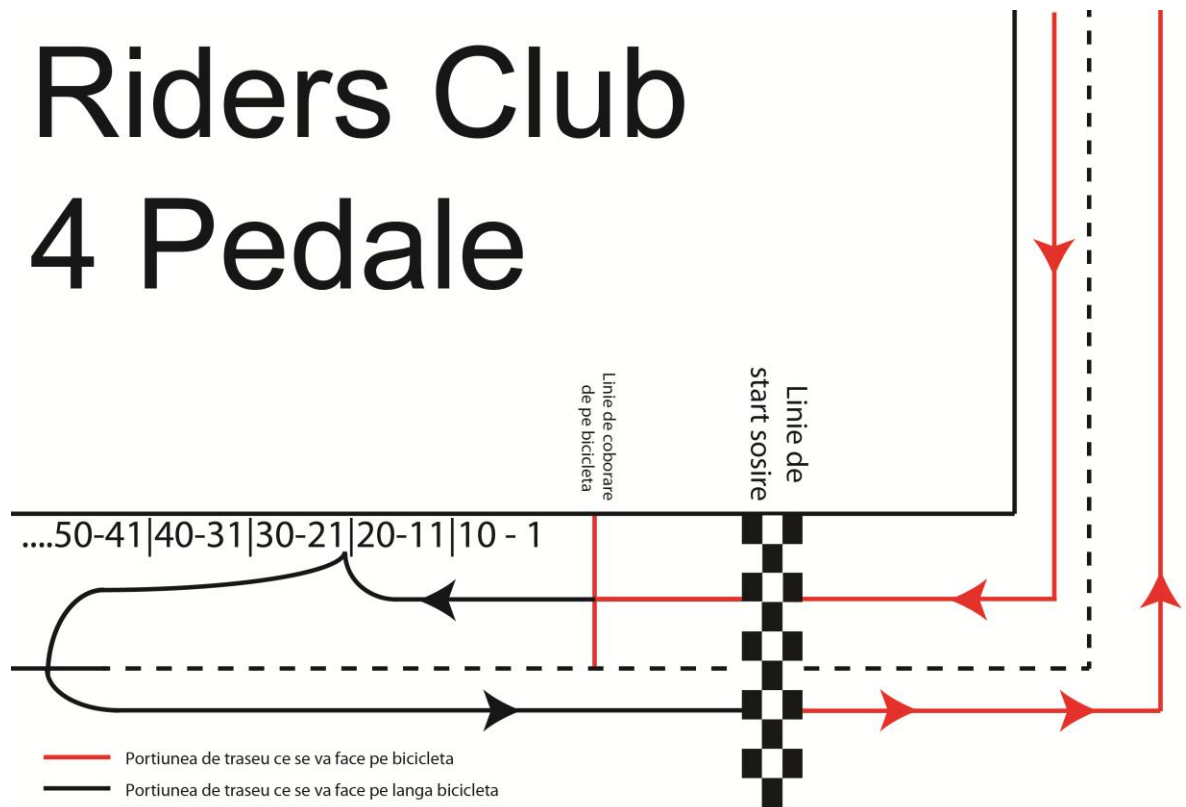
Concurentii din schimbul 2, care asteapta sa preia stafeta vor fi aliniati in zona indicata pe harta de mai jos. Dupa trecerea liniei de sosire, concurentii din schimbul 1 **se vor da jos de pe bicicleta** si se vor indrepta catre coechipier. Coechipierul din schimbul 2 va astepta pe loc pana in momentul in care concurentul din schimbul 1 il va atinge. Dupa acest moment, coechipierul din schimbul 2 se va deplasa pe langa bicicleta pana va trece de linia start. Doar dupa acest moment concurentul de la schimbul 2 se va urca pe bicicleta si va parcurge traseul de 21 km.

Corectitudinea procedurii de mai sus va fi verificata de sistemul de cronometrare si de arbitrii din zona de start/finish.

**ATENTIE!** Trecerea peste covorul de cronometrare de catre al doilea schimb se va face **DOAR** dupa primirea stafetei. Orice trecere peste linia de start/ sosire inainte de primirea stafetei se va sanctiona cu descalificarea echipei!

# Riders Club

## 4 Pedale



### Traseul

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 alba.

### Puncte de alimentare/hidratare

Vei gasi un punct de alimentare la zona de **Start/Finish** si un punct de alimentare in apropierea **kilometrului 11**. Aceste puncte te asteapta cu apa Bucovina, bautura isotonica Gatorade, fructe de la Abbara, glucoza Boromir, napolitane Alka s.a.

### 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 vei depasi 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 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.

## Cronometrarea echipelor

Ceasul porneste pentru echipele inscrise la ora cand se striga start. La start, momentul trecerii peste prag insemna doar verificarea faptului ca riderul a luat startul corect. Cipul inregistreaza timpul exact al fiecarui participant la finish.

Timpul echipei va fi calculat facand diferenta dintre ora de start a competitiei si ora trecerii la finish peste covorul de cronometrare a celui de-al doilea membru al echipei, timpul de predare al stafetei fiind inclus in timpul echipei.

## Cronometrarea individuala si acordarea punctelor de performanta

Timpul in care un rider parcurge tura de 21 km va fi inclus la finalul evenimentului intr-un clasament individual, disponibil pe site-ul Riders Club, la nivelul respectiv. Va fi luat in considerare timpul efectiv (net) al fiecarui participant, din momentul trecerii peste pragul de cronometrare la start, pana in momentul trecerii pragului de cronometrare la finish. Pentru acest clasament individual, se vor acorda puncte de performanta, conform oricarei curse individuale desfasurate pana in acest moment in sistemul Riders Club si respectand criteriile de acordare a punctelor din Regulamentul General al sistemului Riders Club.

**ATENTIE!** Punctele se vor acorda membrilor unei echipe doar in cazul in care echipa se situeaza cu o cursa terminata in clasamentul de echipe si echipa nu apare in clasament ca DNS sau DNF.

O echipa va fi clasata ca DNS in cazul in care niciun rider din echipa nu va lua startul in timpul alocat concursului, conform programului evenimentului. O echipa va fi clasata ca DNF in cazul in care cel putin un membru al echipei ia startul, dar nu termina cursa in timpul alocat concursului.

## Ridicarea pastelor, a berii CIUC Natur Radler & bauturii sportive Gatorade

Pentru a beneficia de portia de paste de la finalul evenimentului, te rugam sa prezinti la zona de Catering **voucherul** pe care il vei primi odata cu medalia de Finisher. In schimbul voucherului vei primi si berea CIUC Natur Radler (pentru concurentii cu varste peste 18 ani) dar si sticla de bautura sportiva Gatorade.

## Urgente

**Numere de urgenta.** Pentru orice tip de urgenta in timpul concursului, suna la numerele de telefon: 0725 541 429 sau 0725 546 269. Aceste numere se regasesc si pe numarul de concurs.

**Abandonul.** In cazul in care abandonezi, trimite un SMS la numerele de urgenta mentionate 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](#).