

## REGULAMENTUL CONCURSURILOR DE ORIENTARE ÎN ALERGARE - ediția 2022 -

Prezentul Regulament intră în vigoare și este aplicabil începând cu data de **01 Mai 2022**

### Cuprins

1. Definiții - clasificări.....	2
2. Prevederi generale .....	4
3. Cereri pentru organizarea competiției .....	4
4. Participarea la concursurile de orientare .....	5
5. Organizatorii concursurilor .....	6
6. Costurile de organizare și participare .....	8
7. Informații despre concurs .....	8
8. Înscrierile la concurs .....	9
9. Ordinea de start .....	9
10. Validarea înscrierilor, ședințe oficiale .....	10
11. Terenul de concurs .....	10
12. Harta de concurs .....	11
13. Traseele de concurs .....	11
14. Descrierile posturilor de control .....	12
15. Postul de control .....	13
16. Montarea și echiparea postului de control .....	13
17. Marcaje pe teren .....	14
18. Întreținerea marcajelor .....	15
19. Cardul concurentului .....	15
20. Echipamentul de concurs .....	16
21. Startul .....	16
22. Sosirea.....	17
23. Locul de schimb la probe de stafetă .....	18
24. Cronometrajul .....	19
25. Stabilirea rezultatelor .....	20
26. Anunțarea rezultatelor.....	20
27. Sportivitate și fair - play .....	21
28. Reguli de comportament în timpul concursului .....	21
29. Reclamații - observații .....	22
30. Contestații .....	22
31. Juriul de concurs .....	23
32. Abateri de la disciplina sportivă: .....	24
33. Arbitrul controlor național .....	24
34. Controlorul internațional .....	25

35. Documentele concursului .....	25
36. Mass-media, publicitatea, sponsorizarea .....	25
37. Dispoziții finale .....	25
A1: Principii pentru proiectarea traseelor de orientare .....	27
A2: Tabel cu timpii câștigători de referință, pe principalele tipuri de probe și categorii de participare	32
A3: Numărul minim de arbitri necesari la un concurs de Orientare .....	33
A4: Tabel cu numărul minim de zile necesar trasării .....	33

## 1. Definiții - clasificări

**1.1 Orientarea** este disciplina sportivă ce constă în parcurgerea unui traseu, într-un teren necunoscut, materializat printr-o succesiune de posturi de control prin care sportivul trebuie să treacă; acesta alege ruta cu ajutorul hărții și a busolei, se deplasează prin propriile mijloace, găsește și trece prin posturile de control prin propriile simțuri și raționamente. Traseul nu este cunoscut de concurent înainte de start.

**Orientarea în alergare** este o ramură de sport a disciplinei Orientare, care constă în parcurgerea traseelor de orientare utilizând ca mijloc de deplasare propriul sistem locomotor (în alergare sau mers).

Performanța și rezultatul obținut se stabilesc, sub condiția respectării conduitei sportive, a prezentului regulament și a acelor regulamentele de orientare în vigoare la data competiției, prin evaluarea celor două componente și anume:

- a) timpul în care sportivul parcurge traseul;
- b) atingerea tuturor posturilor de control din traseu, în ordinea stabilită de către organizator, după caz.

Prin termenul „sportiv” se înțelege o persoană de orice gen sau vârstă, ori echipă, după caz.

În cursele cu start individual, concurenții se orientează și se deplasează în teren independent. În cursele cu start în masă/ mass start și de urmărire/pursuit, concurenții pot alerga adesea foarte aproape unul de celălalt, dar formatul competiției impune în continuare o orientare independentă.

### 1.2 Concursurile de orientare se clasifică după:

a) Modul de deplasare:

- în alergare;
- pe schi;
- pe bicicletă;
- trail-O;
- alte moduri de deplasare.

Prezentul regulament este aplicabil concursurilor de orientare în alergare.

b) Timpul de desfășurare:

- de zi, pe lumină naturală (startul primului participant nu trebuie să fie mai devreme decât răsăritul soarelui, iar timpul de control al ultimului participant care concurează trebuie să expire înainte de apus);
- de noapte, pe întuneric (primul start trebuie să înceapă nu mai devreme de 1 oră după apusul soarelui și timpul realizat al ultimului participant care aleargă trebuie să expire mai devreme de 1 oră înainte de răsăritul soarelui);
- mixt (zi-noapte / noapte-zi).

Dacă ora competiției nu este menționată, se consideră că se desfășoară pe timp de zi.

c) Tipul probelor:

- individual (sportivii concurează independent);
- ștafetă (doi sau mai mulți membri ai echipei aleargă consecutiv curse individuale);
- echipă (doi sau mai mulți sportivi concurează individual, rezultatul cumulându-se);
- patrolă (o patrolă constă din doi sau mai mulți concurenți care parcurg împreună traseul de concurs. Cu excepția cazului în care se menționează altfel, patrola este formată din doi concurenți din aceeași grupă de vârstă).

Dacă nu se specifică altfel, competițiile sunt considerate individuale, în aceeași grupă de vârstă.

d) Modul în care se determină rezultatele :

- competiții cu o singură etapă (rezultatul etapei este rezultatul final);
- competiții cu mai multe etape (rezultatul cumulat a două sau mai multor etape, desfășurate într-o zi sau mai multe zile, reprezintă rezultatul final);
- concursuri de calificare (rezultatul obținut reprezintă criteriul de participare într-o etapă următoare sau finală). Rezultatele etapelor de calificare pot determina, de asemenea, ordinea de start în finală. Rezultatul competiției este cel rezultat în finală. Pot exista finale A, B ș.a., concurenții clasati în finala B plasându-se după concurenții clasati în finala A și așa mai departe. Acolo unde există o singură manșă și toți concurenții participa la calificare, pentru a se califica în finală, cursa de calificare se numește **prolog**.
- competiție de knock-out: există inițial una sau mai multe manșe cu interval de start, pentru a se califica pentru secțiunea knock-out. În secțiunea knock-out există una sau mai multe runde cu mai multe manșe paralele și starturi în masă, unde se califică alergătorii de frunte pentru runda următoare. În cele din urmă, există o singură cursă (finală) cu start în masă (mass start), pentru a determina clasamentul la vârf.

e) Ordinea în care sunt atinse posturile de control:

- în ordine specificată (ordinea este impusă de organizator);
- în ordine nespecificată (tip poligon) ori mix între prima și a doua variantă;
- score: fiecare post de control primește o anumită valoare (exemplu puncte); concurentul alege posturile de control și în ce ordine le atinge.

f) Lungimea traseului:

- lungă distanță;
- medie distanță;
- sprint;
- semimaraton;
- altă distanță (super sprint, ultra lungă distanță).

g) modul de plecare în concurs:

- un start la intervale de timp (se cronometrează timpul realizat de fiecare sportiv; concurentul cu cel mai rapid timp este câștigătorul)
- start în masă (sau „mass start”), în care toți concurenții pleacă în același timp de start, iar clasamentul este dat de ordinea sosirii;
- de urmarire (tip „egalare de timp” sau „pursuit”), prin care concurenții încep la intervale de timp, în funcție de rezultatele din cursa / cursele anterioare; clasamentul este dat de ordinea sosirii în această ultimă etapă;

h) în funcție de aspectul posturilor de control:

- tradițional (obișnuit, clasic, normal, ) – posturile de control sunt marcate cu un lampion de control și o stație electronică.
- micro-Orientare (micro-O) - În plus față de postul de control corect amplasat, în imediata vecinătate există altele suplimentare (greșite, false). Toate posturile de control au același cod, ori nu au toate. Concurenții primesc penalizări pentru greșelile înregistrate traseu. Proba se poate desfășura cu posturi de control fără lampionane.
- mixt - există atât posturi de control tradiționale, cât și micro-Orientare

### **1.3 Tipul concursurilor de orientare:**

- a) Finalele de Campionat Național (F.C.N.) sunt competiții oficiale la care se acordă titluri de campion național. Acestea se organizează sub egida F.R.O. și a comisiei de organizare, sub coordonarea Controlorului Național, desemnat de Colegiul de Arbitri.
- b) Etapele de Campionat Național (E.C.N.) constau într-o serie de competiții oficiale pe baza cărora se acordă clasificarea sportivă, se desemnează cea mai bună echipă de club și titlul de campion național. Aceste competiții se organizează sub egida FRO și a comisiei de organizare.
- c) Cupa României (CR) este o competiție oficială care se organizează sub egida FRO și a comisiei locale de organizare, aprobată de Consiliul Director.
- d) Etapele de Clasificare Mondială (WRE) sunt concursuri oficiale cuprinse în calendarul competițional național și internațional (IOF), cu participare internațională, organizate sub autoritatea FRO și/sau a organizatorului local. În funcție de rangul competițiilor, acestea se organizează conform prezentului regulament și a regulamentelor IOF.
- e) Concursurile Interjudețene (IJ), de interes zonal, și Județene (J) sunt concursuri cuprinse în calendarul competițional intern, care se organizează sub autoritatea organizatorului local.
- f) Concursuri Naționale (C.N.);
- g) Alte concursuri neconvenționale (de selecție, de popularizare și inițiere, patrolă, Rogaining, Raid-Orientare etc.).

## **2. Prevederi generale**

**2.1** Prezentul regulament se aplică la toate competițiile de Orientare în alergare care se organizează sub egida F.R.O. Acestea se organizează și se desfășoară în conformitate cu aceste reglementări.

**2.2** Respectarea prezentului regulament este obligatorie oricăror persoane care intră în legătură cu concursurile de orientare (sportivi, antrenori, oficiali, spectatori, mass-media etc.).

**2.3** În completarea acestui regulament sunt valabile și trebuie respectate următoarele norme internaționale și naționale ale IOF și FRO, având caracter complementar:

- Norme pentru Întocmirea Hărților de Orientare (I.O.F.): ISOM, ISSprOM
- Principii de trasare (Anexa 1, I.O.F.)
- Norme pentru Descrierea Posturilor de Control (I.O.F.)
- Reguli pentru Efectuarea Testelor Anti-Doping (I.O.F.) și legislația națională;
- Sistemul competițional anual al F.R.O.;
- Precizări la Sistemul competițional anual al F.R.O.

În cazul în care unele prevederi sunt în contradicție, Regulamentele I.O.F. sunt de referință.

**2.4** Pentru organizarea competițiilor internaționale sub egida I.O.F., primează Regulamentele I.O.F.

**2.5 Principiul de bază în interpretarea acestui regulament de către concurenți, antrenori, organizatori, și juriul de concurs trebuie să fie sportivitatea. Orice interpretare a prevederilor**

**prezentului regulament trebuie să țină cont de principiile fair-play-ului în sport și de obiectivitatea și relevanța rezultatelor în sport.**

- 2.6 Consiliul Director, pe baza propunerilor elaborate de comisiile și colegiile de specialitate, poate hotărî modificări sau adaptări ale prezentului regulament, prin precizările la sistemul competițional, redactate anual. În cazul în care se redactează și se aprobă o versiune îmbunătățită a prezentului regulament, aceasta va fi comunicată de federație imediat după adoptare.
- 2.7 Acestea vor fi precizări suplimentare la sistemul competițional, vor conține prevederi care nu contravin regulamentului. Pentru a intra în vigoare, acestea au nevoie de aprobarea Consiliului Director al FRO.
- 2.8 Comisia de organizare a unei competiții nu se poate abate de la datele prevăzute în invitație, fără a avea o justificare tehnică și fără aprobarea Consiliului Director.
- 2.9 Consiliul Director al FRO poate permite derogări de la toate aceste reguli și regulamente în organizarea competițiilor de orientare. Cererile de autorizare a acestor excepții de la regulile de procedura vor fi trimise secretariatului FRO cu cel puțin 1 luna înainte de competiție.
- 2.10 Necunoașterea Regulamentului nu poate fi invocată ca scuză pentru nerespectarea prevederilor acestuia.

### **3. Cereri pentru organizarea competiției**

- 3.1 Cluburile sportive sau asociațiile județene/municipale, în calitate de membri afiliați ai F.R.O., pot organiza competiții de orice nivel. Alte organizații, instituții, persoane fizice și juridice pot organiza competiții de Orientare cu sprijinul arbitrilor de orientare, atestați de Colegiul Central al Arbitrilor din cadrul F.R.O.
- 3.2 Cererile pentru organizarea concursurilor sub egida F.R.O. trebuie înaintate federației, folosind formularele oficiale, în termenele stabilite de Consiliul Director.
- 3.3 F.R.O. poate anula aprobarea pentru o competiție organizată sub egida sa, dacă organizatorul nu se conformează reglementărilor, solicitărilor F.R.O., a Arbitrului de Control Național sau informațiilor transmise în cererea de organizare. Organizatorul nu poate pretinde despăgubiri în acest caz.
- 3.4 Concursurile IJ vor fi trecute în calendarul competițional al FRO doar dacă organizatorul trimite la federație, în termenul stabilit, cererile de înscriere în calendar, folosind formularele oficiale. Calendarul competițional al F.R.O. se va actualiza pe cât posibil în timp real, pe o platformă electronică, iar pe website-ul F.R.O. se vor posta diferite versiuni ale acestuia.
- 3.5 Concursurile internaționale, organizate de cluburile sau asociațiile județene pot fi introduse în calendarul Federației Internaționale de Orientare dacă în prealabil acestea au avizul F.R.O. prin Comisiile de Specialitate. Solicitarea înscrierii competițiilor internaționale va conține toate datele relevante la data respectivă, în funcție de prevederile IOF în vigoare. Înscrierea competițiilor în cadrul calendarului IOF se face numai de către secretariatul F.R.O.
- 3.6 Consiliul Director poate stabili taxe de organizare (licențe) la toate competițiile cuprinse în calendarul competițional sau penalități pentru anumite abateri. Valoarea acestor taxe se stabilesc anual de către Consiliul Director într-un document separat referitor la taxe, care se pot amenda și se aprobă în Adunarea Generală.

## **4. Participarea la concursurile de orientare**

### **4.1 Categoriile de participare:**

- a) Concurenții sunt împărțiți în categorii în funcție de vârstă și sex. Sportivele pot concura în categoriile masculine de aceeași vârstă sau categorie superioară.
- b) Categoriile de vârstă sunt, în general: 10, 12, 14, 16, 18, 20, 21, 35, 40, 45, 50, 55, 60, 65, 70, 75, 80 și 85+ ani. La probe de Sprint sau ștafetă, acestea se pot comasa.
- c) Concurenții de 20 de ani sau mai tineri aparțin categoriei corespunzătoare până la sfârșitul anului calendaristic în care au împlinit vârsta dată. Ei pot concura la o categorie de vârstă superioară până la și inclusiv 21 ani.
- d) Concurenții de 21 ani sau mai în vârstă aparțin categoriei corespunzătoare de la începutul anului calendaristic în care împlinesc vârsta dată. Sportivii cu vârsta de peste 35 de ani pot concura la o categorie de vârstă inferioară până la și inclusiv 21 ani.
- e) Principalele categorii de concurs sunt F21 și M21 (elită). În locul literelor F și M (feminin și masculin) pot fi folosite literele W / M ( Women / Men ).
- f) Categoriile Elită (E) pot fi prevăzute numai la categoriile de vârstă 18, 20, 21ani. Acestea trebuie să fie destinate restrictiv numai concurenților clasificați ca și sportivi de elită pe baza prevederilor din sistemul de clasificare sportivă.
- g) Categoriile A, B, C pot fi prevăzute la toate categoriile de vârstă, acestea reflectând gradul de dificultate al traseelor (ordinea descrescătoare a dificultății traseelor este: E, A, B, C).
- h) Categoria OPEN se poate organiza atât pentru începători cât și pentru avansați (tip Open Tehnic), sau alte categorii de vârstă și sex.
- i) Dacă la o categorie sunt prea multe înscrieri, se pot micșora timpii de start, iar categoria se poate împărți în categorii paralele cu trasee diferite, dar echivalente (cu variații tip fluture, furculiță etc.). Împărțirea în categorii paralele se bazează pe tragerea la sorți.

### **4.2 Condiții de participare:**

- a) Concurenții legitimați în cadrul unui club afiliat la F.R.O. pot participa la concursurile din calendarul competițional numai în culorile cluburilor unde sunt legitimați, având vizele și taxele anuale plătite, precum și viza medicală obținută în condițiile Legii Educației Fizice și Sportului nr. 69/2000 actualizate.
- b) Sportivii nelegitimați nu pot participa în cadrul campionatului național, ci doar în cadrul categoriilor tip OPEN, sau în cadrul categoriilor oficiale, în afara concursului (HC). Sportivii înscriși HC la probe individuale vor lua startul după minim 5 intervale de start de la ultimul concurent din cadrul campionatului.
- c) Dacă un club sau județ nu poate alcătui o echipă completă de ștafetă, se pot forma echipe combinate, cu alte cluburi din alte județe. În campionatul național aceste echipe nu vor puncta și vor apărea ca fiind în afara concursului.
- d) Ștafetele cu sportivi de sex masculin și feminin pot intra în clasamentul oficial, cu condiția ca ștafeta să fie înscrisă la categoria M (masculin).
- e) La concursurile de ștafetă clasică, un sportiv poate participa numai într-un singur schimb.
- f) Respectarea condițiilor de participare cade în sarcina concurenților/cluburilor. Nerespectarea lor atrage descalificarea celor în cauză.
- g) Viza medicală și asigurarea medicală de accidente este responsabilitatea cluburilor sau a concurenților înșiși și se efectuează conform reglementărilor în vigoare.

## 5. Organizatorii concursurilor

**5.1** Președintele comisiei de organizare (Președinte de Concurs) este persoana oficială desemnată de către organizatorul concursului. Acesta trebuie să fie arbitru calificat pentru această funcție și are următoarele atribuții:

- a) desemnează arbitrii de concurs cu care lucrează;
- b) coordonează activitatea întregului corp de arbitri, asigură legătura cu arbitrul de control și cu reprezentantul federației;
- c) răspunde de realizarea invitației de concurs, a programului de concurs, de corectitudinea celor înscrise în aceste documente, de respectarea lor, verifică dacă acestea respectă prevederile prezentului Regulament;
- d) legat de concurs, răspunde de probleme de protecția mediului și a naturii, sănătate publică și sănătate ocupațională;
- e) întocmește și urmărește respectarea planului de organizare și desfășurare a concursului;
- f) răspunde de obținerea și respectarea acordurilor cu proprietarii sau cu utilizatorii terenurilor pe care se desfășoară concursul;
- g) răspunde de anunțarea și implicarea tuturor factorilor care pot fi implicați în organizarea concursului (primărie, ocol silvic, asociația vânătorilor, poliție, jandarmerie, salvamont, armată etc.);
- h) organizează primirea concurenților, prezentarea lor la concurs, organizează festivitățile de deschidere și de premiere;
- i) răspunde de afișarea la timp a rezultatelor, de întocmirea și transmiterea raportului competiției;
- j) decide în cazul problemelor netratate în Regulament, constatate pe timpul desfășurării competiției. Raportează decizia luată în raportului competiției;
- k) evaluează concursul, include observațiile sale în raport;
- l) raportează, celui care l-a desemnat, orice problemă ivită la concurs, ce nu este reglementată de Regulament, nu este în conformitate cu Regulamentul, contestațiile sau problemele ce merită să fie menționate;
- m) are dreptul de a suspenda concursul, de a modifica traseele sau timpii de concurs - de comun acord cu arbitrul de control, dacă se constată existența unor factori (de exemplu: timp nefavorabil) care ar putea periclita sănătatea concurenților. Modificările se aduc, în mod oficial și imediat, la cunoștința delegațiilor;
- n) dispune și urmărește rezolvarea observațiilor, reclamațiilor și a contestațiilor.

**5.2** Vicepreședinții comisiei de organizare trebuie să fie arbitri calificați pentru această funcție și sunt numiți de președintele concursului. Aceștia au următoarele atribuții:

- a) duc la îndeplinire toate sarcinile primite de la președintele concursului;
- b) unul dintre vicepreședinți, desemnat de președinte, înlocuiește președintele concursului în lipsa acestuia;
- c) în măsura posibilităților organizează activitățile legate de asigurarea cazarii, a vestiarelor, posibilitățile de spălare;
- d) organizează transportul echipamentelor și a persoanelor, organizează asistența medicală.

**5.3** Arbitrul trasator trebuie să fie arbitru calificat pentru această funcție și are următoarele atribuții:

- a) răspunde împreună cu arbitrul de control de fixarea corectă a locului unde se montează posturile de control, "Startul", "Sosirea", de respectarea prescripțiilor din prezentul regulament legate de trasee;

- b) la conceperea traseelor are în vedere principiile de trasare recomandate de I.O.F. și F.R.O.;
- c) la conceperea traseelor are în vedere și considerentele legate de ocrotirea naturii și a mediului;
- d) răspunde de montarea în timp a posturilor de control, pornirea dispozitivelor electronice din fiecare post de control, de așezarea corectă a echipamentului de concurs, de strângerea tuturor posturilor de control;
- e) răspunde împreună cu arbitrul de control de corectitudinea hărților “model” și a tuturor hărților de concurs desenate;
- f) răspunde împreună cu arbitrul de control de corectitudinea descrierilor de posturi.

**5.4** Secretarul comisiei de organizare trebuie să fie arbitru calificat, are următoarele atribuții:

- a) asigură materialele de concurs, formularele, avizierul, răspunde de corectitudinea lor și de utilitatea lor;
- b) ține evidența înscrierilor și face tragerea la sorți;
- c) răspunde împreună cu arbitrii de trasare și de control de întocmirea corectă a listelor de start și de rezultate.
- d) trimite cluburilor, asociațiilor județene, organizatorului, federației: proiectul invitației și listele de rezultate;
- e) face validarea concurenților.

**5.5** Arbitrul responsabil cu dispozitivul de “Start” trebuie să fie calificat pentru această funcție, și răspunde de activitatea din dispozitivul de plecare. Acesta are următoarele atribuții:

- a) nominalizează colectivul de arbitrii din dispozitivul de plecare;
- b) răspunde de montarea în timp a dispozitivului de plecare și de corectitudinea acestuia;
- c) răspunde de așezarea corectă a listei de start, a hărților, a înscripțiilor de categorii, a ceasului;
- d) informarea corectă și permanentă a concurenților referitoare la timpii de plecare;
- e) are grijă împreună cu arbitrul de sosire ca ceasurile din plecare și sosire să fie coordonate;
- f) ține evidența concurenților care au luat startul, anunță la “sosire” numărul de concurenți care au luat startul;
- g) răspunde de strângerea echipamentului de plecare și de demontarea marcajului spre start;
- h) se recomandă ca arbitrul trasator să fie prezent în dispozitivul de plecare pe durata starturilor;
- i) răspunde de respectarea regulilor ecologice din zona startului.

**5.6** Arbitrul responsabil cu dispozitivul de “Sosire” trebuie să fie calificat pentru această funcție, și răspunde de activitatea din dispozitivul de plecare. Acesta are următoarele atribuții:

- a) nominalizează colectivul de arbitrii din dispozitivul de sosire;
- b) răspunde de montarea corectă a dispozitivului de “sosire”, în timp util;
- c) asigură existența echipamentului tehnic necesar;
- d) răspunde de înregistrarea corectă a timpilor de sosire;
- e) răspunde de afișarea în timp util a rezultatelor provizorii;
- f) împreună cu secretarul concursului răspunde de calculul corect al rezultatelor și de pregătirea acestora pentru festivitatea de premiere;
- g) după terminarea concursului răspunde de demontarea dispozitivului de sosire;
- h) răspunde de respectarea regulilor ecologice din zona sosirii.

**5.7** Arbitrul de control trebuie să fie arbitru calificat pentru această funcție și este desemnat de Comisia Centrală de Competiții și Colegiul Arbitrilor. Acesta are următoarele atribuții:



- a) verifică respectarea întocmai a Regulamentului în timpul pregătirii și desfășurării concursului, controlează activitatea arbitrilor și a tuturor celor implicați în desfășurarea concursului;
- b) controlează traseele din punct de vedere al respectării prescripțiilor din Regulament, al gradului de dificultate fizică și tehnică, montarea corectă a tuturor posturilor de control, a plecării, a sosirii, controlează hărțile model, hărțile de concurs, corectitudinea descrierilor de posturi, combinațiile de trasee la concursurile de ștafetă;
- c) în cazul constatării unor abateri față de Regulament, obligă arbitrii concursului să corecteze greșeala;
- d) în orice fază de pregătire a concursului, poate să facă propuneri de modificare privind posturile de control, traseele, problemele administrative, numărul de arbitri etc;
- e) înainte de festivitatea de premiere, verifică corectitudinea rezultatelor;
- f) în cazul constatării încălcării Regulamentului, trebuie să ia măsuri adecvate, chiar dacă nu sau făcut contestații sau observații;
- g) verifică măsurile luate în vederea ocrotirii naturii și a mediului;
- h) verifică tichetarea la fiecare post de control și montarea fiecărui post de control prin strângerea tichetelor după montare;
- i) scrie raportul arbitrilor de control, trece în raport toate observațiile sale;
- j) dacă nu poate participa direct în timpul concursului, președintele concursului solicită înlocuirea lui în timpul concursului cu un arbitru calificat prezent la concurs, având toate drepturile și obligațiile ce îi revin arbitrilor de control
- k) răspunde solidar cu președintele de concurs pentru toate aspectele semnalate în cadrul concursului.

#### **5.8 Alți organizatori:**

- a) Arbitrii care au diferite sarcini legate de desfășurarea concursului pot fi arbitri de teren, montatori, responsabil cu aspectele economice, informatician, instructor sportiv, responsabili cu cazarea, cu transportul, cu protocolul, cu organizarea timpului liber, cu mass-media, cu asigurarea parcurii mașinilor, cu asigurarea traseului până la locul concursului etc. Sarcinile acestora sunt stabilite de președintele concursului.
- b) Medicul concursului sau asistența medicală - în tot timpul concursului se va afla în zona dispozitivului de "sosire".

**5.9** Numărul de arbitri necesari organizării concursurilor de Orientare și numărul minim de zile necesare trasării și controlului traseelor sunt specificate în tabelul din **ANEXA 2**.

## **6. Costurile de organizare și participare**

- 6.1** Costurile organizării unei competiții revin organizatorilor. Pentru acoperirea cheltuielilor organizatorul poate percepe o taxă de participare. Aceasta trebuie stabilită în conformitate cu reglementările FRO în vigoare.
- 6.2** Fiecare club/asociație sau concurent individual este răspunzător de plata taxei de participare conform invitației.
- 6.3** Participanții vor suporta cheltuielile de transport la competiție, cazarea, masa și transportul între centrul de concurs și locurile de concurs. Organizatorul este obligat să anunțe în invitație toate taxele suplimentare (de exemplu taxe de transport local, acces etc.)
- 6.4** Toate cheltuielile legate de eventuala organizare a testelor anti-doping vor fi suportate de organizator.

## 7. Informații despre concurs

**7.1 Invitația de concurs**, se va face în mai multe faze, conținând informații detaliate progresiv (Buletinul 1, Buletinul 2, și/sau Buletinul 3 în zilele competiției). Acestea vor cuprinde următoarele informații, fără a avea caracter limitativ:

- a) Denumirea concursului și data de desfășurare;
- b) Locul de desfășurare și centrul de concurs;
- c) Organizatorul și numele președintelui și al arbitrilor de control național;
- d) Adresa și numărul de telefon / e-mail ale organizatorului pentru înscrieri și informații suplimentare;
- e) Tipul și datele concursului;
- f) Taxe de participare (inclusiv referire la eventuale suprataxe);
- g) Posibilități de cazare și masă;
- h) Posibilități de deplasare la centrul de concurs și la locul concursului.
- i) Categoriile și orice restricții de participare;
- j) Alte particularități ale competiției;
- k) Posibilități de antrenament și eventualele zone interzise;
- l) Descrierea terenului, scara și echidistanța hărților;
- m) Date informative privind programul concursului (validare, primul start, festivitate de premiere);
- n) Date limită de înscriere;
- o) Modul și formularul de înscriere;
- p) Eventuale restricții.

**7.2 Transmiterea invitației în faza **Buletin 1**:**

- a) Concursuri internaționale conform regulamentului IOF: minim 4 luni.
- b) Concursuri organizate sub autoritatea FRO minim două luni înainte de data desfășurării.
- c) Alte concursuri minim două săptămâni înainte de data desfășurării.

**7.3 Programul detaliat al competiției va fi adus la cunoștința concurenților prin afișare pe website, social media, și/sau circulară prin poștă electronică, în timp util. Acesta trebuie să cuprindă:**

- a) toate informațiile legate de transportul la locul concursului ;
- b) ora primului start;
- c) marcajele utilizate: lungimea, diferența de nivel, culoarea;
- d) date referitoare la trasee: lungimea, diferența de nivel, numărul de posturi de control, timpii câștigători, timpii limită;
- e) date referitoare la hartă: scara, echidistanța, dimensiunile și modul de protejare a hărții, simboluri speciale utilizate, data reambulării;
- f) dacă harta trebuie predată la “sosire”, programul redistribuirii hărților;
- g) informații cu privire la răcoritoare (pe traseu și la sosire);
- h) date referitoare la: posibilități de spălare, WC, asistența medicală, cazare, masă, parcare, echipamentul recomandat, reîntoarcerea concurenților la domiciliu;
- i) date privind permisiunea utilizării gadget-urilor, reguli sanitare specifice;
- j) alte informații: posibilități de antrenament, program cultural etc.;
- k) modalitatea de cronometrare (utilizare stație de start, sistem Air+ etc.);
- l) schițe privind accesul la sosire, start, cazare etc.;

- m) toate datele necesare delegațiilor pentru a putea să se prezinte în timp util la toate activitățile enunțate în invitație și în programul concursului;
- n) ora de începere a demontării poligonului;
- o) ora și locul festivității de premiere;

#### **7.4 Antrenamentele și concursul model:**

- a) Organizatorul poate oferi concurenților posibilități de antrenament înainte de competiția oficială. Acest lucru trebuie specificat în invitația de concurs.
- b) Înainte de prima etapă de concurs a competiției se poate organiza un concurs model pentru a prezenta: tipul terenului, calitatea hărții, reperele specifice folosite pentru posturi de control, echipamentul postului de control, răcoritoare și marcaje etc. Concursul model trebuie să fie accesibil concurenților, oficialilor și reprezentanților presei.

### **8. Înscrierile la concurs**

**8.1** Înscrierile trebuie trimise în conformitate cu cele precizate în invitație.

**8.2** La concursurile de ștafetă se acceptă înscrierea echipei cu o zi înainte, în intervalul precizat de organizator, cu posibilitatea nominalizării unui concurent de rezervă. Schimbarea numelor componentelor echipei trebuie să ajungă la organizator cel puțin cu o oră înainte de primul start de ștafetă la categoria respectivă. Schimbarea ordinii schimburilor nu se poate face în ziua concursului.

**8.3** Înscrierile întârziate pot fi refuzate sau taxate suplimentar.

### **9. Ordinea de start**

**9.1** La startul cu interval de timp, concurenții vor lua startul unul câte unul la intervale egale. La startul în bloc toți concurenții unei categorii iau startul simultan; la ștafetă startul în bloc este valabil numai pentru concurenții care aleargă pe primul schimb sau pentru cei întârziați pentru ultimele schimburi. La startul cu egalizare de timp, concurenții vor lua startul unul câte unul, la timpuri de start și intervale de timp determinate de rezultatele anterioare.

**9.2** Tragerea la sorți a ordinii de start se face de către comisia de organizare și trebuie să fie supravegheată de arbitrul de control. Tragerea la sorți poate fi publică sau fără accesul publicului, manuală sau pe calculator.

**9.3** La startul cu interval de timp, concurenții din același club la aceeași categorie, nu pot lua startul unul după altul. Dacă ei sunt trași la sorți unul după altul, între ei trebuie să fie intercalat următorul concurent.

**9.4** Dacă aceasta se întâmplă la sfârșitul tragerii la sorți, între ei trebuie să fie intercalat concurentul aflat înaintea lor. Dacă această regulă nu se poate aplica, se va lăsa un interval de timp liber, tip Vacant.

**9.5** Dacă mai multe categorii au aceeași trasee, ele trebuie despărțite în timp, cu minim 2 intervale pauză între categorii. Plecarea se face în ordinea valorii categoriilor, categoria mai valoroasă plecând înainte.

**9.6** Pentru startul cu interval de timp, intervalul recomandat este de trei minute pentru probe de lungă distanță, 2 minute pentru medie distanță, respectiv 1 minut pentru Sprint. În cadrul aceleiași categorii, intervalele de timp de start nu pot să difere.

**9.7** Se recomandă ca timpul maxim al tuturor plecărilor să fie de 120 minute. În cazul în care într-o categorie sunt puțini concurenți, și/sau importanța probei o impune, se recomandă ca intervalul de plecare să fie mărit.

**9.8** La concursurile de ștafetă, traseele schimburilor nu pot fi identice, tragerea la sorți a atribuirii traseelor se va face electronic, prin programul utilizat în trasare. Organizatorul poate repartiza numerele de start în ordinea înscrierilor. Combinațiile traseelor trebuie să rămână secrete până la startul ultimului concurent.

**9.10** Pentru startul în bloc, înainte de tragerea la sorți, numerele de start trebuie alocate fiecărei combinații diferite de trasee. Combinațiile traseelor trebuie să rămână secrete până la startul ultimului concurent.

## **10. Validarea înscrierilor, ședințe oficiale**

**10.1** Se recomandă ca materialele de concurs (numere de start, pliante, broșuri, hărți model) respectiv programul detaliat să fie înmânate cu ocazia validării înscrierilor.

**10.2** Organizatorii pot ține ședințe cu oficialii echipelor înaintea concursului, arbitrul de control va conduce sau va supraveghea ședințele.

**10.3** Oficialii echipelor vor avea prilejul să pună întrebări în timpul ședințelor.

## **11. Terenul de concurs**

**11.1** Terenul trebuie să fie adecvat realizării unor trasee de orientare.

**11.2** Terenul de concurs să nu fi fost folosit cât mai mult timp posibil înainte de competiție și trebuie ales astfel încât, niciun concurent să nu aibă avantaje nemeritate.

**11.3** Terenul de concurs trebuie să fie declarat zonă interzisă imediat ce a fost stabilită desfășurarea competiției.

**11.4** Permisele de acces, dacă este necesar, în zona interzisă trebuie să fie obținute de la organizator. Intrarea în zonele declarate închise fără acordul organizatorului atrage după sine descalificarea celor în cauză.

**11.5** Vor fi respectate toate reglementările de sănătate, protecție a naturii, silvice, de vânătoare, de proprietate, etc. din zonă.

## **12. Harta de concurs**

**12.1** Hărțile, traseele desenate pe hartă și supratipările suplimentare trebuie să corespundă cu Normele Internaționale ale IOF pentru Hărțile de Orientare. Abaterile de la aceste norme necesită aprobarea Comisiei de Competiții și Hărți.

**12.2** Harta de concurs trebuie să redea corect planimetria, nivelmentul și vegetația din zona de concurs.

**12.3** Corecturile greșelilor de hartă și modificările datorate schimbărilor apărute în teren de la data tipării hărții, dacă acestea au legătură cu concursul, trebuie să fie supratipărite sau desenate pe hartă.

**12.4** Hărțile trebuie protejate împotriva umezelii și a deteriorării. Dacă organizatorul nu asigură protecția hărții, acest lucru trebuie anunțat în invitație.

**12.5** Cea mai recentă hartă de orientare anterior existentă despre zona de concurs se poate afișa în prețuia concursului. În ziua concursului este interzisă utilizarea oricărei hărți de orientare a terenului de concurs de către concurenți sau de oficialii echipelor în afară de cele permise de organizator.

**12.6** Se recomandă folosirea scării de 1:5000-4000 pentru concursurile de sprint, 1:10000-7500 pentru concursurile de veterani și copii, de medie distanță, sprint și ștafetă, scara de 1:15000-10000 pentru concursurile de lungă distanță și semimaraton. Anual, scările se pot impune în precizările la sistemul competițional. Scarile hărților se vor preciza obligatoriu în toate invitațiile și regulamentele competițiilor.

**12.7** Echidistanța uzuală este de 5 m. În cazuri speciale se admit și valori mai mici.

**12.8** I.O.F., federațiile membre ale I.O.F., F.R.O. și cluburile afiliate au dreptul de a reproduce hărțile competiției, cu traseele, în revistele lor oficiale, în scopuri de presă / publicitate, fără a avea obligația de a solicita acest drept și de a plăti taxe pentru dreptul de autor.

## **13. Traseele de concurs**

### **13.1 Reguli generale:**

- a) La conceperea traseelor trebuie respectate principiile de trasare ale I.O.F. și ale F.R.O., dacă acestea există. Prevederile tehnice impuse de I.O.F. primează în cazul în care sunt în contradicție cu cele naționale.
- b) Nivelul traseelor trebuie să fie corespunzător competiției și a categoriilor de vârstă și sex.
- c) Traseele trebuie să ofere posibilitatea testării capacității fizice, tehnice și tactice a concurenților.
- d) Lungimea traseelor trebuie să fie dată în linie dreaptă sau franta, după caz, de la start, trecând prin posturile de control, până la sosire.
- e) Lungimea optimă a traseelor se măsoară de-a lungul variantei optime considerate de arbitrul trasator. Afisarea ei nu este obligatorie.
- f) Diferența de nivel a unui traseu trebuie să fie dată în metri, măsurată pe lungimea optimă, și este suma diferențelor de nivel în urcare.
- g) Se recomandă ca diferența de nivel total să nu depășească 4% din lungimea optimă a traseului.
- h) La traseele de ștafetă, posturile diferite sau secțiunile de traseu (denumite variații) trebuie să fie combinate pentru diferite echipe și schimburi, astfel ca, după finalizarea schimburilor, suma combinațiilor să fie aceeași pentru toate echipele.
- i) Lungimea traseelor pentru fiecare schimb poate fi semnificativ diferită. Suma timpilor câștigători a schimburilor va fi conform celor prescrise.
- j) La concursurile individuale, în funcție de specificul probei, anumite posturi de control stabilite de organizator pot fi atinse la liberă alegere de către concurenți.
- k) Pe cât posibil, trebuie să se folosească posturi de control diferite pentru categorii diferite.

### **13.2 Timpii castigatori**

Timpii câștigători la traseele diferitelor categorii trebuie astfel concepute încât la parcurgerea lor să rezulte timpii câștigători, în minute, conform tabelului din **ANEXA 3**. Timpii câștigători la concursurile de ștafetă reprezintă valorile medii ale schimburilor

### **13.3 Zone și rute interzise, obligatorii.**

- a) Regulile stabilite de organizator pentru protecția mediului, sănătate și orice instrucțiuni legate de aceasta, vor fi respectate strict de orice persoană aflată în legătură cu competiția.
- b) Zonele periculase, rutele interzise, reperele liniare ce nu trebuie traversate, etc. trebuie aduse la cunoștința concurenților și vor fi marcate pe hartă. Dacă este necesar, acestea trebuie să fie marcate și în teren. Concurenții nu vor intra sau traversa asemenea zone, rute sau repere.
- c) Concurenții găsiți în zone interzise vor fi descalificați.

- d) Rutele obligatorii, punctele de traversare și trecerile trebuie să fie marcate clar pe hartă și în teren; concurenții vor urma pe întreaga lungime orice secțiune marcată ce face parte din traseele lor.

### 13.4 Desenarea traseelor pe hărți, inscripții pe hărți

- a) “PLECAREA” se marchează cu un triunghi echilateral: lungimea laturii este de 7 mm, un vîrf arată spre primul post de control. Locul exact al plecării se află în centrul triunghiului, va fi materializat în teren cu un lampion (denumit *post K*); acesta nu se marchează cu un punct.
- b) Posturile de control se marchează cu un cerc cu diametru de 5 - 6 mm. Locul exact al postului de control se află în centrul cercului, pe un reper de teren; acesta se poate marca cu un punct de aceeași culoare cu cercul.
- c) Posturile de control sunt unite cu linii drepte, de la “plecare” pînă la “sosire”, în ordinea atingerii lor.
- d) Locul exact al “sosirii” se află în centrul a două cercuri concentrice, de diametru de 5 mm respectiv de 7 mm; acesta nu se marchează cu punct.
- e) Porțiuni de trasee obligatorii, marcate pe teren, se trec pe hartă cu linie întreruptă.
- f) Zonele interzise sunt marcate cu linii de contur de 1 mm grosime și sunt hașurate cu linii verticale sau hașura de culoare magenta.
- g) Zonele periculoase sunt marcate cu linii de contur de 1 mm grosime și sunt hașurate cu linii oblice în două direcții.
- h) Punctele de intersecții importante (punți sau locuri de trecere, pasaje, etc.) se marchează pe hartă cu semnul “(“.
- i) Punctele cu răcoritoare, dacă nu se află la un post de control, vor fi marcate pe hartă asociate cu semnul unui pahar.
- j) Punctul de prim ajutor se marchează cu semnul “+” de culoare rosie.
- k) Numărul de ordine (eventual însoțit de codul postului de control) se indică în mod obligatoriu pe hartă, lângă cercul postului de control.
- l) Inscripția referitoare la categorie se indică în mod obligatoriu pe hartă. Concurenții au obligativitatea verificării categoriei de pe harta ridicată în punctul de start.
- m) Inscripțiile cu text se fac doar pe direcția vest – est (de la stînga la dreapta); nu este permisă ca ele să acopere pe hartă detalii importante. Orice desen, inscripție, etc. trebuie să fie întreruptă dacă acoperă detalii importante. Astfel, toate textele și inscripțiile se vor orienta către nordul magnetic.
- n) Se trece pe hartă orice modificare ulterioară de pe teren față de cele indicate pe hartă, dacă acestea pot fi observate de concurent la parcurgerea traseului său. În aceste cazuri se recomandă refacerea hărților de concurs.
- o) Inscripții interzise pe harta de concurs sunt: centrul de concurs, prestartul, marcajele care nu țin de concurs, posturile de control ale altor trasee.

## 14. Descrierile posturilor de control

**14.1** Locul exact al amplasării postului de control trebuie să fie definit prin amplasarea cercului pe hartă și detaliat prin descrierea de posturi, care să determine univoc poziția lui și codul.

**14.2** Descrierea de posturi se face cu simboluri și trebuie să corespundă cu “Normele IOF pentru Descrierile de Posturi valabile la data concursului”.

- 14.3** Pentru fiecare traseu, descrierile posturilor de control vor fi redată în ordinea atingerii lor. În cazul în care există posturi fără ordine specificată, în dreptul posturilor de control aflate în această situație, coloana cu numărul de ordine al postului rămâne necompletată.
- 14.4** Descrierile de posturi vor fi obligatoriu tipărite pe fața fiecărei hărți de concurs. În dispozitivul de start pentru probele individuale se vor pune la dispoziție descrieri suplimentare. Alegerea corectă a acestora intră în sarcina concurenților.
- 14.5** La categoriile de copii MF10 sau OPEN se pot utiliza descrieri de posturi textuale. Conținutul acestora trebuie să cuprindă elementele care apar în descrierile făcute cu simboluri.

## **15. Postul de control**

- 15.1** Postul de control este acel punct din traseul de concurs prin care sportivul trebuie să treacă obligatoriu și să înregistreze acest lucru prin mijloacele prevăzute de organizatori. Fiecare post de control marchează începutul respectiv sfârșitul unei secțiuni de traseu.
- 15.2** Postul de control poate să fie amplasat pe orice element sau detaliu planimetric, de nivelment, hidrografic, de vegetație, etc, care figurează pe hartă și este identificabil pe teren.
- 15.3** Amplasarea postului de control trebuie să respecte următoarele reguli:
- a) postul de control se amplasează pe reper și pe baza măsurătorilor făcute de la toate reperele de orientare din jurul lui;
  - b) abaterea maximă față de reperele din jur și în cadrul reperului pe care trebuie să se afle nu trebuie să depășească distanța corespunzătoare unui milimetru la scara hărții;
  - c) distanța minimă dintre posturile aparținând aceluiași traseu sau trasee diferite, dacă nu este reglementată de regulamentele I.O.F., nu va fi mai mică de 2mm la scara hărții;
  - d) dacă nu există o linie de planimetrie, de nivelment, hidrografică, de vegetație, etc. majoră la marginea hărții, este interzisă amplasarea unui post de control mai aproape de 8mm de marginea hărții. De asemenea, linia dintre două posturi consecutive nu trebuie să se apropie de marginea hărții la mai puțin de 8mm măsurați pe hartă.

## **16. Montarea și echiparea postului de control**

- 16.1** Postul de control indicat pe hartă trebuie să fie clar marcat în teren și corect echipat pentru a permite concurenților să facă dovada trecerii lor prin acesta. Locul montării trebuie să fie în concordanță cu descrierea postului. Se interzice ascunderea postului de control.
- 16.2** Fiecare post de control trebuie marcat cu un lampion format din trei fețe având dimensiunile de cca 30x30 cm, aranjate în formă de prismă triunghiulară. Fiecare față trebuie împărțită pe diagonală, jumătatea superioară albă și o jumătate inferioară din portocaliu aprins. Se vor respecta normele I.O.F. privitoare la aspectul posturilor de control.
- 16.3** Postul de control trebuie amplasat astfel încât prezența unui concurent care trece prin acesta să nu ajute semnificativ concurenții aflați în apropiere.
- 16.4** La concursurile de noapte se impune ca lampionul să aibă în plus o bandă reflectorizantă pe fiecare față a prisme.
- 16.5** Locul amplasării postului de control se marchează suplimentar cu confetti de culoare și dimensiuni vizibile, în cantități suficiente. Se recomandă imprimarea bucăților de confetti cu codul postului de control.
- 16.6** Fiecare post de control trebuie să fie identificat printr-un cod numeric. Codul este dat în descrierea de posturi și este fixat pe dispozitivul electronic unic, în așa fel încât sportivul să-l poată citi ușor

din apropierea postului de control. Se vor folosi coduri neconfundabile. Numerele mai mici de 31 și numerele ușor de confundat (ex.: 66, 68, 86, 89, 98, 99) nu se folosesc.

**16.7** Inscrierea codului se face negru pe alb, cifrele au înălțimea între 50 - 100 mm și grosimea liniilor utilizate de minim 5 mm.

**16.8** Echipamentul prin care se certifică atingerea postului de control este un dispozitiv electronic, recunoscut de IOF și FRO, care imprimă două informații esențiale dispozitivului pe care îl poartă fiecare concurent: codul postului de control și ora trecerii prin postul de control. La concursurile locale se admit și alte modalități de marcarea a trecerii prin posturi.

**16.9** Montarea posturilor de control se face înainte de începerea concursului de către arbitrul trasator care răspunde de acest lucru și echipa de arbitri de teren pe care o are în subordine. Începerea concursului este permisă numai după confirmarea montării tuturor posturilor de control.

**16.10** Demontarea posturilor de control poate să fie începută numai după sosirea tuturor concurenților sau conform orei anunțate de organizator.

**16.11** Paza postului de control se face în funcție de posibilități. Organizatorii concursului decid dacă posturile de control se păzesc sau nu. Dacă posturile sunt păzite, trebuie îndeplinite următoarele cerințe:

- a) arbitrul de post trebuie să se așeze, să fie îmbrăcat și să se comporte unitar pe toată durata concursului, în așa fel încât prezența sa să nu influențeze concurenții în atingerea postului;
- b) arbitrul de post nu poate reține concurenții, nu are voie să dea informații referitoare la concurs (timpii realizați de concurenți, locul postului, concurenți care au mai trecut prin post etc.);
- c) arbitrul de post poate verifica respectarea regulamentelor de către concurenți, inclusiv în cazuri de abateri disciplinare. În cazul constatării unor nereguli arbitrul notează numărul de start al concurentului și anunță președintele de concurs și arbitrul de control.

#### **16.12 Utilizarea posturilor de control:**

- a) Același post de control poate fi utilizat o singură dată la un traseu sau de mai multe ori.
- b) La concursuri cu mai multe etape pe aceleași zone, același reper nu se recomandă să fie utilizat în etape diferite.

#### **16.13 Posturi de control speciale:**

- a) Ultimul post, înainte de "SOSIRE" - este postul a cărei atingere încă mai prezintă probleme de orientare. Acesta trebuie să fie la începutul culoarului obligatoriu de sosire.
- b) Posturi cu răcoritoare - se recomandă la toate traseele lungi, la cca 35-40 de minute de traseu parcurs de câștigător. Ca răcoritoare, trebuie oferită cel puțin apă la o temperatură adecvată 25 °C. Dacă se oferă alte băuturi răcoritoare, acestea trebuie să fie marcate clar. În funcție de anotimp și de temperatură, se pot utiliza și la trasee mai scurte.
- c) Postul "video" este un post de control vizibil pentru sportivi, reporteri, spectatori etc. Amplasarea lui nu are voie să influențeze obiectivitatea concursului.
- d) Postul "radio" - la concursurile de nivel național sau internațional, se pot folosi și dispozitive radio, care transmit în timp real către secretariatul concursului ora la care fiecare concurent trece prin postul de control prevăzut cu un astfel de dispozitiv. Se va completa descrierea de posturi cu simbolul aferent.

## **17. Marcaje pe teren**

**17.1** Se recomandă marcaje albe, combinate cu o altă culoare în următoarele locuri:



- a) între startul de timp și startul de hartă sau oriunde pe traseu, unde utilizarea lui este considerată a fi necesară de către organizatorul concursului;
- b) între ultimul post și “SOSIRE”.

**17.2** Se recomandă marcaje de culori vii și distincte între:

- a) centrul de concurs (sau “SOSIRE”) și startul de timp;
- b) centrul de concurs și “SOSIRE”.

**17.3** Delimitările de zone se folosesc pentru:

- a) zone periculoase;
- b) zone interzise,
- c) zone interzise pentru concurenți;
- d) zona din jurul dispozitivului de “PLECARE”;
- e) zona din jurul dispozitivului de “SOSIRE”;
- f) zonă pentru încălzire.

**17.4** Pentru delimitarea zonelor se recomandă împrejmuirea continuă cu o bandă de culoare galbenă.

**17.5** Zonele periculoase și cele interzise se trec și pe hartă în mod obligatoriu, în așa fel încât să fie o corespondență exactă dintre marcajele de pe teren și cele de pe hartă.

## **18. Întreținerea marcajelor**

**18.1** În tot timpul concursului rutele marcate trebuie să fie ușor de urmărit.

**18.1** Organizatorul are sarcina de a întreține și completa în caz de nevoie toate marcajele concursului. Organizatorul are sarcina de a demonta marcajele la terminarea concursului.

## **19. Cardul concurentului**

**19.1** Cardul este un dispozitiv electronic, cu memorie independentă internă, identificat printr-un număr sau serie unică pentru fiecare sportiv, care servește la certificarea atingerii posturilor de control. Pot fi folosite dispozitive SportIdent Card, EMIT sau alte dispozitive de control aprobate de F.R.O. sau I.O.F.

**19.2** Cardurile electronice pot fi proprii, ale concurenților sau cluburilor din care fac parte, sau se pot pune la dispoziție prin închiriere sau împrumut de către organizator. În acest caz, distribuirea dispozitivelor închiriate către participanți se face de către organizator în timp util, înaintea startului.

**19.3** Concurentul este responsabil și are obligația să:

- a) protejeze cardul electronic împotriva deteriorării, atât în timpul cursei cât și în afara ei;
- b) protejeze dispozitivele electronice din fiecare post de control în momentul trecerii prin acestea;
- c) pună la dispoziție dispozitivul propriu pentru citirea informațiilor de pe acesta, la sosirea din concurs, indiferent de rezultatul său (se aplică inclusiv pentru sportivii descalificați);

**19.4** Concurenții sunt răspunzători de corectitudinea înregistrării datelor pe cardul propriu de concurs.

**19.5** În cazul în care unul din dispozitivele electronice dintr-un post de control nu este funcțional, concurentul va composta pe hartă, cu compostorul aflat în dotarea postului de control, în căsuțele marcate pentru acest lucru. La citirea cardului în sosire, va anunța acest lucru. Concurentul care nu prezintă toate posturile de control înregistrate pe card și nu a compostat pe hartă în postul în care

nu a funcționat sistemul electronic, va fi descalificat, în condițiile în care ceilalți concurenți nu au întâmpinat probleme de această natură.

**19.6** Dacă un concurent retrage prea repede cardul și acesta nu primește semnalele de feedback, cardul poate să nu înregistreze postul de control corect și atunci concurentul trebuie descalificat, chiar dacă stația de control ar fi înregistrat numărul cardului concurentului. În acest sens, este permis organizatorului să facă verificări, să citească copiile de rezervă/stația de la orice post de control. Un concurent poate cere organizatorului să citească copia de rezervă de la un post de control, sub rezerva unei taxe fixe de contestație. Dacă se constată că stația din postul de control conține informația trecerii prin acel post de control; concurentul va fi înregistrat că a atins corect acel post de control și taxa va fi returnată; în caz contrar, taxa va fi reținută de organizator. Juriul de concurs va consemna rezultatele citirii.

**19.7** Verificarea citirilor:

- a) se face după sosirea concurentului, prin descărcarea datelor de pe cardul de concurs în calculatorul secretariatului;
- b) dacă se constată o neregulă în ordinea sau completitudinea compostărilor, fără a se încadra în prevederile art. 19.5, sportivul va fi descalificat;
- c) după citire, sportivul va primi un înscris cu datele citite de pe card, în care va fi consemnat rezultatul acestuia.

**19.8** Deteriorarea sau dispariția dispozitivelor din posturile de control nu poate duce la descalificarea concurentului, postul trebuie acordat. În acest sens se vor face cercetări la fața locului și asupra echipamentului, înainte de oficializarea vreunei decizii.

**19.9** Un concurent care încearcă să obțină avantaje necuvenite prin orice mijloace va fi descalificat. Distrugerea sau pierderea cardului concurentului atrage după sine descalificarea acestuia, în orice circumstanță.

## **20. Echipamentul de concurs**

**20.1** Atât timp cât reglementările nu specifică anumite restricții, alegerea echipamentului de concurs este liberă. Organizatorul poate recomanda anumite ținute, în funcție de specificul terenului.

**20.2** Numărul de start, dacă este cazul, va fi purtat în loc vizibil, conform indicațiilor organizatorului. El nu va fi mai mare de 20x25 cm, cu cifrele de cel puțin 10 cm înălțime.

**20.3** În timpul concursului, mijloacele de orientare pe care le poate folosi concurentul sunt numai harta de concurs, descrierea posturilor de control dată de organizator și busola.

**20.4** Mijloacele de telecomunicații pot fi folosite în zona concursului numai cu permisiunea și în condițiile impuse de organizator. Încălțările regulilor impuse prin regulamentul concursului atrag descalificarea celor în culpă.

## **21. Startul**

**21.1** La competițiile individuale startul de obicei este de tip individual, iar la ștafetă se va face start în bloc cu primele schimburi. Toți concurenții vor avea în zona startului un răgaz de cel puțin 45 de minute la dispoziție, fără a fi deranjați, pentru pregătire și încălzire. În zona de încălzire sunt admiși numai concurenții care nu au luat startul și oficialii echipelor.

**21.2** Amplasarea startului

- a) concurenților trebuie să le fie asigurat în zona startului un spațiu suficient de mare pentru a efectua încălzirea;

- b) startul va fi prevăzut cu un minim de soluții pentru nevoile fiziologice ale concurenților și saci pentru colectarea gunoiului.
- c) dispozitivul de start trebuie amplasat în așa fel încât direcția de deplasare spre primul post de control a concurenților care au luat deja startul să nu fie văzută de cei care așteaptă să plece în concurs;

### 21.3 Prestartul:

- a) poate fi înaintea startului de timp, pentru concursuri unde nu se pot asigura condițiile de la pct. 21.2 a) și b).;
- b) este locul unde sunt chemați concurenții să se prezinte în start;
- c) se recomandă afișarea timpului de prezentare;
- d) dincolo de prestart au acces numai concurenții care iau startul și eventual reprezentanții presei, însoțiți de persoana desemnată de organizator;

### 21.4 Startul de timp

- a) este locul (linia) unde începe măsurarea timpului concurentului;
- b) se marchează în mod obligatoriu cu inscripția de “Plecare” sau “Start”;
- c) este obligatoriu instalarea unui ceas vizibil care indică timpul oficial;
- d) este obligatorie verificarea cardurilor și numerelor de concurs înainte de plecare.

### 21.5 Startul de hartă

- a) este punctul de unde începe proba de orientare, denumit generic *post k*;
- b) poate să coincidă cu startul de timp;
- c) dacă nu coincide cu startul de timp, atunci se marchează pe teren cu un lampion;
- d) se marchează pe hartă cu triunghi echilateral;
- e) distanța maximă față de startul de timp poate să fie de 300 m,

**21.6** Se recomandă ca startul de timp să fie diferit de startul de hartă, pentru a respecta cu ușurință prevederea art.21.2 c). Concurenții vor primi harta la startul de timp și vor alerga pe culoarul marcat pînă la startul de hartă; în acest fel se pot realiza două scopuri utile: concurentul va studia harta în timpul alergării pe culoar și ceilalți nu vor putea observa direcția în care pleacă spre primul post. În cazul în care startul de timp coincide cu startul de hartă se poate acorda un timp pentru studierea hărții.

### 21.7 Preluarea hărții

- a) fiecare concurent își ia singur o singură hartă, fiind responsabil să verifice faptul că a luat harta ce corespunde categoriei și traseului la care este înscris. Concurentul este răspunzător de luarea hărții corecte;
- b) organizatorul trebuie să asigure condiții adecvate, astfel încât concurentul să găsească fără pierdere de timp harta sa, din stiva categoriei sale;
- c) se face cel mai devreme cu un minut înainte de start sau cel târziu o dată cu startul de timp;
- d) organizatorul are obligația de a proteja hărțile pînă la momentul preluării de către concurenți;

### 21.8 Prevederi privind alcătuirea listelor de start

- a) “start individual” pentru majoritatea concursurilor de orientare:
  - \* concurenții aparținând aceleiași categorii pleacă unul câte unul;
  - \* concurenții aparținând diferitelor categorii pot pleca împreună dacă au primul post diferit și următoarele două variante nu sunt similare.
- b) “start în bloc” - se folosește la primul schimb al concursurilor de ștafetă:

- \* concurenții aparținând aceleiași categorii pleacă deodată;
- \* mai multe categorii pot pleca deodată, primele posturi fiind complet diferite între categorii;
- c) “egalare de timp” se face la concursuri cu mai multe etape, în ultima etapă. Concurenții pleacă în ordinea timpului cumulat realizat la etapele anterioare, departajarea fiind egală cu diferența de timp între concurenți. Ordinea sosirii va coincide cu ordinea în clasament.
- d) “ștafeta” – schimburile 2, 3 etc.
  - \* schimbul între membrii unei echipe de ștafetă se face prin contact direct sau prin predarea hărții (concurrentul care sosește ia harta concurrentului din schimbul următor și i-o înmânează direct);
  - \* schimbul de ștafetă corect și la timp este responsabilitatea concurenților;
  - \* organizatorul poate da un start în bloc pentru schimburile întârziate, conform programului anunțat;
  - \* odată ce o echipă a acceptat descalificarea sau descalificarea a fost confirmată de juriu, nici unui membru al acelei echipe nu i se va mai permite să ia startul;
  - \* la concursurile de ștafetă, organizatorul are obligația să asigure anunțarea în timp util a sosirilor, dacă postul video nu este accesibil și vizibil.

### 21.9 Întârzierea la start

- \* dacă concurrentul întârzie din vina organizatorului, atunci trebuie să li se dea un nou timp de start.
- \* dacă concurrentul întârzie din propria sa vină, atunci nu poate să primească un nou timp de plecare, dar poate să ia startul cât de repede este posibil. El trebuie cronometrat ca și când ar fi luat startul la timpul de start inițial.

## 22. Sosirea

**22.1** Sosirea este punctul final al unui traseu de concurs. Pentru concurrent, concursul se termină când acesta trece linia de sosire sau compostează în dispozitivul electronic cu inscripția *sosire/finish*.

**22.2** La alegerea locului pentru sosire se va avea în vedere:

- a) să fie loc suficient și corespunzător pentru spectatori;
- b) culoarul de sosire să fie vizibil;
- c) culoarul de sosire să fie amplasat în așa fel încât să se evite eventualele accidentări din cauza vitezei mari cu care sosesc concurenții. Se recomandă ca ultima porțiune a culoarului să fie în urcare ușoară;
- d) să fie loc suficient și corespunzător pentru parcare a autovehiculelor delegațiilor;
- e) să fie loc suficient și corespunzător pentru vânzatori de echipamente sportive, dulciuri, răcoritoare, etc.;
- f) respectarea cerințelor legate de igienă și să fie montate WC - uri provizorii și saci pentru gunoi;
- g) să fie loc suficient și corespunzător pentru corturi în care concurenții își pot schimba hainele.

**22.3** Dispozitivul de sosire:

- a) locul exact al sosirii se marchează pe teren cu linia de sosire deasupra căreia se află inscripția de „SOSIRE” sau „FINISH”;
- b) “ Sosirea“ trebuie să fie vizibilă de către concurrentul aflat pe culoarul de sosire și să fie așezat perpendicular pe direcția culoarului. Se recomandă încadrarea acesteia cu o poartă gonflabilă;
- c) la concursuri de noapte, zona de “Sosire” se recomandă să fie luminată;
- d) culoarul de sosire este delimitat față de locul unde se află spectatorii cu ajutorul unor cordoane, benzi, fanioane sau alte feluri de marcaje;
- e) ultimii 20m ai culoarului de sosire trebuie să fie în linie dreaptă;

- f) lățimea culoarului de sosire trebuie să fie între 1-3 m, pentru a fi posibilă depășirea concurenților înainte de linia de sosire;
- g) cu excepția concursurilor de ștafetă, este interzis ca startul să fie dat de pe linia de sosire;
- h) după linia de sosire, și zona de revenire, culoarul se va îngusta, pentru eventuala preluare a hărților și citirea cardurilor;
- i) terenul de concurs cuprinde și spațiul de după linia de sosire, unde concurentul trebuie să citească cardul în terminalul prevăzut de secretariatul de concurs, dacă organizatorii cer acest lucru; acest spațiu este de asemenea delimitat prin cordoane și face parte integrantă din dispozitivul de sosire
- j) dacă concurentul a depășit linia de sosire, nu mai are dreptul să se întoarcă pe traseul de concurs;
- k) concurentul poate să se întoarcă pe traseul de concurs dacă este însoțit de arbitrul de control sau de o persoană împuternicită de acesta, în situații de reclamații sau contestații.

**22.4** Predarea hărții după sosirea concurentului din traseu este obligatorie în următoarele cazuri:

- a) când mai sunt concurenți care nu au luat încă startul;
- b) la concursuri de ștafetă după sosirea fiecărui schimb, cu excepția ultimului schimb, dacă nu mai sunt sportivi în dispozitiv, care trebuie să ia startul;
- c) când harta sau zona va mai fi folosită în etapele următoare; acest lucru trebuie să fie anunțat în prealabil.

**22.5** Dacă se constată faptul că un concurent nu și-a predat harta de concurs în mod deliberat, concurentul va fi descalificat în etapa respectivă.

**22.6** Organizatorul competiției are obligația, ca până la terminarea acesteia, să înmâneze hărțile de concurs tuturor concurenților care au plătit taxa de participare.

**22.7** Asistența medicală

- a) asistența medicală este asigurată prin medic, salvare, personal medical calificat echipat astfel încât să poată acorda prim ajutor chiar și în pădure;
- b) asistența medicală este asigurată pînă la sosirea de pe traseu a ultimului concurent, conform legislației în vigoare.

**22.8** Probleme de igienă

- a) este recomandat ca organizatorul să monteze WC-uri provizorii, condiții de păstrare a igienei în "PLECARE" și "SOSIRE" (saci pentru gunoi), condiții de spălare și apă de băut;
- b) dacă organizatorul nu poate asigura aceste condiții, trebuie să anunțe acest lucru în prealabil.

## **23. Locul de schimb la probe de ștafetă**

**23.1** Amplasarea locului de schimb

- a) locul de schimb este punctul de început și de sfârșit al unui traseu de ștafetă și se amplasează în aer liber;
- b) amplasarea se face astfel încât concurentul care sosește să fie văzut corespunzător și să fie un spațiu suficient, numit zonă de schimb, unde concurentul care sosește și cel care pleacă să alerge în paralel și să efectueze schimbul.

**23.2** Dispozitivul de schimb

- a) se compune din: culoar de sosire, sosire, zonă de schimb, culoar de plecare, start de hartă;
- b) sunt valabile cele trecute la punctele 22.2. și 21.5 din prezentul regulament.

**23.3** Desfășurarea concursului de ștafetă

- a) primului schimb i se va da startul în bloc; respectându-se punctul 21.8 din prezentul regulament;
- b) schimbul se efectuează în zona de schimb prin atingere de mână sau înmânare hartă;
- c) măsurarea timpului unui schimb are loc la introducerea cardului acestuia în dispozitivul de finish. Acest timp va fi egal cu timpul de start al schimbului următor;
- d) fiecare schimb parcurge un traseu individual, fiind valabile regulile referitoare la concursul individual;
- e) fiecare ștafetă parcurge obligatoriu în totalitate aceleași trasee, fiind aplicate diferite forme de combinare pentru trasee, denumite variații;
- f) numărul minim al schimburilor este de regulă de trei, nefiind limitat numărul maxim;
- g) numărul schimburilor se anunță prin invitația de concurs;
- h) concurentul care sosește trebuie să fie anunțat printr-o metodă stabilită de organizator (prin anunțare verbală, utilizarea postului video, afișare scrisă etc.), astfel încât schimbul următor să aibă timp suficient de pregătire și să se prezinte la locul de schimb;
- i) pentru ștafetele ale căror schimburi anterioare întârzie, pentru a nu afecta terminarea normală a concursului, organizatorul poate da startul în bloc schimburilor care urmează, conform programului anunțat.
- j) la ștafete unde s-a folosit startul în bloc pentru schimburile întârziate, suma timpilor individuali ai componentilor echipei va determina locul în clasament al echipelor care au luat parte la un asemenea start în bloc;
- k) aplicarea startului în bloc pentru schimburile întârziate este validată de arbitrul de control.

**23.4** Este permisă utilizarea oricărui sistem de combinații ale variantelor de trasee, dacă sistemul satisface cerința ca fiecare echipă de ștafetă să parcurgă în totalitate același traseu.

## **24. Cronometrajul**

### **24.1 Modul de cronometrare**

- a) la fiecare concurs se stabilește “ora zero “ sau “minutul zero” al concursului, care se anunță odată cu invitația sau cel târziu în “Programul concursului”;
- b) măsurarea timpilor se poate efectua în timpi relativi, prin diferență între timpii de sosire și timpii de plecare;

### **24.2 Cronometrajul în “START “ și în “ SOSIRE”**

- a) timpii vor fi mășurați în minute și secunde;
- b) în “ START” cronometrajul se face pe linia de start și se recomandă un semnal sonor scurt în momentul startului. Concurenții pot lua startul cu sau fără introducerea cardului de concurs întrun dispozitiv electronic de start.
- c) în “ SOSIRE” cronometrajul se face pe linia de sosire, când concurentul trece linia de sosire sau introduce cardul în dispozitivul de sosire;
- d) ceasurile din „START” și „SOSIRE” în mod obligatoriu vor fi sincronizate;
- e) în cazul „egalării de timp” sau a concursurilor de ștafetă cu „bloc start“ pentru cazul în care concurenții sosesc grupați, se vor prevedea minim două dispozitive electronice de sosire.

### **24.3 Cronometrarea concurenților**

- a) timpul de sosire se va marca atunci când cardul concurentului înregistrează timpul de sosire;
- b) la concursurile în care se concurează pe trasee în echipe, timpul de sosire al echipei este considerat timpul ultimului concurent sosit;
- c) timpii realizați vor fi dați fie în ore, minute și secunde sau numai în minute și secunde;

- d) la concursurile cu startul în bloc sau la start cu egalizare de timp, clasamentul final este dat de ordinea de sosire;

## **25. Stabilirea rezultatelor**

### **25.1 Stabilirea ordinii în clasament**

- a) rezultatul concurentului într-un concurs individual se stabilește prin diferența de timp dintre timpul de sosire și timpul de plecare;
- b) la concursul de ștafetă rezultatul echipei de ștafetă este dat prin suma timpilor realizați de fiecare schimb.
- c) la concursul individual pe echipe rezultatul echipei este dat prin suma timpilor realizați de componenții echipei;
- d) la concursul în echipă (patrulă) rezultatul echipei este dat de timpul realizat de concurentul care a sosit ultimul;
- e) la concursul cu mai multe etape rezultatul se calculează prin suma timpilor realizați pe etape;
- f) ordinea în clasament se face pe baza timpului realizat, cel mai bun timp ocupând prima poziție;
- g) concurenții sau echipele care au exact același timp, se plasează pe același loc în clasament.  
Poziția/pozițiile următoare rămân libere (de exemplu: locul 1, locul 2, locul 2, locul 4 etc.);
- h) la concursul cu startul în bloc sau cu egalizare de timp, locurile în clasament sunt date de ordinea în care au sosit concurenții, regăsită și în înregistrările sistemului de cronometrare. La ștafete, acestea vor fi determinate de sosirea concurentului care a alergat ultimul schimb al ștafetei;
- i) la concursurile cu mai multe etape sau în echipe se va specifica în invitație sau programul concursului modul în care se va face clasamentul;
- j) concurenții sau echipele care depășesc timpul limită anunțat în prealabil, nu vor fi clasati / clasate.

### **25.2 Descalificarea sau neclasarea concurentului are loc:**

- a) dacă concurentul nu a atins toate posturile de control, dacă s-a dovedit ca acestea au fost montate corect;
- b) dacă concurentul nu a compostat în toate posturile de control și nu poate certifica atingerea posturilor, cu excepția situației din punctul 19.8. din Regulament;
- c) în caz de abandon;
- d) în cazul depășirii timpului limită acordat;
- e) dacă concurentul a atins posturile în altă ordine decât cea impusă prin trasare;
- f) dacă concurentul și-a pierdut cardul sau harta;
- g) dacă ștabela sau echipa la care a concurat a fost incompletă;
- h) la propunerea arbitrilor de concurs în caz de abateri disciplinare grave (de exemplu distrugerea unui post de control, violență, furtul echipamentelor de concurs, etc.);
- i) arbitrul trasator poate propune descalificarea întregului club în cazul furtului dovedit sau a distrugerii de post dovedite, săvârșit de un concurent sau susținător;
- j) odată ce o echipă a acceptat descalificarea sau dacă descalificarea a fost confirmată de juriul de concurs, nici unui membru al acelei echipe nu-i este permisă plecarea în zona de concurs.

## **26. Anunțarea rezultatelor**

**26.1** Rezultatele provizorii vor fi anunțate și afișate în zona sosirii sau pe website, în timpul concursului.

**26.2** Rezultatele oficiale

- a) rezultatele oficiale se anunță pe cât posibil în cadru festiv, la festivitatea de premiere;
- b) rezultatele oficiale vor cuprinde pe toți concurenții care au luat startul;
- c) rezultatele oficiale se anunță numai cu avizul arbitrilor de control;
- d) la concursurile cu mai multe etape se anunță rezultatele fiecărei etape în maxim 6 ore după încheierea etapei de concurs;
- e) rezultatele oficiale cuprind datele referitoare la: clasamentul, numele și prenumele concurentului, categoria, clubul, timpul realizat, datele necesare în vederea acordării categoriei de clasificare;
- f) la concursurile de ștafetă, rezultatele oficiale cuprind datele referitoare la: clasamentul, numele și prenumele concurenților în ordinea schimburilor, categoria, clubul, timpul realizat, opțional combinațiile traseelor.

**26.3** La terminarea concursului, arbitrul de control și arbitrul trasator, împreună cu organizatorul concursului iau măsurile necesare pentru raportarea rezultatelor, întocmirea și predarea dosarului de concurs forurilor superioare.

## **27. Sportivitate și fair - play**

**27.1** Toate persoanele care iau parte la o competiție de orientare trebuie să se comporte cu sportivitate și corectitudine, să manifeste respect unul față de altul, față de arbitri, oficiali, spectatori, ziariști etc., precum și față de locuitorii din zonă. În teren ele trebuie să se manifeste cât mai liniștit posibil.

**27.2** Cu excepția cazurilor de accident, în timpul concursului este interzis ajutorul din afară sau ajutorul din partea altor concurenți. Este de datoria tuturor concurenților și oficialilor să ajute un concurent accidentat.

**27.3** Dopingul (dopajul) este interzis, indiferent de forma sa. Poate fi efectuat testul de anti-doping conform reglementărilor naționale în domeniu sau I.O.F. în vigoare.

**27.4** Organizatorul poate face public, în avans, locul de desfășurare al competiției și să declare zona în embargo de la o anumită dată. Dacă aceasta nu a avut loc, zona de concurs este considerată secretă pentru toți concurenții. Dacă zona de concurs nu este cunoscută de către concurenți, este de datoria organizatorului de a păstra secretul zonei.

**27.5** Traseele reprezintă secret de concurs.

**27.6** Dacă zona de concurs este cunoscută, este interzisă orice încercare de a studia terenul sau de a efectua antrenamente în zonă, înainte și în timpul concursului. Este interzisă orice încercare de a obține informații suplimentare față de cele oferite de organizator și făcute publice.

**27.7** La prima folosire a unei hărți nu pot concura cei care au lucrat la ridicarea sau desenarea ei.

## **28. Reguli de comportament în timpul concursului**

- a) concurentul trebuie să concureze decent, în liniște, să respecte regulile de ocrotire a mediului;
- b) problemele de orientare trebuie rezolvate individual, fără a cere ajutorul altor persoane, fie ele în legătură cu concursul sau nu;
- c) este interzis a se da orice fel de ajutor sau informație concurenților aflați încă în concurs;
- d) concurentul rănit sau accidentat poate cere ajutor, dar prin acesta el abandonează;
- e) refuzarea ajutorului solicitat de un concurent accidentat se consideră încălcarea regulilor de fair-play;
- f) părăsirea marcajului descris la punctul 13.3. din prezentul Regulament atrage după sine descalificarea;



- g) concurentul care s-a rătăcit sau care a abandonat, are obligația de a se prezenta în sosire sau în locul indicat special în acest scop, în timpul cel mai scurt posibil, să predea pentru citire cardul și harta de concurs;
- h) concurentul care s-a rătăcit sau care s-a accidentat, dacă nu se prezintă la sosire sau la locul indicat, se consideră a fi dispărut, iar membrii clubului la care este legitimat, împreună cu organizatorul concursului au datoria de a-l căuta. Dacă concurentul nu este găsit, dispariția sa se anunță organelor de poliție;
- i) concurentul care nu se prezintă la sosire sau la locul indicat, sau nu anunță faptul că a abandonat și este dat dispărut și căutat, poate fi obligat la plata cheltuielilor legate de căutarea sa;
- j) oficialii echipelor, concurenții, reprezentanții presei și spectatorii nu vor influența prin prezența sau acțiunile lor rezultatele concursului. Ei vor rămâne în zonele destinate lor și vor respecta întocmai indicațiile date de organizator.
- k) arbitrii de la posturile de control nu vor deranja, nu vor reține nici un concurent, nu vor furniza nici un fel de informații; vor rămâne liniștiți, vor purta îmbrăcăminte discretă și nu vor ajuta în nici un fel concurenții care se apropie de postul de control;
- l) toate persoanele aflate în teren cu aprobarea arbitrului de control (de exemplu reprezentanții presei) nu vor deranja și nu vor reține nici un concurent, nu vor furniza nici un fel de informații; vor rămâne liniștiți și nu vor ajuta concurenții care se apropie de postul de control;
- m) încălcarea acestor reguli atrage după sine aplicarea măsurilor disciplinare corespunzătoare.

## **29. Reclamații - observații**

**29.1** Reclamațiile și observațiile pot fi făcute în scris sau verbal de către oficialii competiției sau ai echipelor, de concurenți sau de orice altă persoană implicată în competiție.

**29.2** Reclamațiile și observațiile se fac către președintele de concurs, și pot avea ca obiect:

- a) încălcarea prezentului regulament sau a precizărilor la sistemul competițional în vigoare; b) încălcarea dispozițiilor arbitrilor;
- c) nerespectare programului anunțat al competiției;
- d) nerespectare de către organizator a datelor anunțate în invitația de concurs;
- e) desenarea greșită a traseului;
- f) greșeli privind descrierea posturilor de control;
- g) erori de realizare a hărții care pot influența rezultatele în concurs;
- h) lista de rezultate și clasamentul;
- i) aspecte legate de sportivitate și fair-play.

**29.3** Dacă se constată existența și justetea problemelor semnalate în reclamație, președintele comisiei de organizare trebuie să dispună imediat rezolvarea acestora.

**29.4** Reclamația/observația trebuie să fie rezolvată în timpul cel mai scurt de către persoana desemnată în acest sens de către președintele comisiei de organizare.

**29.5** Reclamantul trebuie să fie informat atât în privința persoanei care se ocupă de rezolvarea reclamației/observației cât și în privința deciziei luate.

**29.6** În cazul în care reclamantul nu este mulțumit de decizia luată de către organizator, acesta poate face o contestație.

**29.7** Pentru reclamații sau observații nu se percep taxe.

**29.8** Reclamațiile și observațiile scrise trebuie anexate la dosarul de concurs, împreună cu rezoluțiile aferente.

## **30. Contestații**

**30.1.** Contestațiile pot fi făcute de oficialii echipelor, de concurenți sau oficialii competiției, în scris, doar către președintele juriului de concurs, sau în lipsa temporară a acestuia, președintelui/directorului de concurs.

**30.2.** Obiectul contestației poate fi:

- a) o decizie luată de către organizator cu privire la o reclamație sau observație;
- b) amplasarea incorectă a unui post de control, peste limitele prevăzute la pct. 15.3;
- c) alte abateri tehnice grave, care au fost de natură să influențeze rezultatele concursului.

**30.3** În cazul contestării unei decizii luate de către organizator cu privire la o reclamație sau observație, înaintarea contestației se face în maxim 60 minute după comunicarea deciziei. În contestație trebuie specificat: cine face contestația, obiectul contestației și argumentarea acesteia, ora întocmirii, ora depunerii, și, după caz, persoana care trebuia să rezolve reclamația sau observația. Dacă se constată justetea contestației, Juriul de concurs poate merge până la anularea traseului de concurs.

**30.4** În cazul contestării unui post amplasat greșit sau unor abateri tehnice grave, aceasta se face în maxim 60 minute de la sosirea din traseu a sportivului care a constatat greșeala. În contestație trebuie specificat: cine face contestația, codul postului de control și traseul (categoria) ori eroarea constatată, ora întocmirii, ora depunerii contestației.

**30.5** Dacă se constată justetea contestației la punctul anterior, traseele influențate se pot anula. Juriul va avea în vedere, în luarea deciziei sale, amploarea erorii, raportată la modul în care a influențat rezultatele.

**30.6** Contestațiile primite regulamentar trebuie rezolvate în timpul cel mai scurt de către Juriul de concurs. Decizia luată se transmite în scris reclamantului și se anunță la festivitatea de premiere.

**30.7** Decizia Juriului de concurs anulează sau validează deciziile anterioare privitoare la reclamații/observații.

**30.8** În situații tehnice care au influențat semnificativ rezultatele, la categoriile respective, rezultatele se anulează și nu se întocmesc clasamente oficiale. Rezultatele și clasamentele concursurilor cu mai multe etape se stabilesc fără etapele anulate. În cazuri de vandalism, juriul de concurs va lua și măsurile disciplinare care se impun.

**30.9** Pentru contestații se percep taxe. Taxa de contestație se stabilește de federație conform reglementărilor în vigoare și se anunță la fiecare început de an împreună cu celelalte taxe, vize, penalități etc. În cazul în care reclamantul primește un răspuns favorabil, organizatorul are obligația să-i restituie taxa de contestație.

**30.10** Contestațiile nesemnate sau care nu îndeplinesc condițiile specificate mai sus se resping din oficiu.

**30.11** Organizatorul este obligat să anexeze contestațiile și modul de rezolvare a acestora la raportul competiției.

**30.12** În cazul în care reclamantul nu este mulțumit de decizia juriului, acesta poate face apel.

**30.13** Apel la modul de rezolvare a contestației împotriva deciziei Juriului de concurs:

- a) se poate face apel la Comisia de Apel a F.R.O. în maximum 48 de ore de la primirea răspunsului privind cele contestate. Apelul trebuie să fie însoțit de un act prin care se justifică achitarea taxei de apel, care se stabilește de federație conform reglementărilor în vigoare și se anunță la fiecare

început de an împreună cu celelalte taxe, vize, penalități etc. Dacă apelul este admis, taxa de apel se restituie.

- b) împotriva deciziei Comisiei de Apel, se poate face apel la forul nominalizat de M.S. (Comisia Nationala de Disciplina Sportiva) în maximum 7 zile de la primirea răspunsului privind apelul formulat, în condițiile Legii 551/2004.

**30.14** Decizia privind apelul se transmite celor interesați, în scris, în termen de 21 zile de la încheiere.

## **31. Juriul de concurs**

**31.1** La concursurile cuprinse în calendarul competițional, organizatorul va forma un Juriu de concurs;

**31.2** Juriul de concurs are sarcina și obligația de a rezolva inclusiv contestațiile și sesizările referitoare la încălcarea disciplinei sportive;

**31.3** Juriul de concurs este alcătuit din trei membri care pot fi propuși de organizator, cu acordul acestora. Se va anunța și minim o variantă de rezervă, în situația în care o contestație ar poziționa unul din membri în conflict de interese. Membrii juriului nu se aleg dintre organizatorii concursului.

**31.4** Componența Juriului de concurs va fi afișată la avizier pe toată perioada concursului.

**31.5** Dacă un membru al juriului el însuși prejudiciat sau implicat direct în rezultatul categoriei viciate, sau dacă un membru al juriului este în imposibilitate de a-și îndeplini atribuțiile, la propunerea organizatorului, ceilalți membri vor coopta alt membru, dintre cei propuși ca rezervă sau un nou membru în cazul în care nici aceștia nu pot juriza.

**31.6** La ședințele juriului au drept să participe un reprezentant al organizatorului și arbitrul de control, aceștia neavând drept de vot.

**31.7** Membrii juriului trebuie să fie arbitri F.R.O., să prezinte integritate morală și să posede cunoștințe necesare pentru a putea hotărî în problemele constatate și pentru a putea parcurge un traseu cu grad de dificultate maximă

**31.8** Juriul este competent a decide dacă toți membrii juriului sunt prezenți. Deciziile juriului se iau doar prin consens. Procesul verbal va fi semnat de toți membrii juriului.

**31.9** Organizatorul și arbitrul de control vor acționa în conformitate cu deciziile juriului;

**31.10** Decizia luată de juriu este definitivă pe durata competiției concursului, împotriva ei se poate face apel conform punctului 30.13 din prezentul Regulament, care se va analiza în termenul stipulat;

**31.11** Juriul de concurs poate cere sancționarea persoanei găsite vinovată în cazul încălcării majore a regulamentului.

## **32. Abateri de la disciplina sportivă:**

**32.1** Sancțiunile se hotărăsc și se fac în conformitate cu *Regulamentul Disciplinar*.

- a) concurenții care au abateri de la disciplina de concurs pot fi descalificați prin decizii ale Juriului de concurs;
- b) analiza abaterii de la disciplina de concurs se va face în prezența persoanelor în cauză;
- c) decizia de sancționare împreună cu circumstanțele analizate vor figura în dosarul concursului;
- d) deciziile privind abaterile disciplinare vor fi validate de Consiliul Director;
- e) clubul sportiv la care este legitimat concurentul trebuie să fie anunțat în scris despre decizia luată, împreună cu argumentarea deciziei;

- f) la concursurile internaționale, dacă persoana în cauză este din străinătate, acesta se descalifică. Se anunță atât delegatul oficial, cât și federația respectivă, acestea fiind competente pentru aplicarea de sancțiuni disciplinare.

### **33. Arbitrul de controlor național**

**33.1** Arbitrul controlor național - la competițiile majore ale F.R.O. – în afara atribuțiilor arbitrilor de control, împreună cu președintele comisiei de organizare, răspunde de pregătirea și buna desfășurare a competiției. Acesta este delegat de către F.R.O. și trebuie să aibă pregătire specială pentru această funcție (arbitru național).

**33.2** Arbitrul de control național este reprezentantul oficial al F.R.O., care l-a desemnat pentru concursul de nivel național. Sarcina sa principală este de a îndruma și coordona organizatorul competiției și de a verifica respectarea Regulamentelor F.R.O. și I.O.F. La concursurile internaționale, acesta are datoria de a ajuta controlorul internațional în toate activitățile sale. Dacă la un concurs internațional, I.O.F. sau asociația sub egida căreia are loc competiția nu a delegat nici un controlor internațional, va prelua și sarcinile controlorului internațional.

**33.3** Arbitrul Controlor național are următoarele atribuții:

- a) acceptarea zonei de concurs;
- b) verificarea hărții privind respectarea normelor I.O.F. fixate în ISOM sau ISSprOM;
- c) verificarea traseelor din punct de vedere al gradului de dificultate, al existenței hazardului, al hărții, al locurilor de amplasare a posturilor de control, al zonei din jurul plecării și sosirii. La concursurile de ștafetă verifică combinațiile de trasee;
- d) verificarea problemelor organizatorice și administrative: cazare, masă, transport, invitație, programul concursului, cheltuieli, posibilități de antrenament;
- e) verificarea sistemului de cronometrare din punct de vedere al siguranței de funcționare și al preciziei;
- f) verificarea condițiilor create în vederea deservirii reprezentanților mass media;
- g) verificarea rezultatelor și a modului de anunțare a lor;
- h) în mod obligatoriu este prezent la concurs, pe toată durata acestuia.

### **34. Controlorul internațional**

**34.1** Arbitrul controlor internațional este reprezentantul oficial al IOF, desemnat conform Regulamentului de Organizare al Concursurilor de Orientare pentru competițiile internaționale organizate sub egida I.O.F. sau a altor asociații internaționale de orientare.

**34.2** Sarcina sa principală este de a verifica respectarea regulamentul competiției internaționale aplicabil (WOC, JWOC, EYOC, SEEOC etc.);

**34.3** Atribuțiile sale vor fi cele specificate în regulamentul I.O.F.

**34.4** În mod obligatoriu controlorul internațional este prezent la concurs;

**34.5** Plata cheltuielilor se face în raport cu reglementările în vigoare.

### **35. Documentele concursului**

**35.1** Dosarul complet al concursului este întocmit de secretarul concursului și președintele de concurs și se păstrează în format electronic la organizator.

**35.2** Conține toate documentele legate de pregătirea și desfășurarea concursului: a) invitația;

- b) programul concursului;
- c) harta cu traseele, descrierea de posturi, datele tehnice;
- d) listele de start;
- e) listele cu timpi intermediari;
- f) contestațiile, reclamațiile, observațiile precum și rezoluțiile date la ele;
- g) listele de rezultate;
- h) raportul de concurs.

**35.2** Formulare specifice IOF, SEEOA etc.

- a) se completează în cazul concursurilor internaționale care figurează în calendarul IOF;
- b) se primește de la Secretariatul IOF;
- c) se trimite la Secretariatul IOF în termen de o lună după încheierea evenimentului.

### **36. Mass-media, publicitatea, sponsorizarea**

- a) organizatorii concursurilor de orientare vor lua măsuri adecvate pentru popularizarea activității de orientare și informarea publicului privind desfășurarea competițiilor și rezultatele obținute;
- b) organizatorii concursurilor trebuie să asigure reprezentanților mass-media condiții favorabile desfășurării activității lor fără ca aceștia, prin prezența lor sau prin informațiile primite, să influențeze rezultatele concurenților;
- c) la concursuri de orientare este interzisă orice activitate de reclamă și publicitate legate de țigări și băuturi alcoolice tari;
- d) posibilitățile, modalitățile și mijloacele de publicitate și de reclamă ale sponsorilor se vor încadra în reglementările în vigoare.

### **37. Dispoziții finale**

- a) participarea concurenților la toate competițiile de orientare se face pe propria răspundere;
- b) asigurarea medicală de accidente a sportivilor și viza medicală pentru practicarea sportului de performanță se fac în conformitate cu prevederile legale în vigoare;
- c) la concursurile de importanță majoră, FRO poate să dispună efectuarea controlului actelor de identitate și a controlului doping.

## **A1: Principii pentru proiectarea traseelor de orientare**

### **1. INTRODUCERE**

- 1.1 Scop
- 1.2 Aplicații

### **2. PRINCIPII DE BAZĂ**

- 2.1 Definiția Orientării
- 2.2 Scopul buneii proiectări
- 2.3 Regulile de aur ale trasatorului

### **3. TRASEUL DE CONCURS**

- 3.1 Terenul
- 3.2 Traseul de concurs
- 3.3 Startul
- 3.4 Secțiunile
- 3.5 Posturile de control
- 3.6 Sosirea
- 3.7 Citirea hărți ca element al traseului
- 3.8 Alegerea rutei
- 3.9 Gradul de dificultate
- 3.10 Tipurile de competiții
- 3.11 Obiectivele trasatorului

### **4. TRASATORUL**

### **5. REFERINȚE**

## **1. INTRODUCERE**

### **1.1 Scopul**

Aceste principii sunt menite să stabilească un standard comun pentru proiectarea traseelor de orientare, pentru a asigura sportivitatea în competiție și pentru a garanta caracterul unic al acestui sport de orientare.

### **1.2 Aplicarea acestor principii**

La concursurile naționale și internaționale, toate traseele vor fi proiectate conform acestor principii. De asemenea, aceste principii ar trebui aplicate și altor competiții de orientare. Termenul de “orientare” este folosit de regulă când ne referim în special la “orientarea în alergare”.

## **2. PRINCIPII DE BAZĂ**

## 2.1 Definiția orientării

**ORIENTAREA** este sportul ce constă în parcurgerea unui traseu, într-un teren necunoscut, materializat printr-o succesiune de posturi de control ce trebuie atinse; sportivul alege ruta cu ajutorul hărții și al busolei.

Orientarea în alergare ar putea fi caracterizată ca “*navigare în alergare*”.

## 2.2 Scopul bunei proiectări

Scopul proiectării traseului este de a oferi concurenților trasee corect proiectate, astfel încât rezultatele și clasamentele să reflecte cât mai fidel pregătirea, deprinderile tehnice, fizice și psihice ale concurenților.

## 2.3 Regulele de aur ale trasatorului

Trasatorul trebuie să aibă în vedere următoarele principii:

- caracterul unic al orientării ca navigare în alergare
- corectitudinea concursului
- participarea cu plăcere a concurentului la concurs • protecția mediului și a vieții sălbatice (a faunei)
- cerințele spectatorilor și a mass mediei.

### 2.3.1 Caracterul unic

Orice sport are caracterul său propriu. Caracterul unic al orientării constă în a descoperi și a urma ruta cea mai bună (varianta “optimă”) pe un teren necunoscut, contra cronometru. Pentru aceasta, sunt necesare aptitudini specifice Orientării: citirea cu acuratețe a hărții, evaluarea alegerii rutei, mânăuirea busolei, concentrarea în condiții de stres și oboseală fizică, luarea rapidă a deciziilor, alergarea în teren etc.

### 2.3.2 Sportivitatea

Sportivitatea este o cerință de bază în sportul de performanță. Se va acorda o atenție mărită la proiectarea și executarea traseului, astfel încât factorul de noroc să nu influențeze rezultatele în mod hotărâtor. Trasatorul trebuie să ia în considerație toți acei factori care asigură desfășurarea în condiții de sportivitate a concursului și că toți concurenții sunt supuși aceluiași condiții în orice parte a traseului.

### 2.3.3 Satisfacția concurentului

Popularitatea orientării poate fi îmbunătățită dacă participanții sunt satisfăcuți de traseele propuse. De aceea proiectarea atentă a traseului este necesară pentru a se asigura trasee potrivite ca lungime, dificultate fizică și tehnică, amplasarea corectă a posturilor de control etc. Din acest motiv, este deosebit de important ca fiecare traseu să fie pe măsura concurenților care aleargă pe acesta.

2.3.4 *Mediul* Cadrul natural este sensibil, animalele sălbatice pot fi tulburate, iar terenul și vegetația pot fi afectate din cauza folosirii excesive a zonei. Mediul include de asemenea locuitorii care trăiesc pe terenul de concurs, clădirile, gardurile, zonele cultivate și alte construcții etc. De obicei este posibil să se găsească modalități pentru a evita interferența cu cele mai sensibile zone. Experiența și cercetarea au dovedit că și concursurile de anvergură pot fi organizate în zonele sensibile fără a perturba mediul, dacă se iau măsuri adecvate de precauție, iar traseele sunt bine proiectate.

### 2.3.5 Spectatorii și mass media

Trasatorul trebuie să aibă permanent în vedere crearea și menținerea unei imagini favorabile a sportului orientării, trebuie să asigure spectatorilor și presei posibilitatea de a urmări desfășurarea concursului, fără a perturba însă obiectivitatea și corectitudinea concursului.

### **3. TRASEUL DE CONCURS**

#### **3.1 Terenul**

Terenul trebuie astfel ales încât să ofere condiții egale tuturor concurenților.

Pentru păstrarea caracterului acestui sport, terenul trebuie să fie alergabil și potrivit pentru testarea aptitudinilor și calităților de orientare ale concurenților.

#### **3.2 Traseul de concurs**

Traseul de concurs este definit de start, posturi de control și sosire. Între aceste elemente, care sunt precis marcate pe teren și respectiv pe hartă, sunt secțiunile parcurse de concurent de-a lungul cărora concurentul trebuie să se orienteze (navigheze).

#### **3.3 Startul**

Locul de start se organizează și se situează astfel ca:

- să existe o zonă pentru încălzire;
- concurenții care așteaptă să nu vadă variantele alese de cei care au luat startul.

Locul de unde începe prima secțiune de orientare se marchează pe teren cu un lampion fără cod, iar pe hartă printr-un triunghi. Pentru a oferi posibilitatea citirii hărții în alergare, se recomandă ca între startul de timp/hartă și triunghi să fie cca. 50-100 m culoar marcat.

Concurenții trebuie să se confrunte cu probleme de orientare chiar din locul de unde începe prima secțiune.

#### **3.4 Secțiunile 3.4.1**

##### *Secțiuni bune.*

Secțiunile sunt cele mai importante elemente ale unui traseu de orientare și îi determină în mare măsură calitatea. Secțiunile bune oferă concurenților probleme interesante în citirea hărții și îi ghidează într-un teren cu posibilități de variante individuale alternative.

În cadrul aceluiași traseu, trebuie utilizate tipuri diferite de secțiuni, unele bazate pe o citire atentă a hărții, altele bazate pe variante ușor alergabile. Trebuie să existe o variație cu privire la lungimea și dificultatea secțiunilor, pentru a-i determina pe concurenți să apeleze la o gamă largă de tehnici de orientare și viteze de alergare. Trasatorul trebuie să introducă schimbări de direcții pentru a obliga concurenții să se reorienteze frecvent. Se vor evita unghiurile ascuțite formate de secțiunile succesive.

Este preferabil ca un traseu să aibă câteva secțiuni lungi, foarte bune, urmate de porțiuni scurte introduse pentru a mări lungimea traseului, în loc să fie un număr egal de secțiuni de o calitate inferioară.

##### *3.4.2 Corectitudinea secțiunilor*

Nici o secțiune nu trebuie să conțină variante care să ofere avantaje sau dezavantaje, care nu pot fi observate pe hartă de concurent, în condiții de concurs.

Se vor evita secțiunile ce încurajează concurenții să traverseze zone periculoase sau interzise.



### **3.5 Posturile de control**

*3.5.1 Amplasarea posturilor* Posturile de control sunt plasate pe repere din teren care sunt reprezentate pe hartă. Concurenții trebuie să atingă posturile, în ordinea dată, dar urmând propriile lor variante. Aceasta impune o proiectare și verificare corectă pentru a asigura imparțialitatea.

Este important ca harta să reflecte întocmai terenul în apropierea posturilor de control, direcțiile și distanțele să fie corecte indiferent de direcția de apropiere.

Posturile nu se amplasează pe obiecte vizibile doar de la distanțe foarte mici, dacă pe hartă nu există alte repere de atac.

Posturile de control nu se amplasează acolo unde, pentru concurenții care vin din direcții diferite, vizibilitatea lampionului nu poate fi evaluată de pe hartă sau de pe descrierea de posturi.

#### *3.5.2 Rolul postului de control*

Principalul rol al postului de control este de a marca începutul și sfârșitul secțiunii de orientare. Uneori, este nevoie să se apeleze la posturi de control cu alte scopuri specifice, ca de exemplu să ghideze sportivii în jurul zonelor periculoase, a zonelor interzise și de dirijare pentru evitarea unghiurilor ascuțite.

Posturile de control mai pot fi folosite ca puncte de alimentare pe traseu, presă și pentru spectatori.

#### *3.5.3 Lampionul*

Echipamentul postului de control trebuie să corespundă reglementărilor I.O.F. Pe cât posibil, lampionul trebuie plasat astfel încât concurenții să-l observe doar când au ajuns la reperul descris al postului de control. Pentru imparțialitate, vizibilitatea trebuie să fie aceeași, indiferent dacă se află sau nu un concurent la postul de control.

Lampionul nu trebuie să fie ascuns: când concurenții ajung la locul postului de control, aceștia nu trebuie să caute lampionul.

#### *3.5.4 Imparțialitatea amplasării*

Este necesară alegerea atentă a locului postului de control pentru a se evita efectul de “unghi ascuțit”, unde concurenții care sosesc să poată fi conduși spre postul de control de concurenții care ies de la postul de control.

#### *3.5.5 Distanța dintre posturile de control*

Posturile de control din diferite trasee amplasate prea aproape unul de altul, pot induce în eroare concurenții care s-au orientat corect până la locul postului de control. Doar când reperele postului de control sunt clar deosebite în teren ca și pe hartă, posturile de control pot fi amplasate mai aproape de 100 m.

#### *3.5.6 Descrierea posturilor de control*

Poziția postului de control, în raport cu reperul reprezentat pe hartă, este definită de descrierea posturilor de control. Corespondența dintre reperul de pe teren al postului de control și locul marcat pe hartă trebuie să fie indiscutabilă. Posturile de control care nu pot fi clar definite de simbolurile IOF nu sunt corespunzătoare și trebuie evitate.

### **3.6 Sosirea**

Ultima parte a secțiunii spre linia de sosire trebuie să fie obligatoriu marcată.

### 3.7 Citirea hărții ca element al traseului

Pe un traseu bun, concurenții sunt nevoiți să se concentreze asupra orientării pe întregul traseu.

Secțiunile care nu solicită citirea hărții sau atenție în orientare trebuie evitate, în afară de cazul că ele rezultă dintr-o alegere deosebit de bună a rutei.

### 3.8 Alegerea rutei

Rutele alternative determină concurenții să folosească harta pentru a evalua terenul și de a trage din aceasta concluzii. Alegerea rutei determină concurenții să gândească independent și va separa concurenții reducând astfel “colaborarea” pe traseu.

### 3.9 Gradul de dificultate

Pentru orice teren și hartă, un trasator poate proiecta trasee cu o mare diversitate de grade de dificultate.

Gradul de dificultate al secțiunilor poate fi variat, făcându-le să urmeze repere liniare mai mult sau mai puțin apropiate.

Concurenții trebuie să fie capabili să evalueze gradul de dificultate al apropierii de postul de control din informația oferită de hartă și astfel să aleagă tehnica corespunzătoare.

Trebuie să se acorde atenție aptitudinii scontate a concurenților, experienței și abilității de a citi și înțelege detaliile fine ale hărții. Este deosebit de important să se stabilească nivelul de dificultate corect, când se proiectează trasee pentru începători și copii.

### 3.10 Tipurile de competiții

Proiectarea traseului trebuie să țină cont de cerințele specifice ale tipului de competiție. De exemplu, proiectarea traseului pentru orientarea pe scurtă distanță trebuie să solicite o citire detaliată a hărții și un grad înalt de concentrare pe parcursul întregului traseu.

Proiectarea traseului pentru ștafete trebuie să țină cont de necesitatea ca spectatorii să poată urmări îndeaproape desfășurarea competiției.

### 3.11 Obiectivele trasatorului

#### 3.11.1 Cunoașterea terenului

Trasatorul trebuie să fie perfect familiarizat cu terenul, înainte de a intenționa să folosească vreun post de control sau secțiune. El trebuie să fie conștient că în ziua concursului condițiile privind harta și terenul pot fi diferite de acelea existente la momentul proiectării traseelor.

#### 3.11.2 Stabilirea corectă a gradului de dificultate

Este foarte facilă exagerarea gradului de dificultate pentru începători și pentru copii. Trasatorul trebuie să fie atent să nu evalueze dificultatea doar pornind de la propria pricepere în orientare sau de la viteza lui de mers când execută recunoașterea zonei.

#### 3.11.3 Amplasarea corectă a posturilor

Dorința de a realiza cele mai bune secțiuni posibile îl determină adesea pe trasator să folosească zone pentru postul de control nepotrivite.

**Rareori, sportivii observă vreo diferență între o secțiune bună și una foarte bună, dar vor remarca imediat dacă un post de control provoacă o pierdere de timp neprevăzută din cauza unei zone ascunse a postului de control sau a unui lampion ascuns, ambiguitate, a unei descrieri eronate a unui post de control etc.**

#### 3.11.4 Amplasarea posturilor la distanțe suficiente între ele

Chiar dacă posturile de control au un cod unic, ele nu trebuie să fie atât de apropiate încât să inducă în eroare concurenții care s-au orientat corect până la postul de control. Trebuie evitată utilizarea codurilor confundabile la posturile care sunt apropiate.

### 3.11.5 Evitarea rutelor super-complicate

Trasatorul poate să sesizeze, și astfel să economisească timp la proiectarea rutei, variantele ce nu vor fi niciodată alese și pentru care să piardă timp creând probleme complicate, pentru că, oricum, concurentul va alege următoarea variantă “mai bună”.

### 3.11.6 Trasee nepretențioase din punct de vedere fizic

Traseele trebuie stabilite astfel înât concurenții în formă fizică normală pentru vârsta la care concurează să poată alerga la nivelul categoriei, pe aproape întreg traseul.

## 4. TRASATORUL

Trasatorul trebuie să aibă o înțelegere și o apreciere a calităților unui traseu bun câștigate din experiență proprie. El trebuie de asemenea, să fie familiarizat cu teoria proiectării traseului și să aprecieze cerințele specifice ale diferitelor categorii și diferitelor tipuri de competiții.

Trasatorul trebuie să fie capabil să evalueze în teren diferiții factori care pot influența competiția precum starea terenului, calitatea hărții, prezența participanților și a spectatorilor etc.

Trasatorul este răspunzător pentru traseu și desfășurarea competiției între linia de start și linia de sosire. Munca lui trebuie să fie controlată de arbitrul de control. Aceasta este esențial din cauza numeroaselor posibilități de a greși, greșeli care pot avea consecințe grave.

## 5. REFERINȚE

Aceste principii vor fi aplicate în concordanță cu următoarele documente ale F.R.O./I.O.F., actualizate:

- Regulamentul Concursurilor de Orientare (F.R.O. și I.O.F.)
- Norme pentru Descrierea Posturilor de Control (I.O.F.)
- Specificații Internaționale pentru Hărțile de Orientare ISSOM și ISSprOM (I.O.F.)

**Anexa 2 (normativă)**

### **A2: Tabel cu timpii câștigători de referință, pe principalele tipuri de probe și categorii de participare**

Categoria (vârsta)	Medie Distanță		Lungă Distanță		Semimaraton		Ștafetă	
	F	M	F	M	F	M	F	M

10	15	15	20-25	20-25	-	-	-	-
12	15-20	20-25	25-30	25-30	-	-	15-30	20-35
14	15-20	20-25	30-35	30-40	-	-	15-30	20-35
16 E, A	20-25	20-25	35-45	40-50	60-70	65-75	25-40	25-45
16 B, C	20-25	20-25	30-40	35-45	55-65	65-70		
18 E, A	20-25	20-25	40-50	55-60	65-75	80-90	25-45	25-45
18 B, C	20-25	20-25	40-45	50-50	60-80	75-85		
20 E, A	30-35	30-35	70-80	90-100	100-120	125-150	30-50	30-60
20 B, C	25-30	25-30	55-65	60-70	70-90	90-110		
21 E	30-35	30-35	70-80	90-100	100-120	125-150	30-50	30-60
21 A	25-30	25-30	55-65	65-85	90-110	110-130		
21 B	20-25	25-30	45-60	55-70	80-100	90-110		
21 C	20-25	25-30	40-50	50-60	70-90	80-100		
35	20-25	30-35	45-55	50-70	80-90	100-120	30-45	30-50
40	20-25	30-35	45-55	45-65	70-80	90-100	30-45	30-50
45	20-25	25-30	45-55	40-55	60-70	80-90	25-40	20-40
50	20-25	25-30	35-45	40-55	50-60	70-80	25-40	20-40
55	20-25	25-30	30-40	35-50	50-60	60-70	20-40	20-40
60	20-25	25-30	30-40	35-50	50-60	60-70	20-40	20-40
65	20-25	25-30	30-40	30-40	50-60	60-70	20-40	20-40
70	20-25	25-30	30-40	30-40	50-60	60-70	20-40	20-40
75	20-25	20-25	30-40	30-40	50-60	60-70	20-40	20-40
80	20-25	20-25	30-40	30-40	50-60	60-70	20-40	20-40
85	20-25	20-25	30-40	30-40	50-60	60-70	20-40	30-40

**Probe de noapte - pădure** - Timpii câștigători sunt cu 20-30% mai mici decât timpii precizați la proba de Lungă Distanță

**Sprint de zi/noapte în zone locuite** – între 12 și 15 minute

**Sprint de pădure** - între 13 și 18 minute

**Ștafete Sprint** – între 12-15 minute pentru categoriile de elită și 10-12 minute în rest, per schimb **Anexa 3 (informativă)**

### **A3: Numărul minim de arbitri necesari la un concurs de Orientare pentru o etapă, cu plecări și sosiri comune pentru toate categoriile**

<b>FUNCȚIA</b>	<b>NUMĂR ARBITRI</b>
Președinte de concurs	1
Vicepreședinte	1
Arbitri trasatori	1 - 2
Arbitru control	1
Secretar tehnic – suport IT	1
Responsabil administrativ - logistic	1
Coordonator “PLECARE”	1
Arbitru auxiliar “PLECARE”	1

Coordonator “SOSIRE”	1
Arbitru colectare hărți, nr. concurent	2
Arbitri auxiliari “SOSIRE”	2
Cadru medical	1
Arbitri posturi și arbitri cu sarcini speciale	după caz

#### **Anexa 4 (informativă)**

### **A4: Tabel cu numărul minim de zile necesar trasării și controlului unui concurs de Orientare**

<b>TIPUL CONCURSULUI</b>	<b>NR. ZILE</b>	<b>NR. ZILE</b>
	<b>TRASARE</b>	<b>CONTROL</b>
Finale de Campionat Național (FCN) și internaționale (INT)	4	3
Etape de Campionat Național (ECN) și Cupa României	3	2
Concursuri interjudețene (IJ) și județene (J)	2	2
Concursuri locale	1	1

**Prezentul Regulament intră în vigoare la data de 1 Mai 2022**