

28 Mai 2022 Ploiești

Ședința Tehnică

Agenda



-
- Juriul Competitei
 - Programul
 - Concursul
 - Conduita Sportivilor
 - Check-in si Proceduri de Start
 - Procedurile Concurs
 - Premiarea
 - Prognoza meteo

Juriul Competitiei



- **Bessenyei István**
- **Bogdan Burghelea**
- **Vlad Stoica**

Programul



CN Duatlon Standard

Vineri, 27 mai 2022

17.00-20.00 Preluare kit-uri de concurs – Hipodrom,
Ploiești

17.00 Familiarizare traseu alergare, Hipodrom

18.00-18.30 Ședință Tehnică – Online

18.30-19.00 Ședință Tehnică – Q&A, Hipodrom 

Programul



Sâmbătă, 28 Mai 2022

07.00-07.45 Preluare kit-uri de concurs – Hipodrom

8:00-08.45 Deschidere zonă tranzit

09:00* Start Campionat National Duatlon 2022, Ploiești

18:00 Ceremonia de Premiere Campionat National Duatlon

* Programul poate suferi modificări în funcție de condițiile atmosferice



Competitia



**Distanța Duatlon STANDARD este următoarea:
Elite/U23/AG/Juniori I/Open:**

- Proba de alergare1: 10 Km (6 ture)
- Proba de bicicleta: 40 km (20 ture)
- Proba de alergare2: 5 km (3 ture)

Traseul de bicicleta si de alergare nu implica pante solicitante și aspecte tehnice provocatoare cu exceptia traseului de bicicleta unde sunt cateva întoarceri la 90 si 180 grade.

Conduita în ziua competiției

Sportivii nu au voie să se încălzească sau să se familiarizeze cu itinerariul în timp ce cursa este în curs de desfășurare. *

- Sesiune oficială de formare și de familiarizare doar cu traseul de alergare va avea loc vineri, 28 Mai 2022 începând cu ora 17 pe traseul de la Hipodromul Ploiesti.
- Traseul de bicicletă este o șosea publică deschisă traficului rutier.

Familiarizarea se poate face oricând cu respectarea traficului rutier

Conduita in timpul concursului generalitati



Să dea dovadă de un comportament sportiv, în orice împrejurare;

Să răspundă de propria siguranță și de siguranța celor din jur;

Să cunoască, să înțeleagă și să urmeze Regulamentul Competiției FRTRI care se găsește pe www.competitie.competitie.ro;

Să respecte reglementările și instrucțiunile rutiere prevăzute de către organizatorii competiției.

Conduita in timpul concursului generalitati



Să nu arunce gunoi sau echipamente decât în zonele clar marcate, cum ar fi stațiile de alimentare sau containerele pentru gunoi.

Să nu încerce să obțină un avantaj nedrept prin intermediul **obiectelor** sau vehiculelor venite din exterior.

Să comunice unuia dintre Oficialii Tehnici faptul că s-a retras din concurs, altfel riscă să fie suspendați

Să nu primească pe parcursul competiției decât ajutorul din partea personalului și a organizatorilor evenimentului

Pregătirea oficială și familiarizarea



Sesiunile oficiale de formare și familiarizare vor fi efectuate de către delegatul tehnic și Organizatorul Local.

Sportivii și antrenorii pot participa la aceste sesiuni oficiale de formare pentru traseul de alergare, Vineri, 28 Mai 2022, de la ora 17.00, în incinta Hipodrom Ploiești

Sesiune oficiala de formare si de familiarizare cu traseul de bicicleta nu va avea loc, însa sportivii se pot familiariza cu traseul de bicicleta, acesta fiind preponderent pe drumul public, strada Ghirghiului, între Hipodrom si trecerea peste calea ferata.

Check-in



- Organizatorii au luat măsurile necesare și sportivii sunt obligați să respecte toate procedurile de prevenire și răspândire a Sars-Cov2, conform Ghidului de Prevenție Covid19 al FRTRI.
- In zona de așteptare pentru intrarea în tranzit se vor respecta măsurile de distanțare fizică
- Durata șederii în tranzit va fi limitată la minimum posibil;

Check-in



- Lucrurile personale vor fi depozitate în cutia cu numărul de concurs alocat;
- Intrarea în tranzit va fi permisă doar cu casca de bicicletă pe cap și securizată corespunzător;
- După așezarea bicicletei pe rastel la numărul de concurs corespunzător, casca va fi amplasată pe ghidonul bicicletei, agățată de banda curelei de siguranță, iar mecanismul de prindere a curelelor este deschis;
- Pantofii de bicicleta vor fi așezați pe bicicletă (SPD) sau în fața cutiei de depozitare înainte de începerea concursului
- După finalizarea segmentului de bicicletă, pantofii de bicicletă pot rămâne prinși pe bicicletă sau în cutia de depozitare
- Pantofii de alergare se vor aseza în fața cutiei după primul segment de alergare

Check-in



- Atleții trebuie să amplaseze la o distanță de maxim 0,5 m de cutie tot echipamentul pe care îl va folosi ulterior pe parcursul evenimentului
- Toate celelalte lucruri personale și echipamente trebuie îndepărtate înainte de începerea cursei.
- Tot echipamentul folosit deja trebuie depozitat în cutie, cu excepția pantofilor de alergare, dacă vor fi folosiți și în cel de al doilea segment de alergare. Nu se acceptă 2 perechi de pantofi de alergare în afara cutiei.
- Marcarea pozițiilor în Zona de Tranziție nu este permisă. Marcajele vor fi îndepărtate, iar atleții nu vor fi înștiințați cu privire la acest lucru

Procedura Start



Alinierea la Start :

- Înainte de începerea competiției, atleții sunt aliniați în ordinea numerelor lor de start
- Atleții se duc direct la linia de start și rămân pe poziția respectivă în spatele liniei de start până la începerea procedurii de start. Un atlet nu poate ocupa mai mult de o poziție de start și nu o poate schimba.
- Înainte de start va avea loc o scurtă ședință tehnică

Procedura Start



-
- Selectarea poziției de start se încheie atunci când toți atleții se află în poziție de start
 - Timpii de concurs vor fi timpii reali, calculati din momentul in care atletul a trecut peste coverul de cronometraj;

Traseul de Alergare Elite/U23/AG/OPEN



Conduita la alergare



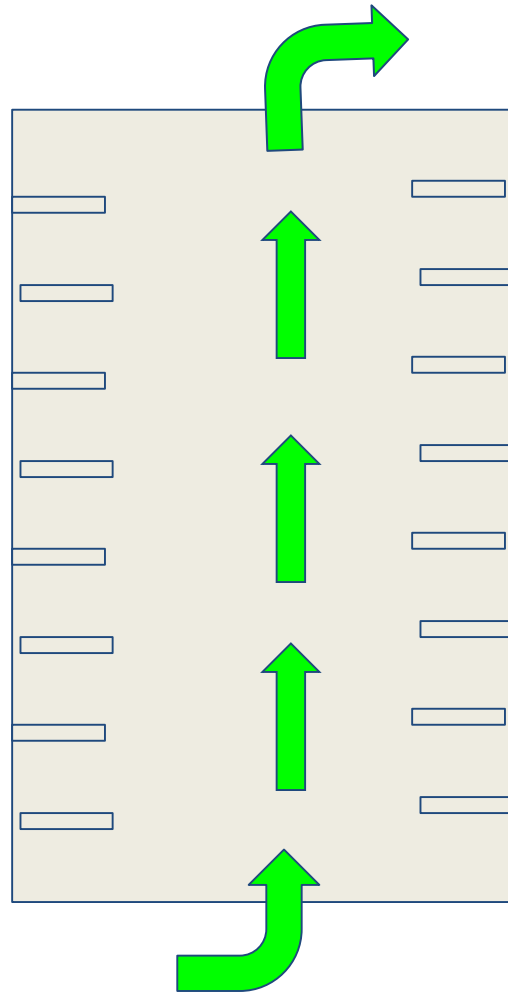
- Sportivii vor merge sau alerga;
- Vor purta, în față, numărul oficial de cursă
- Nu vor alerga cu bustul gol
- Nu vor alerga fără pantofi sau cu picioarele goale pe nici o porțiune a traseului
- Nu vor alerga cu casca de bicicletă pe cap;
- Nu vor fi însoțiți de membri ai echipei, manageri ai echipei, sau alți antrenori pe traseu.

Zona de tranzitie



- Toți atleții trebuie să aibă casca bine închisă din momentul în care își scot bicicleta din rastel la începutul etapei de ciclism și până își pun bicicleta în stand
- Pantofii de ciclism, ochelarii, casca, și alte echipamente de ciclism pot fi puse pe bicicletă.
- Orice echipament aflat în afara cutiei, ce nu face parte din echipamentul ce va fi folosit ulterior, atrage penalizari

Circulatia in Tranzit T1



Start/Finish Zone

Penalizări tranzit – după prima alergare și ieșire pe segment de bicicletă



T1



Moutline

Moutline

Traseu bicicleta



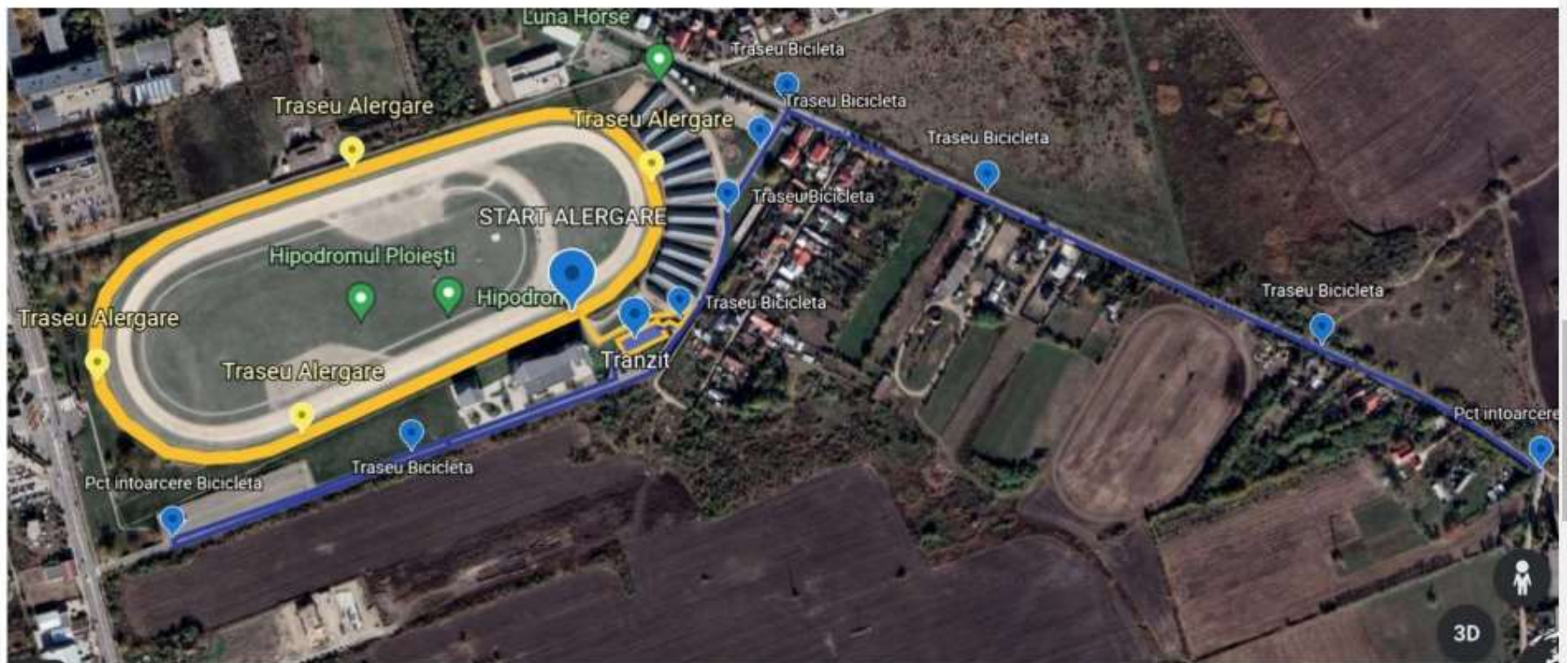
Penalizare 15sec
In Penalty Box



Fara
penalizare



Traseul de bicicletă Elite/U23/AG



Traseul de bicicletă Elite/U23/AG/Open



**Timp limită:
12.00**

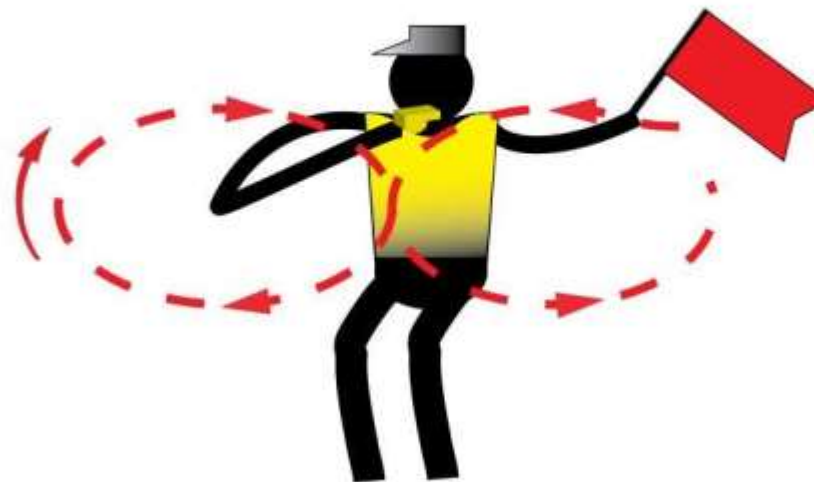
Conduita pe traseul de bicicletă



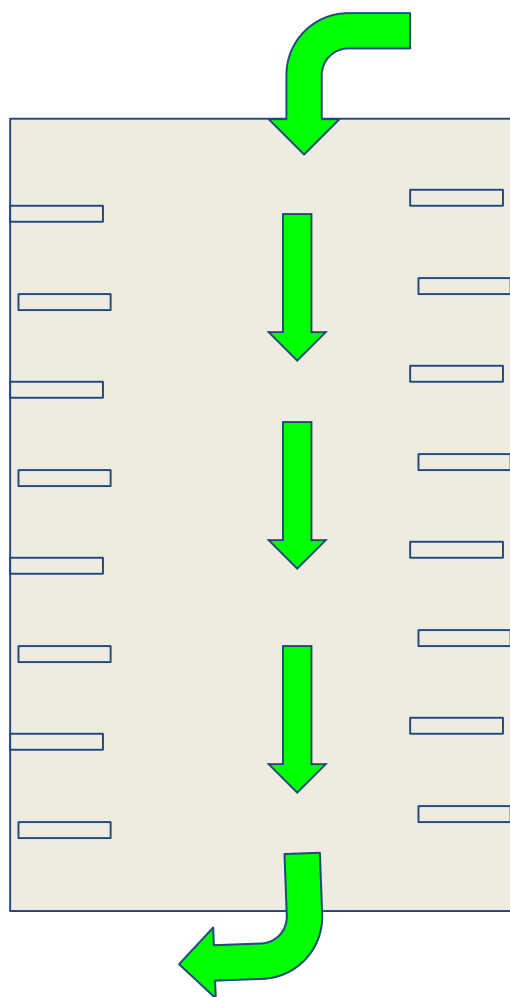
- Sportivii au voie să împingă sau să care bicicleta de-a lungul itinerarului.
- Competiția este Draft Legal
- Capete de bare tradiționale MTB nu sunt autorizate.
- Fiecare sportiv este obligat să își țină evidența turelor realizate

Atentie - PERICOL

Semnal de avertizare: trei sunete scurte de fluier si steag rosu (mana) agitat pe directie orizontala



Circulatia in T2



Start/Finish Zone

Penalizări tranzit – la intrarea în T2



Traseu bicicleta



Dismountline

T2



Penalizare 15
sec
in alergare



Dismountline



No Penalty

Traseu alergare



Puncte de hidratare:

- 1 per buclă de alergare
- Apa in pahare de unică folosință
- Punctul de hidratare se va constitui din Punctul de Hidratare pus la dispozitie de LOC si Zona de Hidratare Neutra de 25m ;
- Paharele și alte deșeuri (ambalaje gel, sticle etc) se vor lăsa în “Littering zone” (20m inainte și 80m după Punctul de Hidratare

Traseu alergare



- Puncte de hidratare:
 - In Zona de Hidratare Neutra se admite hidratarea individuala sau a echipei de catre insotitori sau antrenori;
 - Sunt interzise: a) căștile audio sau de telefon, telefoanele mobile sau orice alte echipamente de comunicație electronice; b.) Recipientele de sticlă;

PENALTY



Penalty Box – este amplasat pe traseul de alergare

Penalizarea de timp pentru competiția Duatlon Standard este de 15 Secunde

Tipuri de penalizări:

- avertizări verbale
- Stop and Go
- Penalizare de timp
- Descalificare

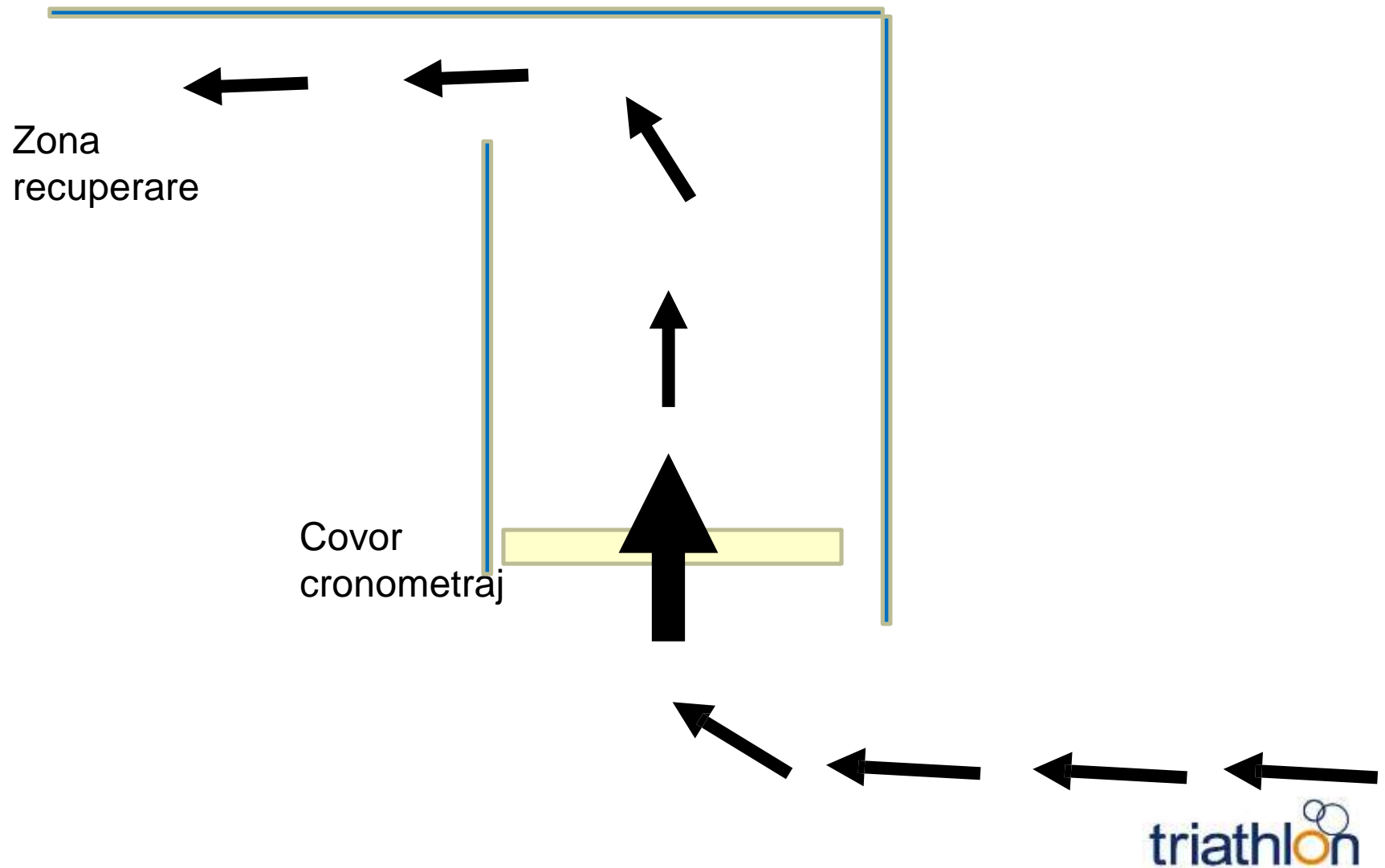
Penalizările se pot efectua astfel:

- la locul producerii – pentru Stop and Go, avertizări verbale
- în zona Penalty Box - penalizările de timp

Procedură penalizare de timp:

- pe panoul de penalizare este afișat numărul de concurs al sportivului care a primit o penalizare de timp și tipul penalizării
- concurentul este obligat să verifice panoul de penalizare și să se oprească în zona Penalty Box și să o servească
- sportivul care nu se oprește să își execute penalizarea va fi descalificat

Alergare la finish



Vremea probabilă



Temperature

Weather

Sambata

Ora 08:00

18 °C

Sambata

Ora 10:00

20°C



Succes!