

Ghid de rider Riders Club: Trofeul Muscelului – Lupii Dacilor

19 iulie 2014

Detalii cursa

- Data de desfasurare: 19 iulie 2014
- Zona de start: Zona din fata Primariei Campulung, judetul Arges. [Harta catre zona de start este aici.](#)
- 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.

Harta catre zona de start

- Pentru a consulta harta catre zona de start, dati click [aici.](#)
- Pentru a ajunge la zona de start a evenimentului, dinspre Bucuresti, se va merge pe autostrada A1 pana in Pitesti, iesirea spre Campulung (indicator de Brasov, Bucuresti, Pitesti Est, Campulung si Mioveni). De aici se paraseste A1 si se urmeaza DN73, pe o distanta de 51 km, pana in Municipiul Campulung. In Campulung se va urma drumul drept, pe strada Negru Voda, pana in fata primariei.

Ridicarea pachetului de concurs

- Miercuri, 16 iulie, 17:00-19:00, [sediul MPG](#) (Bucuresti)
- Joi, 17 iulie, 17:00-19:00, [sediul MPG](#) (Bucuresti)
- Vineri, 18 iulie, 17:00-19:00, in fata Primariei Campulung
- In ziua evenimentului, 8:00-10:00, in fata Primariei Campulung

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 ulei. Pentru siguranta iti recomandam sa-ti mai iei urmatoarele: pelerina de ploaie, tricou cu maneca lunga, sepcuta, manusi si haine uscate, de schimb, pe care sa le imbraci dupa eveniment.

Asistenta Tehnica

Pe traseu vei gasi doua truse self-service BikeXpert cu chei, imbusuri, petice, pompe si ulei.

Spalare biciclete

Zona de spalare biciclete va fi amplasata in spatele clubului ARO, situat vizavi de primarie.

Traseul

Traseele vor fi definitivare, curatate si marcate cu o zi inaintea evenimentului. Traseul este marcat cu vopsea roz si banda Skil.

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 SI VEI FI RESPECTAT. 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

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.

Caz ipotetic:

Un riderul 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](#).

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](#).