

Sedinta tehnica CN Duathlon Sprint Ploiesti 2024

Agenda

- **Juriul Competitiei**
- **Programul**
- **Check-in si Proceduri de Start**
- **Concursul**
- **Proгноza meteo**

Juriul Competitiei

- **Radu Laurentiu, Delegat Tehnic**
- **Ovidiu Burghilea, Secretar General FRTRI**
- **Ciprian Pietris, Oficial Tehnic**

Program Campionat National de Duathlon Sprint – Ploiesti 21.09.2024

7:00 – 8:30 – ridicare kituri pentru cadeti, juniori, para, age group

8:00 – deschiderea tranzitiei juniori, age group, para

8:30 – inchiderea tranzitiei juniori, age group, para

8:45 – start age group, juniori & para

9:45 - deschiderea tranzitiei cadeti

10:30 - inchiderea tranzitiei cadeti

10:30 – 11:30 – ridicare kituri pentru copii(toate grupele)

11:00 - start cadeti
11:30 – deschiderea tranzitiei pentru copii
12:00 - inchiderea tranzitiei pentru copii
12:30 – start copii 6 – 8 ani
12:50 – start copii 9 – 10 ani
13: 10 – start copii 11 -12 ani
13:40 - start copii 13 ani
15:00 - Ceremonia de premiere

Check-in

- Lucrurile personale vor fi depozitate doar in cutia cu numarul de concurs alocat;
- Bicicletele admise sunt cursiere si MTB, bicicletele de contratimp nu sunt permise
- Nu sunt permise nici un fel de aerobare
- Intrarea in tranzit va fi permisa doar cu casca de ciclism pe cap si securizata corespunzator;
- Dupa asezarea bicicletei pe rastel la numarul de concurs corespunzator, casca cu bretelele desfacute va fi asezata atarnata pe ghidonul bicicletei;
- Pantofii de bicicleta pot fi fixati de pedale sau se vor aseza in cutie sau in fata cutiei;
- Pantofii de alergare se vor aseza in cutie sau in fata cutiei;
- Bagajele in exces care nu pot fi depozitate in cutie nu sunt permise;
- La terminarea fiecare probe toate lucrurile folosite in timpul probei trebuie puse in cutie, astfel incat sa nu mai existe nimic in afara cutiei; pantofii cu prindere pot ramane in pedale;

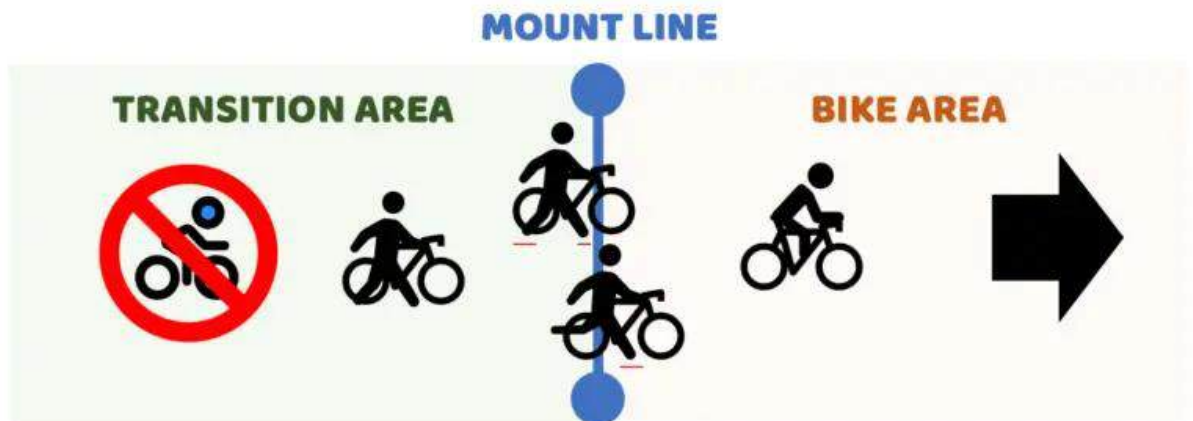
Startul

- Startul se va da la semnalul arbitrului, la fluier sau goarna, de la poarta de start/finish
- Ordinea probelor este: proba de alergare – proba de bicicleta – proba de alergare

Concursul

Proba de alergare nr 1

- Se desfasoara pe urmatoarele distante:
 - **Cadeti – 2.4 km = 2 ture**
 - **Juniori/AG/Para – 5.07 km = 3 ture**
- Dupa parcurgerea distantei se va intra in tranzitie
- Flow tranzitie
-

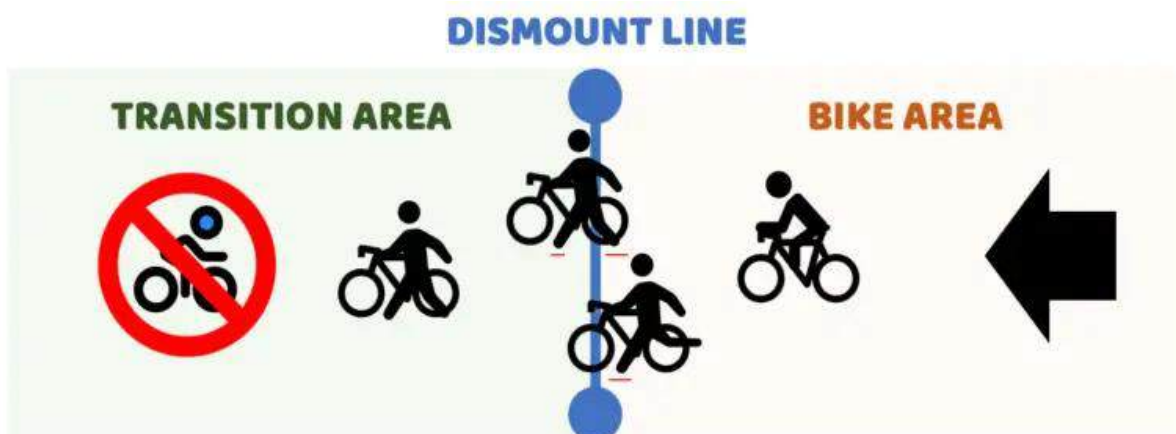


- **Atentie – PERICOL**
- Semnal de avertizare: trei sunete scurte de fluier
- si steag rosu (mana) agitat pe directie orizontala



Proba de Bicicleta

- Probele de bicicleta sunt draft legal, interzis draftingul între fete și băieți la toate probele;
- Conduita agresivă în timpul probei de bicicletă duce direct la descalificare.
- Este interzisă aruncarea de ambalaje, sau orice alte obiecte pe traseu.
- Distanțe:
 - **Cadeti – 9 km = 4 ture**
 - **Juniori/AG/Para – 18 km = 8 ture**
- După proba de bicicletă, se patrunde în tranziție, bicicleta se agată de rastele iar cască, ochelarii și pantofii (dacă nu sunt cu prindere și rămân agățați pe pedale) eventual alte lucruri se vor lăsa doar în cutia pusă la dispoziție
- Orice alt obiect personal de la proba de bicicletă aruncat în afara cutiei constituie motiv de penalizare;



Proba de alergare nr. 2

- Se desfasoara pe urmatoarele distante:
 - **Cadeti – 1.59 km = 1.5 ture**
 - **Juniori/AG/Para – 2.59km = 1.5 ture**
- Dupa parcurgerea distantei se va trece pe sub poarta de finish

Interdictii

- Aruncarea de ambalaje, sau orice alte obiecte pe traseu.
- Alergarea la bustul gol, alergarea cu casti in ureche, alergarea cu dispozitive electronice pentru care nu s-a solicitat aprobare de la TD, este interzis.
- Alergarea cu antemergator sau insotitor;
- La intrarea in zona de Finish, este interzisa insotirea atletului de catre persoane din afara concursului, incluzand membrii de familie sau membrii stafetei.

Prognoza meteo

Temperatura probabila: **15° - 20 °C**

Probabilitate precipitatii: **1 %**

Succes!