

# **R E G U L A M E N T U L**

## **Campionatului Național de alergare montană lungă distanță – SHORTTRAIL individual și pe echipe Seniori și Tineret U23**

### ➤ **DATA ȘI LOCUL DESFĂȘURĂRII**

- **31.08.2024 – Rasnov, Brasov - Etapa finală**

### ➤ **PROBELE**

- Distanța de concurs – 40 km cu 2000m diferența de nivel pozitiv.
- Startul și finisul vor fi din Rasnov (zona Piața Unirii).
- Startul va fi la ora 09:00

### ➤ **ÎNSCRIEREA ȘI VALIDAREA CONCURRENTILOR**

- Înscrierile se fac pe site-ul F.R.A. până la data de 25.08.2024.
- Doar modificările înscrierilor inițiale se fac telefonic în data de 30.08.2023 , între orele 10:00 - 12:00, la telefon: +40 0754 491 261 – Ionut Gălițeanu;
- Verificarea legitimațiilor cu viza anuală, viza medicală, achitarea taxei de participare a concurenților înscriși și semnarea componentei echipelor, se va face în prezența datei de desfășurare a competiției în Piața Unirii.

### ➤ **PARTICIPANȚI**

- Participarea se face individual și pe echipe. Participă atleții seniori și U23. Nu pot participa U20 și mai mici;
- Echipele pot fi alcătuite astfel:
  - seniori + tineret F și M - pot alerga 4 atleți, vor puncta 3 în ordinea sosirii; Clasamentul pe echipe se face conform regulamentului WMRA și ITRA la acest gen de competiții și anume prin cumulare de timpi ai primilor 3 clasați din fiecare echipă;
  - Timp limită final: – 10 ore

### ➤ **OBSERVAȚII:**

- Fiecare atlet participant la competițiile oficiale din calendarul competițional intern organizate de FRA în proba de alergare montană, cu ocazia validării, va lua la cunoștință sub semnătură de obligațiile ce îi revin, în vederea participării la acest gen de competiții. În caz contrar, atletul nu va fi acceptat în competiție;
- Prezentarea la apel se face cu o ora înainte de începerea probei;
- Este obligatorie respectarea indicațiilor organizatorilor și arbitrilor în zona marcată pentru start și pe traseu;
- Înscrierea atleților se face prin:
  1. Achitarea taxei FRA în valoare de 40 lei
  2. Înscrierea pe site-ul organizatorului accesând următorul link și achitând taxa de concurs în valoare de 50 lei:

!În atenția tuturor participanților, înscrierea se face atât pe site-ul organizatorului cât și pe siteul FRA

<https://www.runtransylvania.com/product/campionatul-national-de-alergare-montana-de-lunga-distanta/>

**Se recomandă participarea atleților în echipamentul clubului sau asociației sportive pe care o reprezintă conform CIS-ului, atât în competiție cât și la festivitatea de premiere.**

- **Utilizarea echipamentului echipei naționale sau ale altei țări este interzisă.**
- **Sedința tehnică se va ține în ziua de 30.08.2024 la ora 19.00 în sala de consiliu a Primăriei Rasnov (Piata Unirii nr 1 - zona de Start-Sosire).**