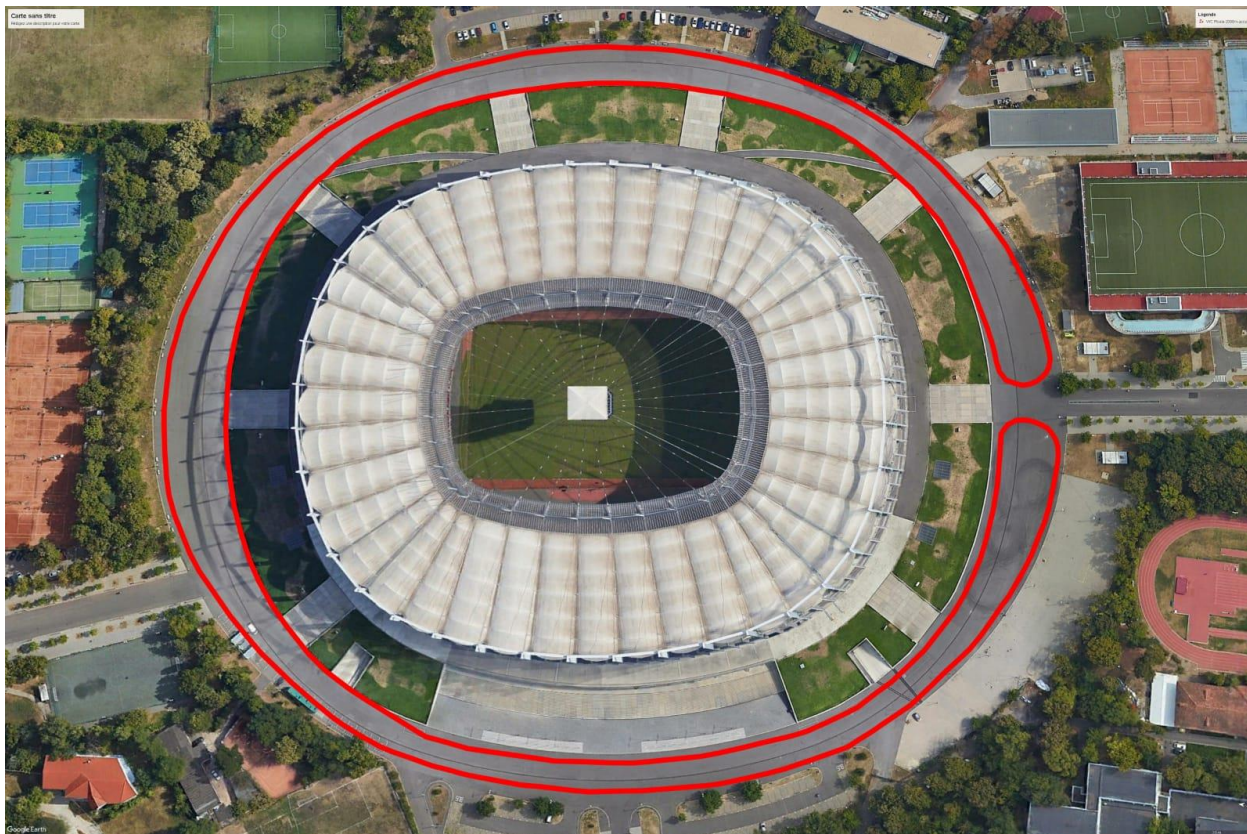


REGULAMENTUL
Campionatului Național de 6 ore, 12 ore, 24 ore, 50 km și 100 km
alergare pe șosea
– 2021 –

Individual (18 ani+), Masculin și Feminin

DATA ȘI LOCUL DESFĂȘURĂRII

- **17-18 aprilie 2021, București, în jurul stadionului Arena Națională.**
- Startul va fi în aceeași zi și la aceeași oră pentru toate probele, adică sâmbătă, **17 aprilie 2021**, la ora **9:00**.
- Traseul: o buclă de 2000m (2 km) în jurul Arenei Naționale. Traseul poate fi vizualizat aici:



ORGANIZARE

- Organizator: Federația Română de Atletism (FRA), prin Subcomisia de ultraatletism.
- La fiecare probă (6 ore, 12 ore, 24 ore, 50 km, 100 km) și la fiecare categorie (Masculin și Feminin) trebuie să fie înscriși minim 3 atleți pentru a fi organizat Campionat Național la acea probă/categorie (De exemplu, dacă se înscriu doar 2 atlete la proba de 24 de ore, nu va exista Campionat Național la proba 24 de ore Feminin).

PROBE

- 6 ore, 12 ore, 24 ore, 50 km, 100 km alergare
- Individual (18 ani+)
- Masculin și Feminin

PARTICIPANȚI

Condiții de participare pentru atleți (trebuie îndeplinite cumulativ):

- Să aibă peste 18 ani, vârstă împlinită până la data concursului;
- Să dețină cetățenie română;
- Să fie legitimați la un club sportiv afiliat FRA (conform criteriilor de legitimare care se găsesc pe site-ul fra.ro, la secțiunea [Regulament](#), Capitolul 3, punctul 2);
- Să aibă carnetul de legitimare vizat pe anul 2021 și viza medicală la zi (controlul medical pentru viza medicală este obligatoriu o dată la șase luni). Prezentarea în original a carnetelor de legitimare, cu viza pe anul 2021 și vizita medicală la zi este OBLIGATORIE la ridicarea numărului de concurs.

ÎNSCRIERE

- Înscrierea se face prin trimiterea unui email la adresa ultraatletism@fra.ro, prin care se aduce la cunoștința FRA înscrierea și participarea la Campionatul Național.
- Un atlet/o atletă NU se poate înscrie la mai multe probe în același timp.
- Atleții înscriși la proba de 24 ore alergare, vor primi și rezultatele intermediare *split 6 ore* și *split 12 ore*.

- Atleții înscriși la proba de 12 ore alergare vor primi și rezultatele intermediare *split 6 ore*.
- Atleții înscriși la proba de 100km alergare vor primi și rezultatul intermediar *split 50km*.
- Split-urile nu sunt luate în considerare pentru titlul de campion național și nici pentru recorduri naționale, însă pot fi luate în considerare la analiza pentru constituirea loturilor naționale pentru probele respective (ex: lotul național pentru 50km).
- Termenul limită de înscriere este **luni, 12 aprilie 2021, ora 23:59**.
- În afara clasamentului general, nu vor exista alte clasamente pe categorii de vârstă.

TAXĂ DE PARTICIPARE

Taxa de participare pentru Campionatul Național este de 30 lei.

Taxa se achită prin virament bancar în contul:

RO82 BRDE 441S V735 6183 4410

Dovada achitării taxei se trimite prin e-mail la ultraatletism@fra.ro

Taxa de participare poate fi achitată și în numerar la fața locului, la ridicarea numărului de concurs.

Din cauza pandemiei coronavirus, recomandăm ca plata să se efectueze on-line, prin virament bancar.

RIDICAREA NUMĂRULUI DE CONCURS

Ridicarea numărului de concurs se va face înaintea startului competiției (sâmbătă 17 aprilie 2021), **între orele 7:00 - 8:30**, la Arena Națională. Va fi amenajat un spațiu în aer liber pentru ridicarea numerelor de concurs.

VALIDARE

Validările concurenților se fac în ziua competiției (sâmbătă 17 aprilie 2021), între orele 7:00 – 8:30, odată cu ridicarea numărului de concurs.

Cluburile care au înscris atleți la Campionat, dar din cauze bine întemeiate/obiective, nu se mai pot prezenta în vederea participării la



competiție, au obligația de a comunica această situație prin e-mail la secretariatul de concurs (ultraatletism@fra.ro), până cel târziu miercuri 14 aprilie 2021 la ora 14:00. În caz contrar, acestea vor fi sancționate conform NORMELOR FRA.

ȘEDINȚĂ TEHNICĂ

Ședința tehnică va avea loc sâmbătă 17 aprilie, între orele **8:30-8:45**, la Arena Națională, în zona de start. Prezența alergătorilor care iau startul este obligatorie.

ALTE DETALII DESPRE COMPETIȚIE

Pentru prevenirea răspândirii pandemiei coronavirus, la intrarea în zona de start, înainte de ridicarea numărului de concurs, se va proceda la triajul epidemiologic anti-covid. Atletilor li se va controla temperatura (care trebuie să fie mai mică de 37,3°C) și aceștia vor completa un formular pe proprie răspundere înmănat de către departamentul medical.

NU va fi disponibilă mâncare la comun la masa de hidratare amplasată pe traseu. Punctul de hidratare de pe traseu va dispune doar de sticle îmbuteliate de 0,5l de apă și coca-cola.

Atleții își vor asigura individual nutriția necesară finalizării cu succes a probei la care sunt înscriși. Ei își pot depozita propriul echipament, mâncare, băuturi energizante etc. la mesele/pavilioanele special amenajate și alocate pe traseu. De asemenea, un atlet poate fi însoțit de **o persoană** ca echipă de suport care să îl ajute la hidratarea pe parcursul probei, înmânându-i recipientul de pe marginea traseului, doar în fața mesei/pavilionului de care aparțin. Se vor respecta reguli de distanțare socială.

Pe toată durata competiției, este **OBLIGATORIE** purtarea numărului de concurs repartizat, în partea din față, vizibil. Pierderea numărului de concurs duce la descalificare.

Înainte, în timpul și după Campionat se pot face fotografiile și materialele video cu concurenții și/sau spectatorii evenimentului. Prin înscrierea și participarea la Campionat, aceștia acceptă implicit că materialele pot fi folosite de către organizatori în realizarea de clipuri, colaje, cover-uri și/sau alte produse

publicitare pentru promovarea concursului și a alergării. Fotografiiile și rezultatele de la Campionatul Național reprezintă documente cu caracter public și pot fi folosite în demersuri statistice, jurnalistice și/sau de cercetare.

Organizatorii pot refuza și/sau opri participarea la cursă a celor insuficient pregătiți din punct de vedere fizic, a celor pe care îi consideră a nu avea experiența potrivită probei la care au ales să participe.

Pentru probele de 6 ore, 12 ore și 24 ore:

Câștigător va fi declarat alergătorul/ alergătoarea care parcurge distanța cea mai mare în 6 ore, 12 ore, respectiv 24 ore. În caz de egalitate, alergătorul/ alergătoarea care a acoperit mai multe bucle în ultimele 3 ore ale cursei va fi declarat câștigător/câștigătoare;

Pe întreaga perioadă a probei la care s-au înscris, participanții pot alerga, pot merge la pas, pot lua pauze pentru a se odihni, însă fără a părăsi zona competiției.

Pauzele scurte: Se pot lua întotdeauna pauze scurte pentru rehidratare, schimbarea încălțăminteii sau îmbrăcămintei, utilizarea toaletei, asistență medicală etc., fără a se anunța pauza, dar sportivul trebuie să iasă și să reintre pe traseul cursei în același punct.

Pauzele mai lungi: O pauză mai lungă trebuie anunțată la stația de cronometrare electronică, iar pauza trebuie să înceapă și să se încheie la linia de sosire.

Dacă atleții doresc să părăsească competiția, vor preda cipul de cronometrare la stația oficială de cronometrare și i se vor lua în considerare kilometrii alergați până în acel moment, calculând tururile de circuit parcurse înainte de finalul intervalului de timp oficial al probei la care participă. Concurenții nu au obligația de a fi prezenți în ultimele secțiuni sau tururi ale cursei.

Cursele de 6, 12, 24 de ore trebuie să fie finalizate la semnalul sonor final dat exact la 06h:00min:00sec, 12h:00min:00sec; 24h:00min:00sec de la start. Nu este permisă absolut nicio excepție de la această regulă, nici măcar în situații



speciale, precum calamități naturale, de exemplu furtuni cu descărcări electrice etc.

Dacă, din cauza unor circumstanțe speciale, trebuie făcută o întrerupere temporară, durata întreruperii nu poate fi adăugată la perioada de timp stabilită oficial; de exemplu, în cazul unei întreruperi de 15 minute în timpul unei curse de 24 de ore, cursa trebuie să se încheie la exact 24:00:00 de ore de la start (nu la 24:15:00 de ore). Motivul este pentru a garanta condiții identice la nivel global și pentru a nu oferi participanților la cursă „avantajul incorect” al unei pauze/perioade de odihnă suplimentare pe durata acelei întreruperi.

Distanțele parcurse vor fi măsurate cât mai exact posibil. Acest lucru se realizează prin calcularea buclelor complete realizate și prin adăugarea „restului de metri” măsuțați din ultimul tur incomplet. Pentru a asigura exactitatea pozițiilor finale ale sportivilor la momentul finalului cursei, vor fi luate următoarele măsuri:

Semnalul de final pentru cursele de 6, 12 și 24 de ore, de obicei dat prin intermediul unui pistol, se va auzi foarte clar pe întreg traseul cursei.

Bucla traseului va fi divizată în secțiuni cu marcaje măsurate exact și stabilite la 100 m.

Spre finalul probei, la începutul ultimului tur, fiecare participant va primi un mic sac cu nisip sau un obiect similar, marcat cu numărul de cursă corespunzător al concurentului, iar sportivul trebuie să lase la sol sacul cu nisip perpendicular pe suprafața de alergare imediat ce aude semnalul de final. Arbitrii încep măsurarea „restului de metri” parcurși de toți concurenții care au terminat cursa în ultimul tur de circuit (mai mulți arbitri pot începe măsurarea concomitent de la marcajele fixe de 100 m (Start, 100 m, 200 m, 300 m, 400 m etc.).

Dacă, din cauza unor circumstanțe speciale, nu se poate garanta o măsurare precisă a „restului de metri”, atunci se vor calcula și înregistra ca performanțe oficiale ale participanților numai tururile de circuit parcurse integral înainte de semnalul de final.



Pentru probele de 50 și 100 km:

Fiecare participant(ă) își va ține evidența kilometrilor parcurși și se va opri după ce a finalizat distanța pentru care s-a înscris.

- 50 km: 25 bucle x 2km.
- 100 km – 50 bucle x 2km.

PREMIERE

- La fiecare probă - 6 ore, 12 ore, 24 ore, 50 km și 100 km alergare, primele 3 locuri, la Individual Masculin și Feminin, vor fi premiate de FRA cu medalii și diplome. Locurile I vor primi și tricou de campion național.
- Se va acorda titlul de Campion Național 2021 la fiecare dintre cele 5 probe (6 ore, 12 ore, 24 ore, 50 km și 100 km alergare), Individual Masculin și Feminin.
- Premiarea la Campionatul Național nu se face pe categorii de vârstă.
- Premiarea pentru toate probele va avea loc în aer liber, în aceeași locație, lângă stadionul Arena Națională, duminică 18 aprilie, la ora 11.

CONTROL DOPING

Controlul doping se efectuează cu respectarea reglementărilor I.A.A.F., W.A.D.A. și a legislației naționale în vigoare, prin selecție aleatorie, selecție ierarhizată sau țintă, atât la competiție, cât și în afara ei. Întreaga procedură de control doping este disponibilă pe site-ul www.fra.ro, în [Regulament](#) – Capitolul 2 Instrucțiuni generale, punctul 2.1.j.

IMPORTANT!

În cadrul Campionatului Național se vor înregistra și omologa recordurile naționale stabilite pentru concurenții înscriși la probele 6, 12, 24 ore alergare și 50km și 100km. Pentru a se omologa un record național, trebuie îndeplinite următoarele condiții:

- **Competiția să fie recunoscută de FRA.**
- **Traseul să fie omologat.**
- **Controlul anti-doping să fie efectuat.**



Campionatul Național este cursă de selecție pentru constituirea loturilor naționale la Campionatele Mondiale de 24 ore și 50 km din 2021.

Mult succes!

Diana Amza

Președinte Subcomisia de Ultraatletism

Augustin Iancu

Secretar General

