

REGULAMENT MUREȘ 24H

Cui i se adresează?

Această competiție este organizată pentru cicliști și alergătorii de anduranță amatori și profesioniști care au împlinit vârsta de 18 ani și care sunt apti din punct de vedere medical, fizic și mental să susțină acest tip de efort.

Pentru siguranța voastră, înainte de a vă înscrie la concurs, VĂ RECOMANDĂM să efectuați și următoarele:

- Test de efort EKG;
- EKG de repaus;
- Analize de sânge uzuale (pentru depistarea unor eventuale anemii severe etc.).

Persoanele care nu au împlinit încă vârsta de 18 ani, dar își doresc să participe la una dintre probele concursului, o pot face doar dacă înștiințează în prealabil organizatorii la adresa de mail office@muresrunners.ro și aduc acordul scris și semnat din partea ambilor părinți/tutori legali. Organizatorii își alocă dreptul de a verifica istoricul atletului în alergări ultra și de a lua decizia finală dacă permit sau nu participarea la concurs a atletului care nu a împlinit vârsta de 18 ani la data desfășurării concursului.

Informații generale.

- **Mureș 24h** este o cursă de MTB și alergare de anduranță care se desfășoară la Platoul Cornești, în Tîrgu Mureș (vezi [harta](#)), în 28-29 iulie 2018.
- Traseul este format dintr-o buclă cu lungimea de 10.8 km, cu 215 m diferență de nivel pozitivă, fiind de tip trail. Va fi marcat cu benzi vizibile pe timp de zi și semne reflectorizante pe timp de noapte. Pe traseu vor fi amplasate două puncte de hidratare/alimentare (cu apă, glucoză, electroliți, fructe, etc.);
- **Bariera de timp:** o buclă trebuie făcută în **2 ore la MTB** și în **3 ore la alergare**. Toți cei care în timp de 2 ore (MTB) și 3 ore (alergare) nu au realizat o buclă, sunt retrași din competiție. Dacă la momentul retragerii din competiție au fost efectuate mai puțin de 10 ture (la alergare) și 15 ture (la MTB), atunci se consideră abandon. Doar concurenții care au efectuat **minim 10 ture la alergare** și **15 ture la MTB** intră în clasament și sunt considerați **finisheri**.
- Participanții își pot depozita propriul echipament, sac de dormit, mâncare, băuturi energizante etc. în propriile corturile amplasate în zona de start/finish.
- Câștigător va fi declarat participantul/echipa care parcurge distanța cea mai mare în 24 ore.
- Concurenții trebuie să se descurce singuri, fără a fi însoțiți de *pacer*.
- Pe întreaga perioadă a probei la care s-au înscris, participanții pot pedala/alerga, pot merge la pas, pot lua pauze pentru a se odihni, pot dormi.
- Pauzele scurte: Se pot lua întotdeauna pauze scurte pentru rehidratare, schimbarea încălțăminteii sau îmbrăcăminteii, utilizarea toaletei, asistență medicală etc., fără a se

anunța pauza, dar sportivul trebuie să iasă și să reentre pe traseul cursei în același punct.

- Pauzele mai lungi: O pauză mai lungă trebuie anunțată la stația de înregistrare a buclelor (stația de cronometrare electronică), iar pauza trebuie să înceapă și să se încheie la linia de sosire.
- Concurenții nu au obligația de a fi prezenți pe traseu în ultimele secțiuni sau tururi ale cursei. Se punctează buclele/tururile complete efectuate.

Înscrierea.

Înscrierea la concursul **Mureș 24H** se face completând formularul online din secțiunea Înscrie-te, de pe site-ul www.muresrunners.ro. Înainte de a vă înscrie, asigurați-vă că ați citit cu atenție descrierea acestei competiții și că alegeți opțiunea care se potrivește cel mai bine pregătirii voastre fizice.

Taxa de participare.

Happy registration week (prima săptămână de înscrieri): 150 lei/persoană.

Ulterior: 200 lei/persoană.

Ultima săptămână de înscrieri: 250 lei/persoană.

Prin achitarea taxei de participare alergătorii beneficiază de următoarele:

- Experiența unui concurs de 24 de ore;
- Kitul de concurs: număr de concurs, batoane și geluri;
- Medalie de finisher și/sau tricou de finisher;
- Cip de cronometrare;
- Clasament online și diplomă online;
- Acces la pasta/pizza party;
- Acces la cele două puncte de hidratare / alimentare pe traseu, unde se va putea consuma apă, băutură cu electroliți, fructe etc.
- Fotografii din timpul evenimentului;
- Serviciu medical de urgență;
- Masaj de recuperare în timpul efortului.

Atenție! Locurile sunt limitate:

20 de locuri la MTB Individual;

20 de locuri la Trail Running Individual;

10 echipe la MTB;

10 echipe la Trail Running.

Total: 120 de participanți.

Probe.

MTB – Individual.

MTB – Echipe.

Trail Running – Individual.

Trail Running – Echipe.

Modul de organizare al echipelor este următorul:

- Echipetele pot fi mixte și sunt formate din 4 persoane, care pedalează/aleargă fiecare. Schimbul persoanelor din echipă se face doar în zona start/finish.

Premii.

Fiecare finisher va primi o medalie și/sau un tricou de finisher.

Vor fi premiate următoarele probe:

MTB/ Trail Running, locul I: 500 euro.

MTB/ Trail Running, locul II: 400 euro.

MTB/ Trail Running, locul III: 300 euro.

MTB/ Trail Running, locul IV: 200 euro.

MTB/ Trail Running, locul V: 100 euro.

Echipe MTB/ Trail Running, locul I: 300 euro.

Echipe MTB/Trail Running, locul II: 200 euro.

Echipe MTB/Trail Running, locul III: 100 euro.

Echipament.

MTB:

- Număr de concurs vizibil pe toată durata cursei (obligatoriu la toate probele);
- Bicicletă MTB cu roți de 26". 27,5" sau 29";
- Far și lumină roșie la spate
- Cască de ciclism;
- Elemente reflectorizante;
- Frontală;
- Geacă și pantaloni de schimb, tricou cu manecă lungă (recomandat la probele individuale);
- Recipiente și tacâmuri individuale personalizate pentru mâncare/lichide, care pot fi lăsate la cele două puncte de alimentare/hidratare sau în pavilioanele/corturile amenajate;
- Folie de supraviețuire (recomandat).

Trail Running:

- Număr de concurs vizibil pe toată durata cursei (obligatoriu la toate probele);
- Încălțări cu profil de ultra (recomandat);
- Elemente reflectorizante;
- Frontală;
- Geacă și pantaloni de schimb, tricou cu manecă lungă (recomandat la probele individuale);
- Recipiente și tacâmuri individuale personalizate pentru mâncare/lichide, care pot fi lăsate la cele două puncte de alimentare/hidratare sau în pavilioanele/corturile amenajate;

- Folie de supraviețuire (recomandat).

Program.

Vineri, 27 iulie 2018:

17:00 – 20:00: Acces în tabăra de bază, ridicarea kiturilor de participare.

Sâmbătă, 28 iulie 2018:

8:30 – 9:30: Montarea corturilor și instalarea participanților în tabăra de acces, ridicarea kiturilor de participare.

09:30 – 9:45: Sedința tehnică.

10:00: Start Mureș 24h.

Duminică, 29 iulie 2018:

10:00: Finish Mureș 24h.

10:00: Pasta Party.

11:00: Festivitatea de premiere.

Organizatorul pune la dispoziția participanților următoarele:

- Toalete, vestiar și dușuri în zona start/finish.
- Apă.
- Pizza/paste.
- Fructe.
- Cafea.

Amânarea sau anularea cursei.

Organizatorii își rezervă dreptul de a amâna cursa din motive meteo nefavorabile. De asemenea, în situații excepționale, evenimentul sportiv poate fi anulat cu înștiințarea prealabilă a celor înscriși.

Oprirea / retragerea din cursă.

Organizatorii își rezervă dreptul de a opri un participant dacă acesta s-a accidentat după start ori starea sa fizică nu-i mai permite continuarea cursei sau în alte cazuri excepționale.

Orice participant care nu mai poate sau nu mai vrea să continue cursa, indiferent de motiv, trebuie să-i informeze pe organizatori imediat, la start, la punctele de control sau sunând de pe traseu la numerele de urgență comunicate.

Descalificare.

Un participant va fi descalificat dacă:

- Scurtează bucla;
- Manifestă comportament nesportiv față de alți participanți, oficiali, public;

- Schimbă sau pierde numărul de concurs.

Siguranță.

- Concurenții își asumă direct răspunderea pentru participarea la această cursă prin semnarea declarației pe proprie răspundere, iar organizatorii nu sunt responsabili în cazul în care alergătorii se accidentează sau se rănesc, în timpul sau ca urmare a participării la această competiție.
- În zona de start va exista un punct de prim ajutor unde se va asigura serviciul medical de urgență în caz de nevoie.
- Organizatorii nu își asumă răspunderea pentru obiectele pierdute sau uitate pe traseu în timpul concursului sau după terminarea acestuia.

Anularea sau transferul participării.

Dacă dintr-un motiv întemeiat doriți să anulați participarea la cursă, vă rugăm să anunțați acest lucru organizatorilor la adresa de e-mail office@muresrunners.ro.

- Taxa de participare la eveniment nu este returnabilă și nu va fi considerată contribuție la un alt eveniment viitor organizat de noi.
- Totuși, aveți posibilitatea de a vă transfera locul altei persoane, trimițând un e-mail de solicitare la [office@muresrunners](mailto:office@muresrunners.ro) până la data de 20.07.2018, ora 12:00. Sarcina de a găsi persoana către care veți face transferul este responsabilitatea dumneavoastră.
- De asemenea, până pe 20.07.2018, ora 12:00, puteți să vă schimbați proba aleasă inițial, trimițând un email la office@muresrunners.ro. În cazul în care vă mutați de la o probă cu durată mai lungă la una cu durată mai scurtă, diferența de taxă nu se returnează. Dacă treceți de la o probă cu durată mai scurtă la una cu durată mai lungă, veți plăti doar diferența dintre cele două taxe de participare (adică taxa achitată deja pentru prima probă și taxa celei de-a doua probe la momentul transferului).
- După data de 20.07.2018 niciun fel de modificare nu va mai fi acceptată din motive organizatorice.