



GHID DE PARTICIPARE MARATONUL DUNĂRII

2 noiembrie 2019

ridersclub.ro

DETALII CURSĂ

Coordonator sistem Riders Club: MPG

Organizator: MTB Academy

tel: 031 805 40 42

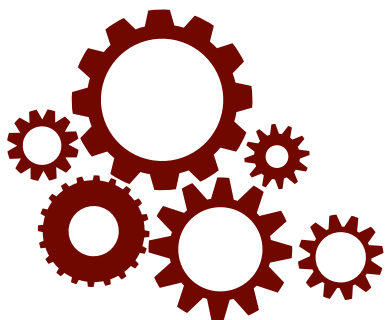
mail: ridersclub@mpg.com.ro

Data de desfășurare: 2 noiembrie 2019

Zona de start: Stadionul de fotbal al localității Prundu, Giurgiu.
Pentru a consulta harta către zona de start, dați click aici: [Google Maps](#).

Program de start: Programul complet al evenimentului poate fi regăsit [aici](#). Verifică programul. Acesta poate suferi modificări. De aceea este bine să îl verifici și cu o zi înainte de eveniment.

Hărțile traseului: disponibile [aici](#), inclusiv track-urile GPX.



RIDICAREA PACHETULUI DE CONCURS

Magazinul THULE, Str. Barbu Văcărescu, Nr. 80:

- Joi, 31 octombrie, în intervalul orar 14:00-19:00;
- Vineri, 1 noiembrie, în intervalul orar 14:00-19:00.

În ziua evenimentului, de la cortul de înregistrare, în intervalul orar 08:30-10:00 pentru participanți înscriși, cu reședința în afara Bucureștiului.

PACHET DE CONCURS

- Număr de concurs & coliere de prindere
- Cip cronometrare de unică folosință
- Tricoul evenimentului
- Medalie de participare
- Băutură sportivă Gatorade
- Produs GoldNutrition
- O porție de paste Barilla, cu sos Basilico
- Un pahar de vin fiert, pentru adulți



CE SĂ-ȚI IEI LA TINE ÎN CONCURS

Cască de tip MTB

Casca este obligatorie.

Ochelari de ciclism

Este recomandată purtarea ochelarilor de ciclism.

Bicicletă de tip MTB

- Să fie în stare bună de funcționare.
- Orice alt tip de bicicletă va atrage descalificarea concurentului, cu excepția participanților noncompetitivi.

Ulei pentru lanț



Set de imbusuri



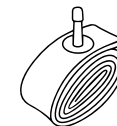
Apă suficientă pentru hidratare



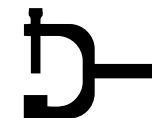
Pompă bicicletă



Petice pentru reparat pana



Presă de lanț



SERVICII/ FACILITĂȚI

Disponibile în zona de start



Zona de relaxare

Disponibilă în zona de start, sub corturile de adăpostire.



Toalete

Toaletele vor fi poziționate în apropierea zonei de start.



Vestiar

Vestiarul este disponibil într-un cort dedicat, semnalizat corespunzător, amplasat în zona de start.



Garderobă

Serviciul este disponibil la cortul de informații / ridicare pachete de concurs. Spațiul este limitat.



Foto

Evenimentul va fi acoperit de fotografi profesioniști, pozele urmând să fie făcute publice, fără cost suplimentar.



Parcarea

Accesul auto se poate face prin drumul național DN41. Odată ajunși în apropierea punctului de Start, parcarea se va face pe străzile din localitatea Prundu, la indicațiile voluntarilor.



Catering

Vei găsi la zona de start o ofertă variată de mâncare și băutură. Porția de paste Barilla poate fi ridicată pe baza voucherului primit la linia de finish.



Punct de alimentare & hidratare

Un punct de alimentare și de hidratare va fi disponibil pe tot parcursul evenimentului, la zona de start.



Spălare biciclete

Zona de spălare de biciclete va fi amplasată în apropierea zonei de start.



Asistență medicală

O ambulanță va fi prezentă pe tot parcursul evenimentului, la zona de start.



Asistență tehnică

La zona de start te va aștepta Ambulanța de Biciclete, pentru a te ajuta cu ultimele reglaje înainte de cursă.

SERVICII / FACILITĂȚI

Disponibile pe traseu



Marcaj traseu

Traseul va fi definitivat, curățat și marcat, cu o zi înaintea evenimentului. Traseul este marcat cu bandă **JEEP** de culoare alb și negru, semne de marcaj și spray ecologic pe bază de cretă de culoare albastră. Dat fiind că ne dorim să protejăm 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.



Asistență tehnică

Pe traseul Standard este disponibil un kit self-service, în PA1 (km 21).



Puncte de alimentare & hidratare

Dacă ești participant la traseul Scurt, de 16 km, vei găsi un punct de alimentare la km 7. În cazul în care concurezi pe traseul Standard, vei găsi un punct de alimentare la km 21 și un punct de alimentare la km 32. Toate punctele de alimentare te așteaptă cu apă, băutură pentru sportivi Gatorade, fructe, glucoză, ș.a.



Asistență medicală

Echipa ASVSU va fi prezentă în 4 puncte pe traseu pentru a oferi suport de urgență. Amplasarea echipei ASVSU este indicată pe harta oficială a traseului, disponibilă în acest ghid.

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 vii 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 stânga" 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 jonezi 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.

CORNOMETRARE ELECTRONICĂ

Evenimentul folosește sisteme MYLAPS, cele mai performante din lume



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. Rezultatele evenimentului vor fi disponibile atât online (live) cât și la fața locului.

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.

URGENTE

Numerele de telefon pentru situații de urgență: 0725 541 429 sau 0725 546 269.

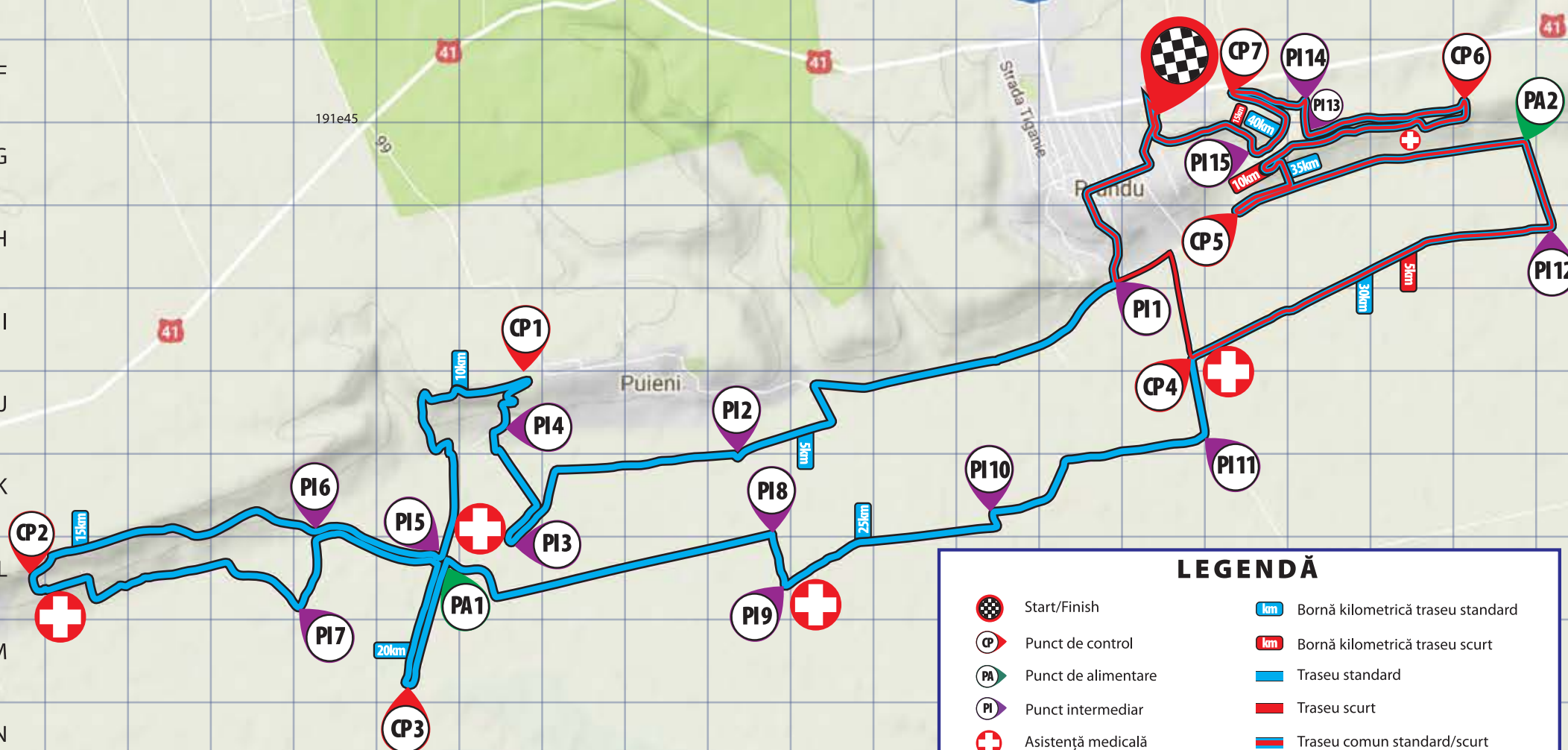
Aceste numere se regăsesc și pe numărul de concurs.

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 fața 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.



Numere de urgență: 0725 541 429, 0725 546 269

AȘEZAREA LA START

Traseul Scurt (16 km) și Standard (42 km)

Ora de start - 11:00

Startul competiției se va da la ora stabilită în program, în valuri la distanță de câteva secunde. Nu este permisă depășirea vehiculului de escortă din fața plutonului.

