

REGULAMENTUL

Campionatului National de Mars – Iarna, Seniori, U23, U20, U18, U16

si Copii 1, 2

DATA SI LOCUL DESFĂȘURĂRII:

- **20.02.2021 – Timisoara**

➤ **PROBELE**

- 20 km Marș – Seniori si Tineret - M+F
- 10 km Marș – Juniori U20 -M+F si Juniori U18-cadeti - M
- 5 km Marș - Juniori U18- F si Juniori U16 – M
- 3 km Marș – Juniorii U16- F
- 3 Km Mars - Copii 1- M
- 2 Km Mars - Copii 1- F si Copii 2- M
- 1.5 Km Mars – Copii 2 - F

➤ **ÎNSCRIEREA ȘI VALIDAREA CONCURRENTILOR**

- Inscrierile se trimit la F.R.A. cu 10 zile inaintea datei de desfasurare a competitiei, respectiv pana la 12.02.2021 , orele 24:00.
- Modificarile inscrierilor initiale, precum si componenta nominala a echipelor se transmit telefonic in data de 17.01.2021, intre orele 09:00- 12:00, telefon: 0742 113 344.
- Definitivarea echipelor se va face in prezinta concursului si sub semnatura delegatului (antrenorului) clubului respectiv.
- Verificarea carnetelor de legitimare cu viza anuala, medicala si achitarea taxei de participare a concurentilor inscrisi este obligatorie si se va face in prezinta datei de desfasurare a concursului.
- **Apelul** concurentilor se face in ziua concursului cu 60 min inaintea startului programat pentru fiecare categorie de varsta;
- **Sedinta tehnica vineri 19.02.2021 , ora 18:00 la complex Flonta, unde se va prezenta situatia validarilor, distribuirea numerelor de concurs si configuratia traseului precum si masurile necesare impuse pentru respectarea decretului 780/1432.2020.**

➤ **CLASAMENTELE SE INTOCMESC – INDIVIDUAL SI PE ECHIPE LA TOATE CATEGORIILE PREMII:**

- Se acordă titlul de campion național la individual și pe echipe pentru fiecare categorie de vârstă în parte.
- Echipele vor fi alcatuite din 4 atleți din care vor puncta doar 3 atleți în ordinea sosirii.



➤ **CERINTE PRIVIND RESPECTAREA MASURILOR DE SIGURANTA CONFORM ORDINULUI 780/1.432/2020.**

- Toți participanții (sportivi, voluntari, oficiali etc.) trebuie să își monitorizeze starea de sănătate și să respecte cu strictețe măsurile de bază pentru protejarea împotriva COVID-19, cum ar fi igiena mâinilor, distanțarea socială, evitarea atingerii ochilor, nasului și a gurii, respectarea igienei respiratorii și respectarea recomandărilor de a rămâne acasă și de a solicita asistență medicală, dacă există simptome specifice bolii.
- Participanții trebuie să respecte regulile de igienă (de exemplu, folosirea unei batiste de unică folosință, în caz de tuse sau strănut, evitarea schimbului de echipament sportiv, săpun, sticle cu apă și alte articole personale între competitori, interzicerea folosirii dușului sau a saunei, evitarea contactului fizic - strângeri de mână, îmbrățișări la sfârșitul evenimentului).
- La intrarea în spațiul delimitat pentru pregătire și apel, se va efectua și triajul sportivilor, antrenorilor, oficialilor, voluntarilor, constând în verificarea temperaturii și se va completa și **DECLARATIA PE PROPRIE RASPUNDERE PRIVIND STAREA DE SANATATE.**
- Accesul sportivilor este permis doar cu legitimația de sportiv, cu viza medicală valabilă și declarația pe propria răspundere completată. În cazul în care legitimația nu se prezintă/găsește, singura modalitate de intrare este prezentarea unei adeverințe medicale valabile.
- Accesul spectatorilor în zona de start este strict interzis conf. Ordinului [780/1.432/2020](#).
- Este obligatorie respectarea indicațiilor organizatorilor și arbitrilor în zona marcată pentru start și pe traseu.
- **Este interzisă participarea cu echipamentul echipei naționale.**



PROGRAMUL

Campionatului National de Mars – Iarna, Seniori, U23, U20, U18, U16

si Copii 1, 2

20.02.2021 – Timisoara

Proba	Interval apel	<u>Start</u>	Festivitate de premiere *
10 km J1 masc.	8.30-09.10	<u>9.30</u>	10.55
10 km J2 masc.	8.35 – 9.20	<u>9.35</u>	11.10
3 km J3 fem.	8.40 – 9.25	<u>9.40</u>	10.35
10 km J1 fem.	8.50 – 9.35	<u>9.50</u>	11.25
5 km J3 masc.	9.20 – 10.05	<u>10.20</u>	11.40
20 km S+T fem.	9.45 – 10.30	<u>10.45</u>	13.30
5 km J2 fem.	9.50 – 10.35	<u>10.50</u>	12.10
20 km S+T masc.	10.15 – 10.45	<u>11.00</u>	13.40
2 km copile 1 fem.	10.25 – 10.55	<u>11.25</u>	12.50
3 km copii 1 masc.	10.50 – 11.20	<u>11.50</u>	13.00
1,5 km copile 2 fem.	11.15 – 11.45	<u>12.15</u>	13.10
2 km copii 2 masc.	11.30 – 12.00	<u>12.30</u>	13.20

Sedinta tehnica - vineri 19.02.2021, ora 18:00 la Complex Flonta.

Director de concurs: Sorin Staicu

Judecator Arbitru: Karaiosifoglu Leonidas