



Corporeanima

Asociatia Corporeanima, cu sediul în Bucuresti, Sector 1, str. Amintirii, nr. 51-53, cod postal 012442, înregistrată la Judecatoria Sectorului I, CIF 27803516, www.corporeanima.ro

REGULAMENTUL OFICIAL de organizare si desfasurare a evenimentului Maratonul Dacilor ediția a VI a din 31 august 2019

SECTIUNEA 1. ORGANIZATORII SI REGULAMENTUL OFICIAL AL COMPETITIEI

Competitia **Maratonul Dacilor 2019** este organizata de catre Asociatia Corporeanima. Evenimentul are drept scop promovarea alergarii în aer liber si a unui stil de viata sanatos, precum si promovarea in randul concurentilor si sustinatorilor acestora a unor locuri și momente importante din istoria Romaniei.

Participantii la Competitie sunt obligati sa respecte termenii si conditiile din prezentul Regulament Oficial al Competitiei (denumit în continuare "Regulament Oficial").

Regulamentul Oficial este întocmit si va fi facut public conform legislatiei aplicabile în România, fiind disponibil în mod gratuit oricarui solicitant pe site-ul www.corporeanima.ro si la locul de desfasurare a Competitiei. Prin participarea la aceasta Competitie, participantii sunt de acord sa respecte si sa se conformeze tuturor prevederilor, termenilor si conditiilor prezentului Regulament Oficial si ale legislatiei în vigoare aplicabile si sa semneze declaratia pe proprie raspundere pusa la dispozitie de catre Organizatori cu ocazia înscrierii, precum si în ziua concursului, la momentul validarii înscrierii.

SECTIUNEA 2. PERIOADA SI ZONA DE DESFASURARE A COMPETITIEI

Competitia va avea loc în ziua de **31 august 2019** începând cu ora 07:00, pe un traseu care intră în rezervația Parcul natural Grăsiștea-Muncelului Cioclovina, având ca puncte de reper Costești - Târșă - Prihodiște – Sarmizegetusa.

Sosirea pentru cursele de maraton și semi-maraton va avea loc la Sarmizegetusa Regia. Înscrierea și validarea înscrierii la competitie va avea loc la Centrul de Informare din Costești. Activitatea de premiere va avea loc la Costești.

Pe durata desfasurarii Competitiei, între orele 07.00-17.00, pe traseul competiție vor fi voluntari. Competitia se desfasoara conform mecanismului Competitiei, asa cum este acesta detaliat în Sectiunea 3 din prezentul Regulament.



Corporeanima

Asociația Corporeanima, cu sediul în București, Sector 1, str. Amintirii, nr. 51-53, cod postal 012442, înregistrată la Judecătoria Sectorului I, CIF 27803516, www.corporeanima.ro

SECȚIUNEA 3. MECANISMUL COMPETITIEI

3.1. Participanții și desfășurarea competiției

Această competiție se adresează persoanelor pasionate de alergare, cărora starea de sănătate și condiția fizică le permite o alergare pe poteci montane pe distanța de aproximativ 44 km la proba de maraton, respectiv 24 km la proba de semi-maraton, cros 5 km.

Competiția va cuprinde 3 probe distincte și anume: Maraton 44 km, Semi maraton 24 km și Cros 5 km, cu următoarele categorii:

- a1) masculin
- a2) feminin

Fiind vorba despre un maraton montan distanțele reale vor avea o marjă de toleranță de 1-2 km.

3.2 Condiții de participare

Pentru a participa la cursele de maraton și semimaraton participanții trebuie:

- Să aibă cel puțin 18 ani împliniți la data desfășurării cursei
- Pentru proba de maraton este obligatoriu ca fiecare participant să fi alergat cel puțin un maraton sau semi-maraton montan sau un maraton de șosea în ultimii doi ani.
- Să-și asume responsabilitatea pentru participarea la cursă. Organizatorul nu poate fi făcut responsabil pentru orice accident sau pagubă pe care participantul le va întâmpina în timpul competiției.
- Să plătească contribuția de înscriere până în data de **1 iunie 2019**.
- Să aibă în posesie un act de identitate valid pentru verificare.

Este posibil ca organizatorul să ceară adeverințe medicale prin care să se ateste că participanții sunt apti pentru a alerga curse de anduranță.

Locurile la probele de maraton și semi-maraton sunt limitate la 500 de participanți. Organizatorul își rezervă dreptul de a suplimenta numărul de locuri.

3.3. Traseul de concurs

Startul probei de maraton va fi de la Costești, de la ora 7.00, pentru proba de semi-maraton de la Costești de la ora 9.00, iar proba de Cros va avea startul la ora 7.10. Sosirea pentru probele de maraton și semi-maraton va avea loc la Sarmizegetusa Regia, iar proba sosirea la proba de cros va fi în același loc cu startul probei.



Corporeanima

Asociația Corporeanima, cu sediul în București, Sector 1, str. Amintirii, nr. 51-53, cod postal 012442, înregistrată la Judecătoria Sectorului I, CIF 27803516, www.corporeanima.ro

- **Maraton 44 km.** Traseu: Start ora 7.00 Costești - Costești Cetățuie – Costești – Costești Blidaru – Târsa- Prihodiște - Alun - Piatra Roșie - Poiana Omului – Prihodiște - Grădiștea de Munte - Fețele Albe - Sosire: Sarmizegetusa Regia. Durata maximă a probei de maraton este de 9 ore.

- **Semi-maraton 24 km.** Traseu: Start ora 9.00 Costești – Costești Blidaru – Târsa- Prihodiște – Grădiștea de Munte - Fețele Albe - Sosire: Sarmizegetusa Regia. Durata maximă a probei de semi-maraton este de 7 ore.

- **Cros 5 km.** Traseu: Start: Costești – Costești Cetățuie – Sosire: Costești. Durata maximă a probei de cros este de 80 minute. Start ora 7.10.

- **Cursa copiilor va avea loc pe 30 august**, de la ora 9.00 pe traseul Costești – Cetățuie – Costești și va avea un caracter necompetitiv.

Traseul poate avea mici modificări, funcție de aprobările obținute de la autoritățile locale și administrația rezevației Parcul natural Grădiștea-Muncelului Cioclovina. În cazul unor condiții atmosferice extreme, gen furtuni cu fulgere, organizatorul poate schimba traseul, ora de start sau chiar anula cursa.

Pe traseu sunt multe zone unde nu există semnal telefonic, iar comunicarea este îngreunată. Participanții sunt avertizați să nu se aventureze la eforturi care le depășesc limitele. În caz de urgență se poate apela numărul 112. Pe numărul de concurs există și telefonul directorului cursei.

3.4. Înscriere

Înscrierea se face din pagina www.maratonuldacilor.ro ; <http://www.corporeanima.ro/maratonuldacilor/> . Înscrierea se face până în data de **1 iunie 2019**. Organizatorul își rezervă dreptul de a modifica data limită de înscriere și numărul maxim al participanților.

3.5. Contribuția de participare

Contribuția pentru înscrierea la cele trei probe este de 135 lei de persoană pentru participanții înscriși până la data de **1 ianuarie 2019** și de 150 lei pentru participanții înscriși după data de **2 ianuarie 2019, iar după data de 1 iunie 2019 este 200 lei în limita locurilor disponibile** . Contribuția se plătește în maxim trei zile de la înscrierea pe site. Pană pe data de **1 iunie 2019** fiecare participant va plăti contribuția de participare în contul Asociației Corporeanima, RO62BRDE445SV30308504450, BRD TRIUMF, cu sediul în București, Sector ,



Corporeanima

Asociația Corporeanima, cu sediul în București, Sector 1, str. Amintirii, nr. 51-53, cod postal 012442, înregistrată la Judecătoria Sectorului I, CIF 27803516, www.corporeanima.ro

str. Amintirii, nr. 51-53, cod post 012442, înregistrată la Jud. Sec. I, CIF 27803516.

3.6. Declarația pe propria răspundere și control medical

La ridicarea numerelor de concurs toți concurenții vor completa și semna o declarație pe propria răspundere, ca sunt apti din punct de vedere medical pentru a participa la competiție. Organizatorul poate cere și adeverință medicală prin care să se ateste că participantul este apt pentru a face față eforturilor cursei la care este înscris. Adeverința medicală poate fi solicitată de organizator cu minim 20 de zile înainte de desfășurarea cursei și este obligatorie pentru participarea la cursă. Organizatorul nu poate fi făcut responsabil pentru orice accident sau pagubă pe care participantul le va întâmpina în timpul competiției.

3.7. Echipament - condiții de concurs - numere de concurs – festivitatea de premiere

Concurenții vor participa la competiție folosind propriul echipament. Se recomandă concurenților să poarte echipament de alergare corespunzător condițiilor meteorologice de la ora de desfășurare a competiției. Maratonul Dacilor este o competiție de alergare montană, traseul este alcătuit 90% din drumuri forestiere și poteci de munte și 10% drum asfaltat. Menționăm că pe mai mult de 50% din traseu nu există semnal de telefon mobil, dar poate fi folosit serviciul 112. Punctele de alimentare sunt la distanțe de 5-10 km unul de celălalt, astfel încât este necesară umplerea bidonului cu apă la fiecare punct de alimentare.

Fiecare participant este obligat să aibă următorul echipament obligatoriu:

- număr (dat de organizator)
- șapcă, bandană sau pălărie de soare
- pantof de alergare cu profil montan
- bidon cu apă de minim 0,5 litri
- batoane energizante sau geluri energizante
- haina de ploaie / vant
- telefon mobil



Corporeanima

Asociatia Corporeanima, cu sediul în Bucuresti, Sector 1, str. Amintirii, nr. 51-53, cod postal 012442, înregistrată la Judecatoria Sectorului I, CIF 27803516, www.corporeanima.ro

Vremea în această perioadă este variată și poate fi de la caniculă până la ploaie torențială.

Ridicarea numerelor de concurs se va face numai pe baza unui act de identitate în original de la Centrul de Agrement Costești, din comuna Costești, județul Hunedoara în zilele de **29 august orele 18.00-20.00 și 30 august orele 16.00-23.00.**

-Numerele de concurs vor fi puse la dispozitie de catre organizatori si se vor înmâna concurentilor dupa completarea si semnarea declaratiilor pe propria raspundere și prezentarea actului de indentitate .

Numerele de concurs se vor amplasa pe echipamentul de alergare în zona pieptului/abdomenului a fiecarui concurent, astfel încât sa fie vizibile de către arbitrii de cursă.

Festivitatea de premiere va avea loc la Costești, la Centrul de Agrement, de la ora 19.00.

3.8. Start. Limite de timp.

Startul competitiei va fi pentru cele 3 probe la Costești, respectiv proba de **maraton de la ora 7.00**, proba de **semi-maraton de la ora 09:00**, **proba de cors la ora 7.10.**

Limita de timp pentru proba de maraton: 9 ore. Participanții la proba de maraton trebuie să ajungă la următoarele puncte de control:

- Cetatea Costești – Cetățuie 40 minute.
- Cetatea Blidaru 1 oră 20 de minute.
- Prihodiște prima dată în maxim 4 ore (km 16)
- Prihodiște a doua oară (km 30, după parcurgerea traseului la cetatea Piatra Roșie – Poiana Omului- Prohodiște) în maxim 6 ore 45 minute.
- Intersecția potecii care coboară de la Fețele Albe cu șoseaua ce urcă la Sarmizegetusa cu aproximativ 2 km înainte de final de cursă 8 ore 15 minute.

Limita de timp pentru proba de semi-maraton: 7 ore. Participanții la proba de semi-maraton trebuie să ajungă la următoarele puncte de control:

- Prihodiște în maxim 3 ore 15 minute (km 12)
- Intersecția potecii care coboară de la Fețele Albe cu șoseaua ce urcă la Sarmizegetusa cu aproximativ 2 km înainte de final de cursă 6 ore 15 minute.



Corporeanima

Asociatia Corporeanima, cu sediul în Bucuresti, Sector 1, str. Amintirii, nr. 51-53, cod postal 012442, înregistrată la Judecatoria Sectorului I, CIF 27803516, www.corporeanima.ro

Limita de timp pentru proba de cros: 1 oră și 20 de minute. Participanții la proba de cros trebuie să ajungă la punctul de control din cetatea Costești în maxim 45 de minute pentru a nu fi descalificați.

Participanții care depășesc limitele de timp și totuși continuă cursa vor preda numărul de concurs arbitrilor de traseu. În cazul în care participanții nu respectă indicațiile arbitrilor aceștia vor fi descalificați și în funcție de situație nu vor mai avea dreptul să se înscrie la următoarele ediții.

În cazul în care un participant dorește să abandoneze cursa este obligat să anunțe arbitrii de traseu și să trimită un sms la numărul de telefon de pe numărul de concurs.

3.9. Stabilirea rezultatelor

Clasamentul se va face în ordinea sosirii fiecărui participant, atât la Masculin, cât și la Feminin.

La trecerea liniei de sosire se va cronometra timpul în care fiecare participant va reuși să parcurgă întregul traseu.

Se vor întocmi clasamente separate pentru fiecare categorie:

- 1) Maraton – masculin și feminin
- 2) Semi-maraton – masculin și feminin
- 2) Cros – masculin și feminin

3.10. Arbitrii de traseu

Pe traseul de concurs vor fi arbitrii de cursă care vor supraveghea respectarea traseului de către concurenți și vor înregistra fiecare trecere. Concurenții care nu vor trece pe la punctele de control vor fi descalificați. Concurenții care nu trec în limitele de timp stabilite vor fi descalificați.

Dacă un arbitru de cursă va observa o tentativă de "taiere" (scurtare sau abatere) a traseului, concurentul respectiv va fi descalificat.

SECȚIUNEA 4. ANUNȚAREA ȘI ÎNMÂNAREA PREMIILOR

4.1. Titluri și premii

Fiecare participant care încheie cursa va primi o medalie de finisher. Concurenții clasati pe primele 3 locuri la masculin și feminin vor primi diplome.

SECȚIUNEA 5. CONDIȚII ADMINISTRATIVE



Corporeanima

Asociatia Corporeanima, cu sediul în Bucuresti, Sector 1, str. Amintirii, nr. 51-53, cod postal 012442, înregistrată la Judecatoria Sectorului I, CIF 27803516, www.corporeanima.ro

5.1. Conditii administrative (pe timpul curselor)

Organizarea evenimentului revine Asociatiei Corporeanima care se ocupa de implementarea evenimentului si care pune la dispozitie arbitrii si voluntarii necesari bunei desfasurari a competitiei.

Pe timpul desfasurarii cursei vor exista puncte de hidratare unde concurentii se pot alimenta cu apa. Acestea sunt dispuse la distante de 5-10 km. La punctele de hidratare nu vor fi pahare de plastic, fiecare participant fiind obligat să folosească bidonul propriu pentru alimentare. Este recomandat ca bidonul să fie umplut la fiecare punct de alimentare. Pe durata desfășurării concursului, participanții nu pot părăsi traseul de alergare si nici nu îl pot schimba, prin scurtare sau alegerea de trasee alternative, respectând marcajul făcut cu banda și vopsea. Participanții care renunță la cursa pe parcursul alergării sunt rugați să se prezinte în punctele de alimentare, pentru a anunța organizatorii despre abandon. Competiția va beneficia de prezenta unei ambulante. Fiecare participant va respecta indicațiile medicului, acesta putând recomanda chiar întreruperea cursei. În cazul în care un participant nu respectă indicațiile medicului acesta va fi eliminat din cursă. Organizatorul poate decide ca un participant care are un comportament neadecvat, nu respectă indicațiile medicului și/sau arbitrilor de cursă să nu mai poată participa la edițiile următoare ale cursei.

5.2. Condiții administrative (generale)

În conformitate cu legislația în vigoare, organizatorii vor face publice numele câștigătorilor si premiile acordate în cadrul acestei Competitii. Clasamentul va fi publicat dupa data de **1 septembrie 2018** pe site-ul www.corporeanima.ro .

Organizatorii se obligă, de asemenea, sa respecte prevederile Legii nr. 677/2001 privind protectia datelor cu caracter personal.

Ca atare, organizatorii se angajează să păstreze confidențialitatea datelor cu caracter personal ale participanților/ câștigătorilor la prezenta Competiție și să le utilizeze conform prezentului Regulament Oficial, al declaratiei participantilor pe propria raspundere si legislatiei în vigoare.

Concurenților le este interzisă aruncarea oricăror resturi, gunoaie în zona de desfășurare a competiției sub sancțiunea descalificării din competiție. Aceștia vor putea folosi pungile de gunoi amplasate la punctele de hidratare. Organizatorii vor asigura la terminarea evenimentului eliminarea deșeurilor și depunerea acestora în containere de gunoi.



Corporeanima Asociația Corporeanima, cu sediul în București, Sector 1, str. Amintirii, nr. 51-53, cod postal 012442, înregistrată la Judecătoria Sectorului I, CIF 27803516, www.corporeanima.ro

Organizatorii își rezervă dreptul de a modifica prezentul Regulament până la data începerii competiției cu obligativitatea anunțării modificărilor intervenite pe www.corporeanima.ro și la locul de desfășurare a competiției.

Echipa de organizare:

Daniel Lixandru - Director maraton [Tel:0744.549326](tel:0744.549326),

E-mail: daniel.lixandru@1marathon.ro, www.corporeanima.ro

Daniela Măguriță

Daniel Matei