

# Campionatul Național de Marș și Alergare pe Șosea - Masters - 10km

## REGULAMENT DE PARTICIPARE

### I. DATA ȘI LOCUL DESFĂȘURĂRII

1 iunie 2019, Tăuții Măgherauș, în parteneriat cu Primăria și Consiliul Local Tăuții Măgherauș. Startul va fi la ora 9:30 pentru Alergare pe Șosea, ora 11 pentru Marș.

### II. ORGANIZARE

Organizatori sunt: Asociația Club Sportiv Școala Alergării CSSA cu sprijinul Consiliului Local și Primăria Tăuții Măgherauș .

### III. PROBE

10 km Marș și Alergare pe Șosea - Masculin și Feminin - individual. Traseul este în circuit de 2,5 km, urmând să se alerge 4 ture.

### IV. PARTICIPANȚI

Condiții de participare pentru atleți (trebuie îndeplinite cumulativ):

- Să dețină cetățenie română;
- Să fie legitimați la un club sportiv afiliat FRA (conform criteriilor de legitimare care se găsesc pe siteul [www.fra.ro](http://www.fra.ro), la secțiunea Regulament 2019, Capitolul 3, punctul 2 - <http://www.fra.ro/fisiere/1548344597.pdf>);
- Să aibă viza medicală la zi, consemnată în carnetul de legitimare (controlul medical pentru viza medicală este obligatoriu o dată la șase luni). Prezentarea în original a carnetelor de legitimare, cu viza pe anul 2019 și vizita medicală la zi este OBLIGATORIE la ridicarea kitului de concurs.

### V. ÎNSCRIERE

Înscrierea se face online, pe site-ul [www.my-run.ro](http://www.my-run.ro). Termenul limită de înscriere este 20 mai 2019, ora 23:59. Categori: 35-39; 40-44; 45-49; 50-54; 55-59; 60-64; 65-69; 70-74; 75-79; 80-84 masculin și feminin.

### VI. TAXĂ DE PARTICIPARE

Atleții vor achita taxa de participare de 30 lei.

### VII. RIDICAREA KITULUI DE CONCURS

Ridicarea kitului de concurs se poate face începând de vineri 31 mai 2019, între orele 09:00 - 18:00. Este obligatorie prezentarea în original a carnetelor de legitimare, cu viza pe anul 2019 și vizita medicală la zi.

### VIII. VALIDARE ȘI APEL

Validările concurenților se fac în preziua începerii competiției. Apelul se face cu 15 minute înainte de startul fiecărei probe de concurs.

#### **IX. ȘEDINȚĂ TEHNICĂ**

Ședința tehnică va avea loc în preziua competiției, vineri 31 mai 2019, între orele 20:00 - 20:30.

#### **X. CONCURS**

Pe toată durata competiției, este OBLIGATORIE purtarea numărului de concurs repartizat, în partea din față, vizibil.

#### **XI. PREMIERE**

Clasamentul și premiarea la Campionatul Național se vor face separat. Premiile constau în medalii, diplome, tricouri de campion național și premii în bani. Premiarea la Campionatul Național se face pe categorii de vârstă.

#### **XII. CONTROL DOPING**

Controlul doping se efectuează cu respectarea reglementărilor I.A.A.F., W.A.D.A. și a legislației naționale în vigoare, prin selecție aleatorie, selecție ierarhizată sau țintă, atât la competiție, cât și în afara ei. Întreaga procedură de control doping este disponibilă pe site-ul [www.fra.ro](http://www.fra.ro), la secțiunea Regulament 2019.

### **NOTĂ INFORMATIVĂ**

I. Concurs OPEN - 2,5km ALERGARE și MARȘ - cursă populară.

II. Adeverința medicală eliberată cu 48h înaintea cursei este obligatorie.

III. Înscrierea pentru Campionatul Național de Marș și Alergare pe Șosea se poate face și la tel.: 0740 792 697 - Dl. Hecko Iosif până la data de 20 mai 2019.

IV. Centrul de concurs este la Sala de Sport Tăuții Măgherauș, la circa 250m de locul de start.

V. Apelul concurenților se face cu 15 minute înaintea fiecărei curse.

VI. Oferte cazare:

- Hotel Cuarț - Nistru - 80lei/cameră cu mic dejun inclus - Informații: Dl. Hecko Iosif - Tel.: 0740 792 697

- LPS Baia Mare - internat - Informații: Dna. Dorina

VII. Se asigură transport de la Gara din Baia Mare la Hotel Cuarț - Nistru la trenurile care sosesc în data de

31.05.2019 la orele 9.30 și 20.00 din București. De asemenea, se asigură transportul de la Hotel Cuarț -

Nistru la locul de start - Informații: Dl. Hecko Iosif - Tel.: 0740 792 697.