

15 Mai 2022 Tg. Mureș  
**Ședința Tehnică**

# Agenda

---



- Juriul Competiției
- Programul
- Check-in și Proceduri de Start
- Concursul
- Procedurile post-Concurs
- Prognoza meteo

# Juriul Competitiei



- 
- **Sidó Katalin -TD**
  - **Besenyey István - director competiție**
  - **Ovidiu Burghilea - secretar general FRTRI**

# Programul

---



**CN Cross Triathlon  
AG/Elite/U23/Para/Juniori/Cadeti**

**Sambata**

**15.00-19.00** Preluare kit-uri de concurs  
Platoul Cornești

**18.00-18.30** Q&A - Platou Cornești

# Programul



## Duminica

**08:00** Start proba de inot, bazin de inot  
Complex Weekend, Tg. Mureș

**10:00- 10:45** Deschidere zona tranzit pe  
Platoul Cornești

**11:00** Start proba de bicicleta

**15:00** Ceremonia de Premiere - Platoul Cornești

# Check-in



- Organizatorii au luat masurile necesare si sportivii sunt obligati sa respecte toate procedurile de prevenire si raspandire a Sars-Cov2, conform Ghidului de Preventie Covid19 al FRTRI.
- In zona de asteptare pentru intrarea in tranzit se vor respecta masurile de distantare fizica
- Durata sederii in tranzit va fi limitata la minimum posibil;

# Check-in



- Lucrurile personale vor fi depozitate in cutia cu numarul de concurs alocat;
- Intrarea in tranzit va fi permisa doar cu casca pe cap si securizata corespunzator;
- Dupa asezarea bicicletei pe rastel la numarul de concurs corespunzator, casca va fi asezata pe ghidonul bicicletei;
- Pantofii de bicicleta si pantofii de alergare se vor aseza in cutie sau in fata cutiei;

# Conduita la proba de natație

---



- Proba de inot va fi in sistemul stop-cronometru și se va desfasura in bazinul de inot acoperit din incinta Complex Weekend Târgu Mureș
- Atletii pot folosi orice fel de tip de miscare pentru a se propulsa in apa. De asemenea, acestia pot sa bata apa sau sa pluteasca. Atletii au dreptul sa se impinga in baza sau peretele bazinului la inceputul si la sfarsitul fiecărei ture.



# Conduita la proba de natație

---



- Atletii trebuie sa respecte cursul de inot dat si sa nu obstructioneze inaintarea atletului de pe acelasi culoar
- Atletii au dreptul sa atinga fundul sau sa se odihneasca tinandu-se de parapetul de la capatul culoarelor sau de separatoarele de culoar.
- In caz de urgenta, atletii trebuie sa ridice o mana deasupra capului si sa strige dupa ajutor. O data ce au primit ajutor din partea organizatorilor, atletii trebuie sa se retraga din competitie.

# Conduita la proba de natatie

---



- Utilizarea costumului de neopren nu este permisa
- Toti atletii trebuie sa poarte casca de inot pe parcursul segmentului de inot
- Atletii pot purta costum de triathlon sau costum de inot
- Atletii NU au voie sa foloseasca echipamente de propulsie artificiala - de plutire, manusi sau sosete

# Conduita în timpul ciclismului montan

---



- Diametrul maxim al pneului pentru MTB este 29 țoli Secțiunea transversală minimă este 1,5 țoli.
- Sunt permise pneuri cu nituri.
- Sportivii au voie să împingă sau să care bicicleta de-a lungul itinerarului.
- Sportivii care se suprapun – fac drafting nu vor fi eliminați din cursă.
- Ghidoanele rutiere tradiționale sunt interzise.
- Capete de bare tradiționale MTB sunt autorizate.

# Conduita la alergare



- Este permisă purtarea de încălțăminte cu crampoane.
- Vor merge sau alerga;
- Vor purta 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.

# 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.frtri.ro](http://www.frtri.ro);  
Să respecte reglementările și instrucțiunile rutiere prevăzute de către organizatorii întrecerii.  
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.  
Să nu arunce gunoi sau echipamente decât în zonele clar marcate, cum ar fi stațiile de alimentare sau containerele. Să nu încerce să obțină un avantaj nedrept prin intermediul **obiectelor** sau vehiculelor venite din exterior

# Procedura Start



## Inot

- Înainte de începerea competiției, atleții sunt aliniați în ordinea numerelor lor de start
- Atletii intra in apa si raman la pozitia lor indicata pana la inceperea procedurii de start. Pozitia alocata nu poate fi schimbata
- Startul se va da in serii de cate 16 sportivi, cate doi pe culoar

# Procedura Start



## Inot

- TO de la linia de start noteaza numarul de cursa al fiecarui atlet si pozitia de start.
- Startul se va lua cu palma asezata pe parapetul de beton al culoarului de inot

# Procedura de START



## Bicicleta

- **Startul** va fi “handicap”, se da de la Start/Finish gate in functie de ordinea timpului de inot.



# Competitia



---

## Distanța Cross Triathlon este următoarea: Elite/U23/AG:

- Proba de inot: 0,5 km (in bazin de inot de 50m)
- Proba de bicicleta: 24 km (4 ture)
- Proba de alergare: 7,2 km (2 tura)

## Para/Juniori:

- Proba de inot: 0,5 km
- Proba de bicicleta: 12 km (2 ture)
- Proba de alergare: 3,6 km (1 tura)

▪

# Competitia

---



## Cadeti:

- Proba de inot: 0,3 km
- Proba de bicicleta: 6 km (1 tura)
- Proba de alergare: 1,8 km (1/2 tura)

**Traseul de bicicleta si de alergare implica pante solicitante și aspecte tehnice provocatoare.**

Pregătirea oficială și familiarizarea

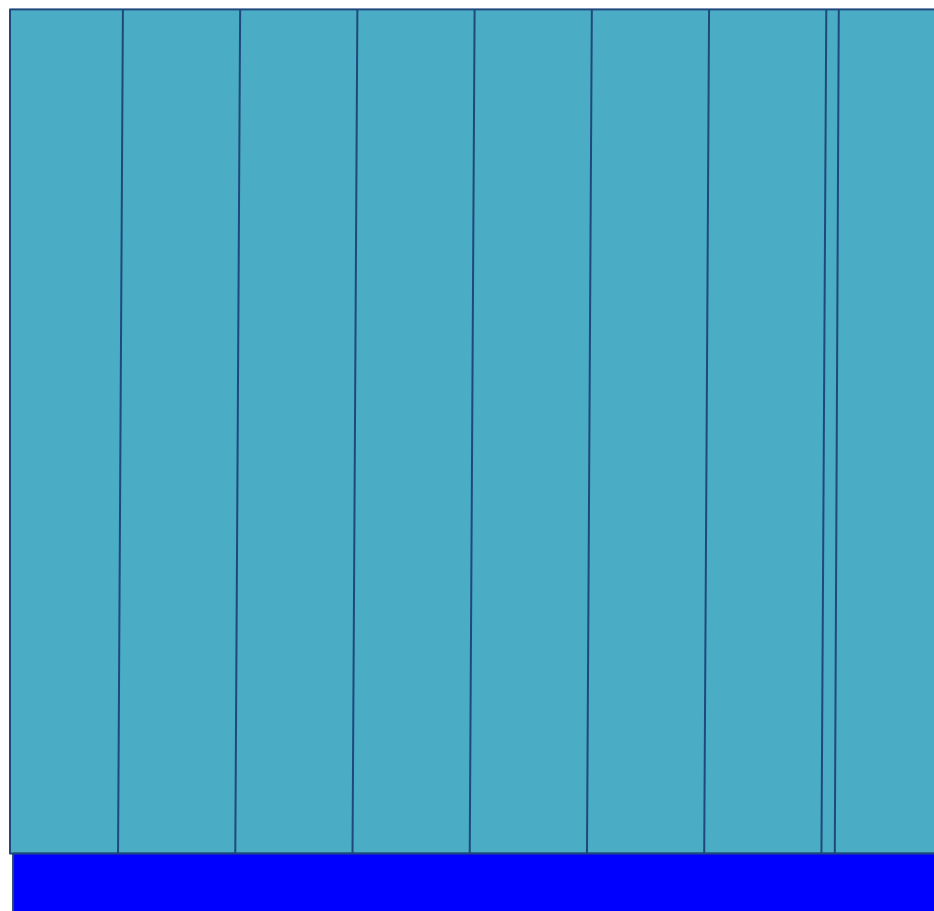


---

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 și de familiarizare care va avea loc Joi, 13 Mai 2022 pe traseul de pe Platoul Cornesti

# Traseul de Inot



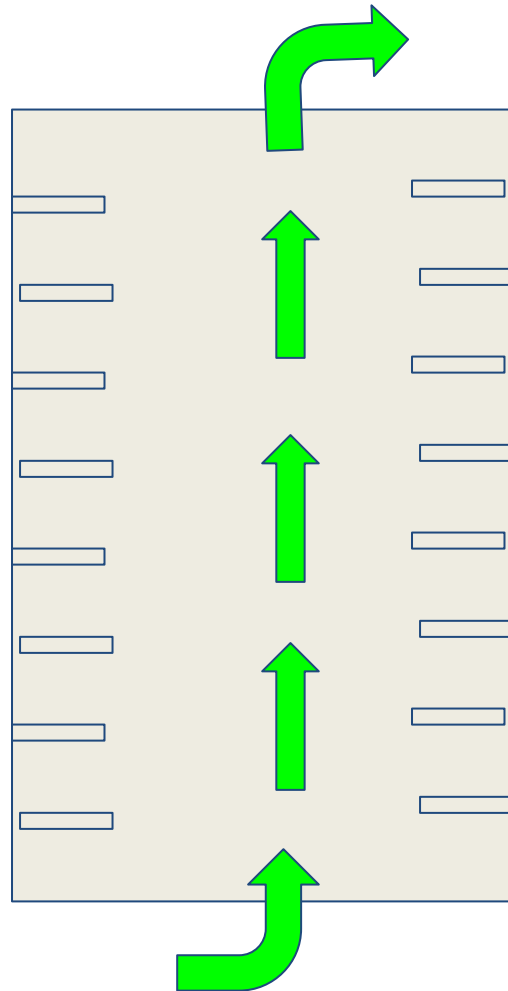
START 1A 1B 2A 2B 3A 3B 4A 4B 5A 5B 6A 6B 7A 7B 8A 8B

# 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
- Atleții trebuie să amplaseze la o distanță de 0,5 m de cutie tot echipamentul pe care îl va folosi ulterior pe parcursul evenimentului
- Tot echipamentul folosit deja trebuie depozitat în cutie.
- Toate celelalte lucruri personale și echipamente trebuie îndepărtate înainte de începerea cursei.
- Pantofii de ciclism, ochelarii, casca, și alte echipamente de ciclism pot fi puse pe bicicletă.

# Circulatia in Tranzit



Start/Finish Zone

# Penalizari Tranzit

## T1



Moutline

## Traseu bicicleta



Moutline

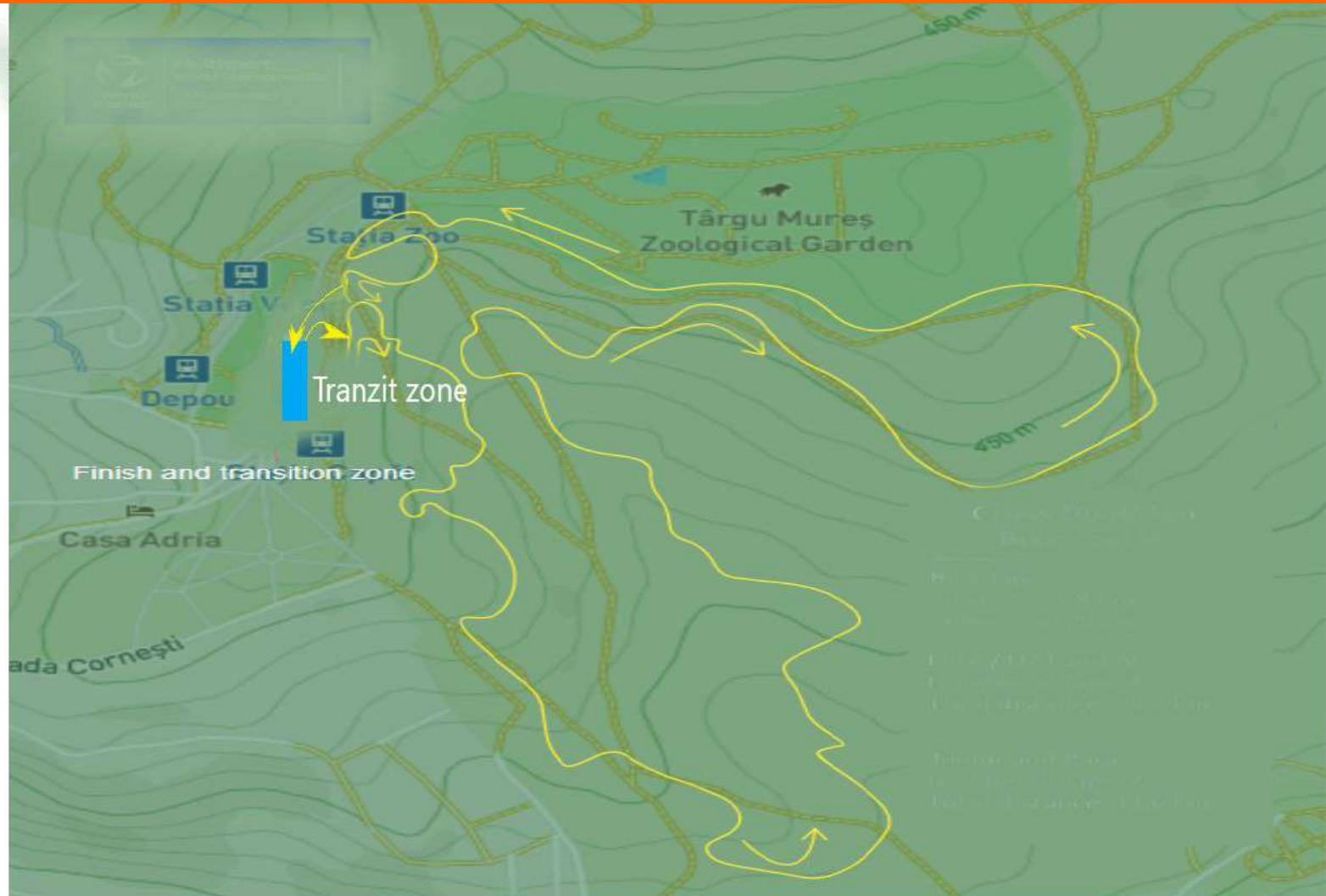


Penalizare 10sec  
In Penalty Box



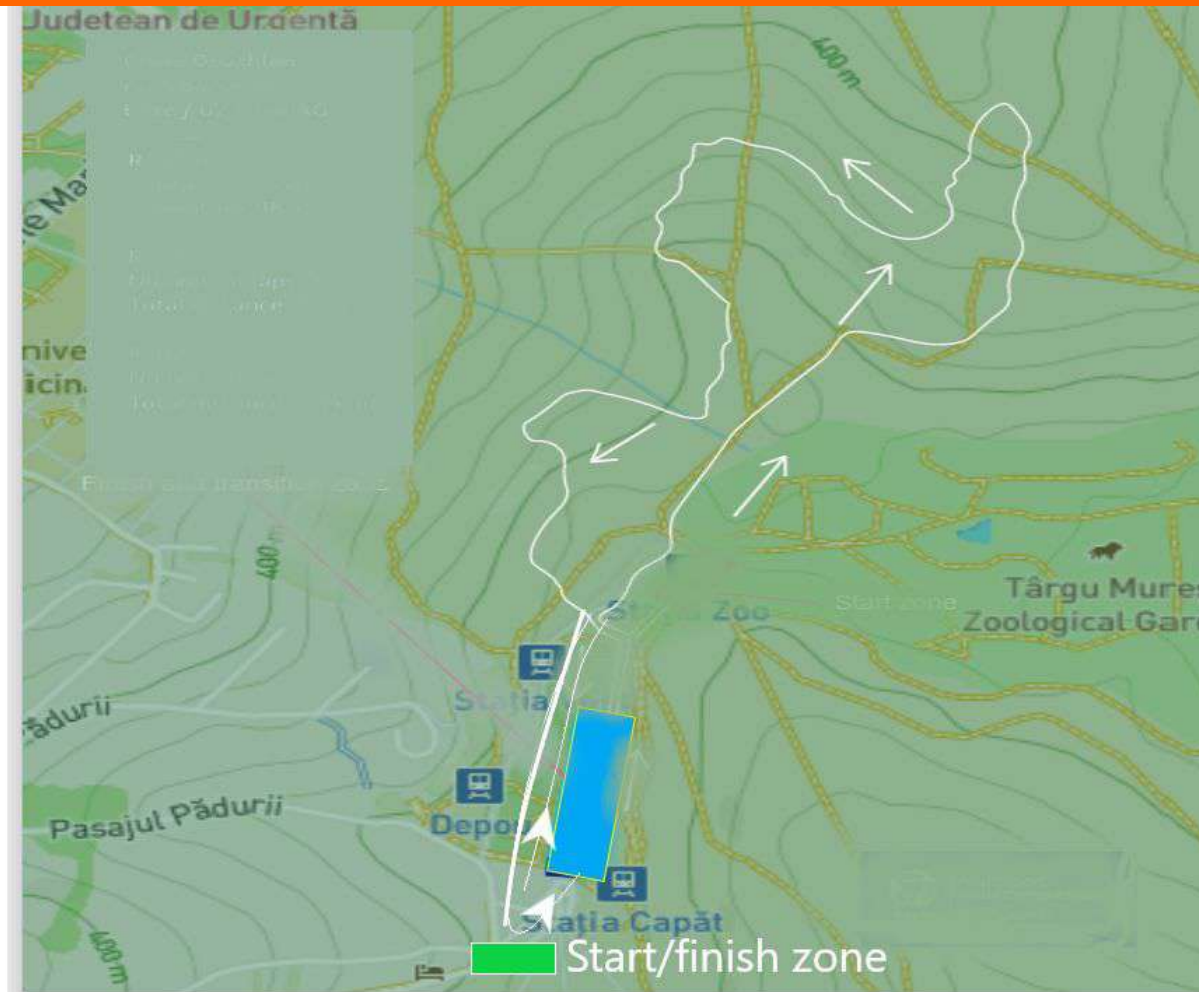
Fara  
penalizare

# Traseul de Bicicleta





# Traseul de Alergare Elit/U23/AG

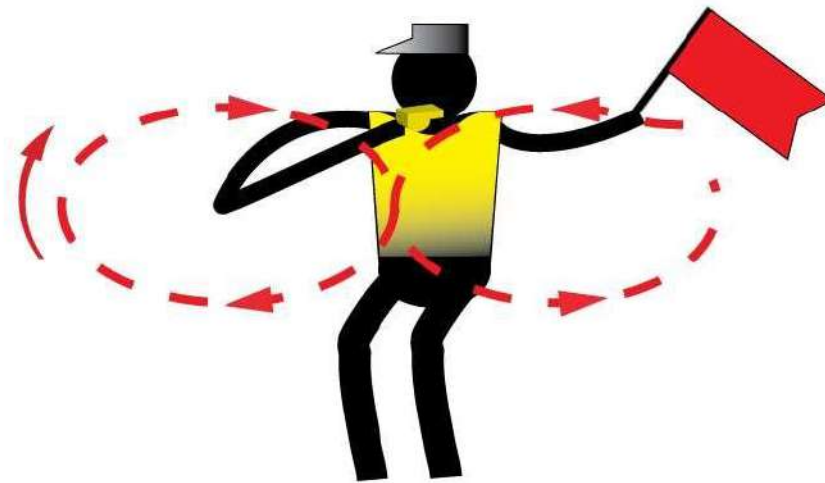


# Traseul de Alergare Junior/Para/Cadeti



# Atentie - PERICOL

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



# Penalizari tranzit

## Traseu bicicleta



Dismountline

# T2



Penalizare 10  
sec  
in alergare

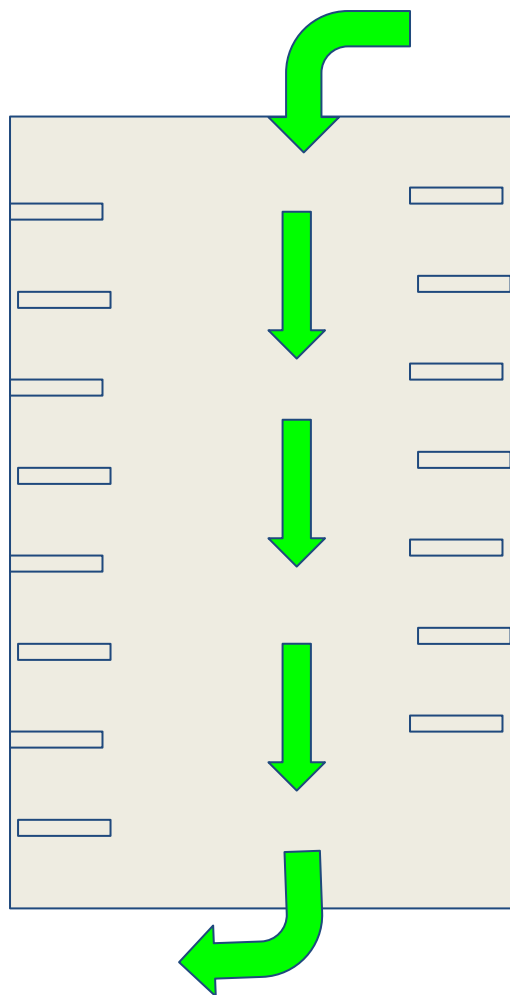


Dismountline



No Penalty

# Circulatia in T2



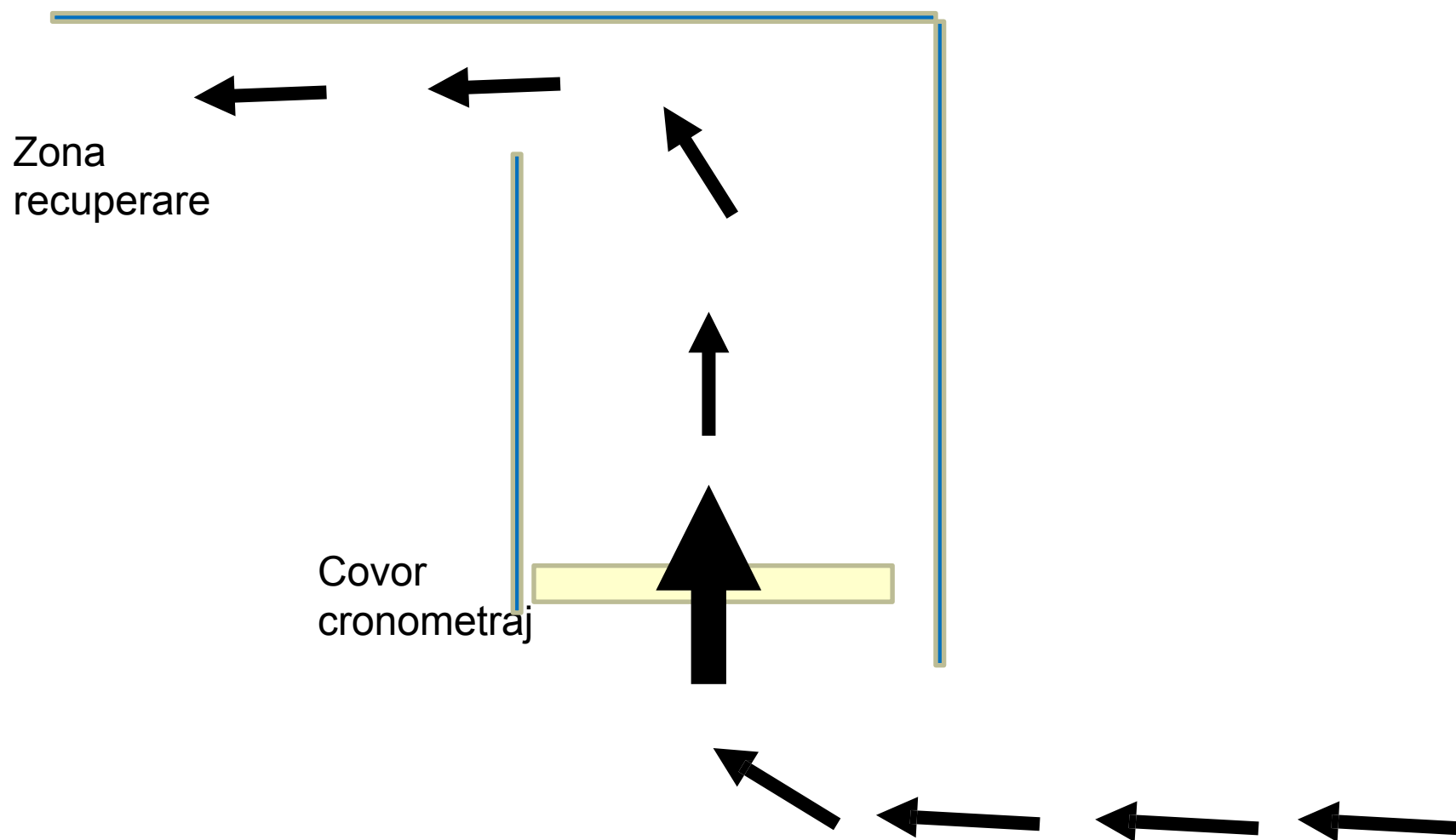
Start/Finish Zone

# Traseu alergare



- **Puncte de hidratare:**
  - 1 per tura
  - Doar apa in sticle sigilate individual
  - Punctul de hidratare se va constitui din Punctul de Hidratare pus la dispozitie de LOC si Zona de Hidratare Neutra de 25m neutral;
  - Sticlele de plastic se vor lasa in "Littering zone" (20m inainte si 80m dupa Punctul de Hidratare)
  - In Zona de Hidratare Neutra se admite hidratarea individuala sau a echipei de catre insotitori sau antrenori;

# Alergare la finish





# Vremea probabila



---

**Temperature**

**Weather**

**Duminica**

**Ora 11:00**

20°C





# Succes!