



# FEDERAȚIA ROMÂNĂ DE ORIENTARE

Str.V.Conta Nr.16,  
Sector 2, 020954,  
București,  
România

Tel: 021 317 49 99  
Fax: 021 317 49 99  
E-mail: frorientare@gmail.com  
Web: www.fro.ro

Cod Fiscal: 4400824  
Cont IBAN:  
RO79RNCB0074029203640001  
B.C.R. Sector 3

## Buletinul 2

Federația Română de Orientare, în parteneriat cu Primăria Municipiului Roman, Direcția Județeană de Sport și Tineret Neamț și Clubul Athletic Roman va organiza, în perioada 4-7 aprilie 2024, Campionatul Național de Semimaraton și prima etapă de Sprint Urban - Orientare în Alergare.

Probele se vor desfășura după următorul program:

### **Joi, 4 aprilie**

Orele 15-18:00 antrenament de hartă zona Dealul Mărului Nord;

### **Vineri, 5 aprilie**

Orele 10-13:00 antrenament de pădure zona Vladnic - sat Vulpășești;

Orele 17-18:00 antrenament de Sprint în mun. Roman.

### **Sâmbătă, 6 aprilie**

Orele 10-11:30 Validare în zona de finish;

Ora 11:30 start Campionatul Național de Semimaraton – Orientare în Alergare;

### **Duminică, 7 aprilie**

Ora 10:30 Start Campionatul Național de Sprint-Urban etapa I – Orientare în Alergare și etapa I de Sprint Urban, în municipiul Roman.

Ora 12:00 Festivitatea de Premiere la locul de sosire pentru ambele etape.

### **Centrul de Concurs:**

Clubul Athletic Roman, Str. 1 Decembrie 1918 Nr. 24, coordonate GPS 46.933638, 26.928284.  
Distanțe de la Centrul de Concurs până la zonele de concurs:

- Semimaraton – 10 km.
- Sprint – 2 km.

### **Echipa tehnică**

**Președinte de concurs** Patraș Florin

**Secretariat:** Cosmin Stan

**Arbitri cartatori:** Patraș Florin, Chira Daniel,

**Trasare:** Patraș Ionuț

### **Categoriile de participare, premii:**

Conform precizărilor la sistemul competițional pentru anul 2024, se vor organiza Campionatele Naționale pentru următoarele categorii:

- Campionatul Național de Sprint Urban: M-F 14, 18, 21, 35, 45, 55, 65, 75, 85+ ani, Open tehnic;
- Campionatul Național de Semimaraton: M-F 16, 18, 20, 21, 35, 40, 45, 50, 55, 60, 65, 70, 75, 80, 85+ ani, Open și Open tehnic.

Titlul de campion național, la probele individuale, se va acorda dacă iau startul minimum 4 sportivi de la 3 cluburi diferite. Dacă această condiție nu este îndeplinită, se va face comasarea categoriilor și adaptarea traseelor.

Primele 3 locuri vor primi diplome și medalii, iar câștigătorul tricou și titlu de campion, după caz.

Toate antrenamentele sunt pe zone similare celor în care vor avea loc cele 2 probe! Hărțile se pot ridica la validare și conțin coordonatele sosirii desenate pe hartă.



# FEDERAȚIA ROMÂNĂ DE ORIENTARE

Str.V.Conta Nr.16,  
Sector 2, 020954,  
București,  
România

Tel: 021 317 49 99  
Fax: 021 317 49 99  
E-mail: [frorientare@gmail.com](mailto:frorientare@gmail.com)  
Web: [www.fro.ro](http://www.fro.ro)

Cod Fiscal: 4400824  
Cont IBAN:  
RO79RNCB0074029203640001  
B.C.R. Sector 3

## Înscrieri și taxe de participare:

Înscrierile se vor face la [inscrieri.fro@gmail.com](mailto:inscrieri.fro@gmail.com), la termenul enumerat mai jos, înainte de datele (inclusiv):

Categoria	Înainte de termen (30 martie)	După termen
MF 12 - 14 ani	15 lei	20 lei
MF16 - 18 ani MF 65 – 80 ani	30 lei	35 lei
MF 20 – 60 ani, Open/OpTehnic	40 lei	45 lei

Antrenamentele se vor face cu SportIdent, iar taxa va fi de 10lei/antrenament/sportiv.

Se va folosi sistemul electronic de control și cronometraj **SPORT-ident**, toate stațiile vor fi dotate cu sistemul **Air+** la Sprint. Se pot închiria la cerere dispozitive tip SIAC contra 5lei/buc. și etapă.

Modificarea numărului de SI-Card se anunță la Sosire. Cei care intră în concurs cu un alt SI-Card neanunțat, vor fi descalificați.

Toți concurenții vor alerga cu numărul de concurs pus la dispoziție de organizatori. În lipsa acestuia nu vor putea lua startul. Pentru cazul în care acestea se distrug se vor pune la dispoziție numere de concurs de rezerva.

## Cazare

- Complex hotelier Mariko Inn \*\*\*, Cazare și masă 230 lei/zi/ persoană
- Căminul Liceului cu Program Sportiv, în zona centrală:
  - cazare în camere cu 4-6 locuri - 40 lei/pat/zi
  - masă 80-120 lei/zi/persoană

Rezervări se pot solicita la [inscrieri.fro@gmail.com](mailto:inscrieri.fro@gmail.com),

## Vizita medicală, vize anuale:

AU DREPT DE PARTICIPARE SPORTIVII LEGITIMAȚI CU VIZA ANUALĂ ȘI VIZA MEDICALĂ LA ZI, DIN CLUBURILE AFILIATE LA FEDERAȚIA ROMÂNĂ DE ORIENTARE.

Delegații cluburilor vor prezenta la validare, legitimația de sportiv cu viza anuală a FRO pentru anul 2024 precum și cu viza medicală de la cabinetele de medicină sportivă, nu mai veche de 6 luni.

**NU VOR INTRA ÎN CONCURS SPORTIVII CARE NU AU VIZĂ MEDICALĂ!**

**PARTICIPAREA ÎN COMPETIȚIILE DE ORIENTARE SE FACE PE PROPRIA RĂSPUNDERE!**

## Detalii de ordin tehnic:

### 1. Semimaraton, 06 aprilie

Teren cu alergabilitate variabilă, acoperit în proporție de cca 95%, cu forme de relief variate. Există în derulare exploatarea forestieră, datorită cărora pot apărea poteci noi sau modificări ale configurației acestora. Scara hărții 1:10000, e=5m.



# FEDERAȚIA ROMÂNĂ DE ORIENTARE

Str.V.Conta Nr.16,  
Sector 2, 020954,  
București,  
România

Tel: 021 317 49 99  
Fax: 021 317 49 99  
E-mail: [frorientare@gmail.com](mailto:frorientare@gmail.com)  
Web: [www.fro.ro](http://www.fro.ro)

Cod Fiscal: 4400824  
Cont IBAN:  
RO79RNCB0074029203640001  
B.C.R. Sector 3

Coordonate parcare: [46.915385, 27.091064](#)

Start – finish = 200m. Parcare – start = 100m. Parcare – sosire – 100m.

Interval de start 3 minute. Descrieri suplimentare se vor pune la dispoziție în start la minut -3.

Există un post care va fi dotat cu apă, pe care toate traseele de Campionat Național îl vor avea.

Se vor respecta cu strictețe marcajele și restricțiile impuse de organizatori.

Traseele M21 vor avea variații tip furculiță. Sportivii trebuie să verifice la start varianta A sau B, conform listei de start. De asemenea, hărțile de concurs la M21 vor fi printate față-verso. Atenție, nu toate cardurile sunt compatibile cu 33 de posturi de control!

La toate celelalte categorii, harta va fi printată pe o singură față.

În timpul competiției, accesul în zona de concurs este complet interzis înainte de start și după finish.

- M21 – 15000m, 33 P.C., 520 m
- M20, M18 – 10500m, 23 P.C., 380 m M35, M45
- F21 – 9200m, 18 P.C., 360 m
- F21 – 9200m, 18 P.C., 360 m
- M16, F20, F18 – 7400m, 17 P.C., 330 m
- ~~M35-50~~ – 7050m, 17P.C., 340 m M45-50
- F16, M55-60 – 5900m, 13 P.C., 220 m
- F35-45, M65-70, OpTehnic – 5600m, 13 P.C., 210 m
- F50 și peste, M75-80, M14 – 3000m, 8 P.C., 100 m
- F12-14, M12, Open – 2000m, 7 P.C., 60 m

## 2. Sprint-Urban etapa I, 7 aprilie

Teren cu alergabilitate foarte bună, asfaltat/betonat în proporție de cca 80%, cu densitate mare de elemente. Se vor respecta cu strictețe marcajele și restricțiile impuse de organizatori. Scara hărții 1:4000, e=2m, zonă cartată conform ISSprOM.

Coordonate sosire: [46.925733, 26.930011](#).

Sosirea va fi de asemenea închisă pe durata concursului, ieșirea este permisă numai după finalizarea competiției, intrarea este permisă doar din traseu. Într-o parte a arenei de sosire, înainte de a porni spre prestart, concurenții vor avea la dispoziție un spațiu îngădit și păzit pentru a depozita bagajele necesare după finish, până la deschiderea arenei de sosire.

Se va adopta sistem de plecare tip carantina în prestart, la cca 200m de arena de sosire, unde se poate ajunge pe culoar obligatoriu, de la care abaterea este interzisă. Spațiul de prestart va fi dotat cu apă și toalete, se va închide la ora 10:00. Intrarea după această oră nu va fi mai fi permisă.

Din prestart (-5') până în primul țarc din dispozitivul de start (-3') se parcurg cca 100m pe culoar obligatoriu. Descrierile suplimentare se vor acorda la -3'.

Hărțile de concurs se vor colecta în arena de sosire până în jurul orei 11:00.

Pentru a evita aglomerarea în posturi, pe alei și printre clădiri, se va prioritiza startul categoriilor feminin, urmate de cele masculin. În funcție de numărul concurenților se vor face ajustări ale startului, chiar și cu abateri de la precizările la sistemul competițional, pentru evitarea aglomerării în trasee.



## FEDERAȚIA ROMÂNĂ DE ORIENTARE

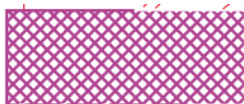
Str.V.Conta Nr.16,  
Sector 2, 020954,  
București,  
România

Tel: 021 317 49 99  
Fax: 021 317 49 99  
E-mail: frorientare@gmail.com  
Web: www.fro.ro

Cod Fiscal: 4400824  
Cont IBAN:  
RO79RNCB0074029203640001  
B.C.R. Sector 3

### Specificații tehnice:

- există un zone cu mese și scaune. Acestea sunt marcate pe hartă cu hașură purple, sunt interzise alergările și slalomuri printre acestea (exemplu stânga).
- Din diferite motive, pe hartă și în teren sunt prevăzute linii care sunt indica interdicții pentru traversare sau trecere, cu linie groasă – purple – (exemplu dreapta):



- Harta nu poate conține toate elementele din teren, pentru a evita supraaglomerarea acesteia: stâlpi de iluminat, de electricitate, construcții subterane cu chepeng / capac la nivelul solului, ghivece/jardinieră, o parte din copacii și arbuști, coșuri de gunoi stradale, alte elemente neesențiale;
  - Se va acorda o atenție deosebită porților deschise la ora concursului către proprietățile private, pentru a evita confundarea aleilor interioare cu cele publice. Harta nu poate reda aceste detalii. În zonele marcate cu vernil, precum și în interiorul clădirilor fără tunele marcate pe hartă, accesul este interzis.
  - Există printre construcții uscătoare de rufe, poziționate la cca 1.80-2.0m de sol. Acestea sunt trecute în cea mai mare parte pe hartă. Solicităm concurenților atenție și responsabilitate în timpul cursei, pentru a evita evenimente neplăcute și chiar accidente grave.
  - Străzile circulante vor fi supravegheate de echipaje de poliție la traversările importante, pe treceri de pietoni, care vor încetini/opri traficul. În celelalte locuri (alei, parcuri, intrări/ieșiri din garaje), traficul nu va fi intens, totuși, solicităm concurenților atenție sporită și responsabilitate în timpul cursei. Prin validarea și participarea la concurs, fiecare sportiv își asumă că a citit și înțeles toate prevederile din regulament, și înțelege că este deplin responsabil pentru propria integritate fizică!
- M21, M18, M35 – 3500m, 21 P.C., 20 m
  - F21, F18, F35 – 3100m, 17 P.C., 20 m
  - M14, M45-65 – 2200m, 18 P.C., 20 m
  - F14, F45-F75, M75, Open – 2100m, 15 P.C., 20 m

Vă așteptăm cu drag!  
Echipa de organizare

