

GHID DE PARTICIPARE – HAIDUCI ȘI DOMNIȚE, ED. A 6-A

6 octombrie 2018

Detalii cursă

- Organizatori: **MTB Academy & MPG** (031 805 40 42).
- Data de desfășurare: **6 octombrie 2018**.
- Zona de start: Marginea de sud a Pădurii Surlari, în apropierea localității Moara Vlăsiei, județul Ilfov (coordonate GPS: **44.645515, 26.214204**). Pentru a consulta harta către zona de start, dați [click aici](#).
- Program de start: Programul complet al evenimentului poate fi regăsit [aici](#). **Atenție! Competiția are un format special. Verifică programul.** Acesta poate suferi modificări. De aceea este bine să îl verifici și cu o zi înainte de eveniment.
- Hărțile traseului sunt disponibile [aici](#), inclusiv track-urile GPX/ KML.

Ridicarea pachetului de concurs

Odată confirmată înscrierea, îți poți ridica pachetul de concurs de la **sediul MPG** (strada Pipera, numărul 44, clădirea C9n'p, [click aici pentru a vedea locația](#)). Riderii care au reședința în afara Bucureștiului pot să își ridice pachetul de concurs și în ziua evenimentului, de la punctul de start. Programul ridicării pachetelor de concurs este disponibil mai jos:

- Joi, 4 octombrie, în intervalul orar **14:00-19:00**
- Vineri, 5 octombrie, în intervalul orar **14:00-19:00**
- În ziua evenimentului, de la cortul de înregistrare, în intervalul orar **08:30-09:30** pentru concurenții de pe **traseul Scurt** și **08:30-10:30** pentru toți ceilalți participanți, doar pentru cei înscriși, cu reședința în afara Bucureștiului.

Ce să-ți iei la tine în concurs

Bicicleta trebuie să fie una de tip MTB și să fie în stare bună de funcționare. Orice alt tip de bicicletă va atrage descalificarea concurentului, cu excepția participanților noncompetitivi. **Casca este obligatorie**. Este recomandată și o pereche de ochelari de ciclism. E bine să ai la tine și o pompă, o cameră, petice pentru reparat pana, presă de lanț (în cazul în care îl rupi), un set de imbusuri sau chei și puțin ulei. Recomandăm să ai la tine suficientă apă pentru a reuși să raspunzi condițiilor speciale: căldură, noroi, ș.a.

Parcarea

Accesul auto se poate face prin drumul comunal DC184. Continuă-ți deplasarea până vei întâlni un voluntar sau un reprezentant al organizatorilor. Respectă indicațiile voluntarilor pentru a accesa zona de parcare, situată foarte aproape de locația de Start. **Te rugăm să nu folosești alte zone decât cele indicate.**

Servicii/ facilități disponibile la zona de start

Spălarea bicicletelor: zona de spălare biciclete va fi amplasată în apropierea zonei de Start.

Toaleta: toaletele vor fi poziționate în apropierea zonei de Start.

Vestiar și garderobă: vestiarul este disponibil într-un cort dedicat, semnalizat corespunzător, poziționat în apropierea corturilor sponsorilor și partenerilor evenimentului.

Zona de relaxare: spațiul pentru relaxare va fi organizat sub corturile Gatorade.

Catering: vei găsi la zona de Start o ofertă variată de mâncare și băutură.

Asistență tehnică

La zona de start te va aștepta **Ambulanța de Biciclete**, echipată cu imbusuri, chei, petice, pompe și ulei. Aici orice concurent poate fi asistat de un mecanic pentru a-și face ultimele reglaje înainte de cursă.

Pe traseu, la **kilometrul 7** pentru traseul Scurt și **kilometrul 20** pentru traseul Standard, vei găsi o trusă tehnică echipată cu pompă, chei, imbusuri și petice.

Așezarea la start

Pentru așezarea la Start te rugăm să respecti hărțile, indicatoarele și indicațiile voluntarilor sau reprezentanților organizatorilor.

Startul pe traseul Scurt are loc la ora 10:00.

Dacă ești concurent pe traseul **Scurt 17 km**, așază-te sub **arcada mare Riders Club**. Uită-te în jur și asigură-te că numărul tău de concurs are aceeași culoare cu a celorlalți, **albastru**.

Startul pe traseul Standard 30 km / Epic 60 km are loc începând cu ora 11:30.

Dacă ești rider de nivel 1 Elite pe traseul **Epic 60 km** sau rider de nivel 1 Elite și nivel 1 amatori, pe traseul **Standard 30 km** (numere albe), așază-te sub **arcada mare Riders Club**.

Concurenții de nivel 2, participanți pe **traseul Standard 30 km** se vor așeza în spatele riderilor menționați mai sus. Numerele riderilor de nivel 2 au culoarea **portocaliu**.

În cazul în care concurezi pe traseul **Standard 30 km** și nivelul tău este 3, așază-te în spatele arcadei **Galbene**; uită-te în jur și asigură-te că numărul tău de concurs are aceeași culoare cu a celorlalți, **verde**.

Dacă traseul pe care ți l-ai ales este **Standard 30 km** și concurenți la nivelul 4, așază-te în spatele benzii de marcaj ce separa spațiul riderilor de nivel 3 și asigură-te că numărul tău de concurs are aceeași culoare cu a celorlalți, **mov**.

Atenție! Startul cu un alt val decât cel determinat de traseu și nivel atrage descalificarea automată și definitivă!

Procedura de start

Startul competiției se va da conform programului. La ora 10:00 startul va avea loc într-un singur val, cu escorta unui motociclist. În cazul curselor programate începând cu ora 11:30, vor pleca inițial riderii înscriși pe traseul Epic 60 km și Standard 30 km, nivelurile 1 – Elite, 1 și 2. În continuare, vor pleca concurenții de nivel 3, pe traseul Standard 30 km, la un interval de câteva minute. Îi vor urma, după câteva minute, riderii de nivel 4, concurenți pe traseul Standard 30 km.

Traseul

Traseul va fi definitivat, curățat și marcat, cu o zi înaintea evenimentului. Traseul este marcat cu bandă **BOSCH** sau **MPG de culoare alb și roșu**, semne de marcaj de **culoare albastră** și spray ecologic pe bază de cretă de **culoare albastră**. În încercarea de a proteja pădurile și zonele naturale în care ne desfășurăm activitatea, marcajul nu va fi excesiv. În acest sens te rugăm să consulți harta traseului înainte, să fii atent la semnele care există și să urmezi indicațiile voluntarilor.

Puncte de alimentare/hidratare

Dacă ești participant la traseul **Scurt 17 km** vei găsi un punct de alimentare la zona de **Start/Finish** și un punct de alimentare la **kilometrul 9**.

În cazul în care concurezi pe traseul **Standard 30 km** vei găsi un punct de alimentare la zona de **Start/Finish**, un punct de alimentare la **kilometrul 9** și un alt punct de alimentare la **kilometrul 21**.

Toate punctele de alimentare te așteaptă cu apă, băutura pentru sportivi Gatorade, fructe și glucoză, s.a.

Comportamentul pe traseu

Depășirea. În cazul oricărei depășiri, comunicarea trebuie să fie cât mai clară între cei doi rideri. Cel care depășește are obligația să anunțe intenția de a depăși. Strigând "STÂNGA" îl anunți pe cel din față că vei depăși pe partea stângă. Strigând "DREAPTA" îl anunți pe cel din față că vei depăși pe partea dreaptă. Este indicat ca persoana care depășește să își anunțe cât mai clar intențiile și să se asigure că cel pe care îl va depăși îl și aude, respectiv: "Depășesc / Vin pe stângă" sau "Depășesc / Vin pe dreapta". Respectă-l pe cel care te depășește.

Opritul. În cazul în care trebuie să te oprești, inclusiv la punctele de alimentare, asigură-te că nu jenezi alt participant și încearcă, pe cât posibil, să scoți bicicleta de pe traseu.

Deșeurile. Dacă ai ceva de aruncat, te rugăm să o faci la CP-uri sau la punctele de alimentare.

Cronometrarea

Ca în cazul majorității maratoanelor, și la concursurile Riders Club ceasul pornește pentru toți participanții la ora când se strigă start. La start, momentul trecerii peste prag înseamnă doar verificarea faptului că riderul a luat startul corect, la nivelul său. Cipul înregistrează timpul exact al fiecărui participant la finish. Fii atent să treci prin toate punctele de control. **Lipsa înregistrării în oricare dintre punctele de control va atrage descalificarea concurentului.**

Caz ipotetic:

Un rider, X are ora de start oficială anunțată pe site la 11:10. Din motive organizatorice, se strigă 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 în 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](#).

Urgențe

Numerele de urgență

Pentru orice tip de urgență în timpul concursului, sună la numerele de telefon: 0725 541 429 sau 0725 546 269. Aceste numere se regăsesc și pe numărul de concurs.

Abandonul. În cazul în care abandonezi, trimite un SMS la unul din numerele de urgență, prin care anunți numărul de concurs, numele și motivul abandonului.

Accidentele. Este posibil ca în caz de accident al unui participant, tu să fii la fata locului înaintea echipelor medicale. În acest caz trebuie să procedezi astfel:

- Dacă ești primul la fața locului. Oprește-te, adună cât mai multe informații despre accident și traumă. Transmite-le apoi la numerele de urgență aflate pe numărul de concurs.
- Dacă ești al doilea la fața locului. Preia informațiile de la primul ajuns la fața locului și anunță cel mai apropiat punct de control, punct intermediar sau orice alt oficial al cursei.
- Dacă ajungi mai târziu. Oprește-te, vezi dacă ai cum să ajuți, iar dacă nu, continuă cursa.

Acordă prioritate ATV-urilor. ATV-urile oficiale oferă suport logistic echipelor de prim ajutor. Rugăm toți participanții să acorde prioritate acestor echipe.

Ridicarea pastelor

Pentru a beneficia de porția de paste de la finalul evenimentului, te rugăm să prezinți la zona de Catering **voucherul** pe care îl vei primi odată cu medalia de Finisher.

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