

## **CARPATHIAN MTB EPIC**

### **2018 Cheile Gradistei - Fundata Resort, Brasov, ROMANIA**

### **GHIDUL CURSEI | 1-DAY Challenge**

---

#### **Introducere**

Iti multumim ca te-ai inscris la Carpathian MTB Epic, cursa de mountain bike SOLO, de tip full-service, organizata in Muntii Carpati din Romania, deschisa in egala masura participantilor profesionisti (legitimati UCI) si riderilor amatori.

Evenimentul este programat intre 16 si 19 august 2018. Pe intreaga durata a evenimentului, gazda pentru Race Village este complexul Cheile Gradistei Fundata Resort din Moeciu, judetul Brasov (GPS 45.453381, 25.300852). Afla detalii despre cum ajungi acolo dand click [aici](#).

Afla toate informatiile prin web-site-ul oficial, [www.carpathianmtb.ro](http://www.carpathianmtb.ro).

Evenimentul va fi transmis LIVE. Informatii suplimentare sunt disponibile [aici](#).

#### **Specificatii generale si regulament**

##### **Curse disponibile**

Riderii au avut la dispozitie 2 optiuni la inscrieri: 4-day EPIC sau 1-day Challenge.

Cursa 4-day EPIC include un Prolog si 3 etape zilnice. Prologul (Joi, 16 august) este o cursa de calificare de tip XCT, cu o distanta de 10 km si 550 m diferenta de nivel al carei rezultate vor conta pentru a determina ordinea competitorilor la linia de Start pentru Etapa 1. Prologul este obligatoriu si contribuie la clasamentele generale. Fiecare etapa zilnica va fi organizata pe un traseu diferit: Etapa 1 vineri (17 august) – 60 km, 2700 m diferenta de nivel; Etapa 2 sambata (18 august) – 60 km, cu 3300 diferenta de nivel; Etapa 3 duminica (19 august) – 60 km, cu 2500 m diferenta de nivel. Traseele pot suferi modificari marginale (sub +/- 10%), in conditii normale.

1-day Challenge va avea loc duminica (19 august), pe un traseu de 40 km si 1500 m diferenta de nivel.

## Inregistrarea

Toti participantii la evenimentul 1-Day Challenge sunt asteptati pentru a-si ridica pachetele de participare de la Race Office sambata, 18 august, intre 12:00 si 18:00 sau duminica, 19 august, intre 8:00 si 9:00.

La inregistrare, vei primi bratara personalizata Carpathian MTB Epic pe baza careia vei putea utiliza serviciile cursei, cum ar fi Bike Park-ul de zi. Te rugam sa porti bratara pe tot parcursul evenimentului.

## Planul de mese

Mesele de recuperare vor fi disponibile in zona de Chill-Out, imediat dupa cursa.

Bufetul de ramas bun va fi servit duminica, intre 16:30 si 18:00, in Chill-Out Zone, in zona de start/finish. In eventualitatea in care conditiile meteo nu vor permite sa respectam locatia amintita pentru bufetul de ramas bun, alternative acoperite vor fi asigurate in Restaurantul principal.

## Echipament

Toti riderii trebuie sa poarte casca pe tot parcursul cursei. Riderii trebuie sa poarte imbracaminte corespunzatoare, adaptata conditiilor meteo. Recomandam sa veniti pregatiti pentru conditii dificile, conform ultimelor prognoze.

Folosirea castilor audio sau a radiourilor in timpul cursei este interzisa.

Toti riderii trebuie sa fie echipati cu un dispozitiv GPS personal pe care sa aiba incarcat harta traseului. Postarea publica a traseului pe orice platforma este strict interzisa dat fiind statutul unora dintre drumurile traversate (zone protejate, domenii private, etc.). Traseul final va fi expediat prin e-mail in saptamana evenimentului. Daca nu ai primit traseul cu cel mult o zi inainte de cursa te rugam sa ne contactezi sau sa ne transmiti acest lucru la Race Office, in Race Village.

Toti riderii trebuie sa poarte la ei o pelerina de ploaie pe parcursul cursei. O folie de supravietuire va fi oferita in pachetul de participare pe care va trebui sa o porti la tine in cursa. Iti vei putea inlocui o folie folosita la Race Office.

Este responsabilitatea fiecarui participant sa se asigure ca bicicleta sa este in stare buna de functionare si pregatita de cursa. "Pregatita de cursa" inseamna:

- Numarul de concurs este fixat bine si este vizibil din fata;
- Bicicleta si toate partile componente sunt in stare buna de functionare;
- Bicicleta respecta toate specificatiile din Regulamentul oficial.

Fiecare rider este responsabil cu mentenanta propriei biciclete. Riderii pot avea la ei unelte si scule atat timp cat nu presupun un pericol pentru ceilalti particianti sau pentru propria persoana. Toti riderii trebuie sa poarte la ei o pompa si camere de schimb.

### Timpii de Start si procedura de Start

Participantii trebuie sa isi ocupe locurile in start box-urile la care au fost alocati. Start box-ul alocat cursei 1-day Challenge este Start Box 6.

Riderii vor fi invitati sa isi ocupe locurile la start cu aproximativ 10 minute inainte de startul cursei. Riderii sunt rugati sa fie prezenti in apropierea liniei de start cu cel putin 25 de minute inainte ca procedura de chemare sa inceapa.

Linii paralele cu linia de start vor fi marcate pe culoarul de Start la fiecare 2 m. Aceste linii vor servi ca un reper pe care participantii sa il foloseasca la asezare. In timpul procedurii de call-up, riderii se vor indrepta catre linia de Start si pot sa aleaga o pozitie ramasa libera in box-ul la care au fost alocati.

Timpul Oficial de Start este "Gun Time".

Riderii trebuie sa patrunda in zonele de Start impreuna cu bicicletele lor si odata intrati nu mai pot parasi zona.

### Timpi limita pentru etape

Timpii limita de parcurgere a traseelor va fi determinat in functie de lungimea fiecarui traseu si caracteristicile traseului. Timpii limita vor fi comunicati in timpul Sedintelor tehnice organizate in seara dinaintea cursei respective si/ sau inaintea startului.

In cazul in care un rider termina cursa dupa timpul maxim, va fi clasat ca DNF (did not finish).

Organizatorii cursei pot aloca si timpi limita intermediari care trebuie atinsi in fiecare etapa in parte. Orice rider care nu va atinge zonele in cadrul timpilor limita sau care nu pare sa poata atinge punctele intermediare, in opinia avizata a arbitrilor, va fi oprit din a continua cursa, va fi rugat sa paraseasca traseul si va fi clasat ca DNF (din not finish) pentru etapa respectiva. Aceasta procedura are ca singur scop asigurarea sigurantei participantilor si a echipajelor care asista cursa.

Refuzul de a se opri din cursa si a se retrage de pe traseu poate pune in pericol atat participantul cat si echipele de salvare si membri ai echipei de organizare. Refuzul de retragere de pe traseu conduce la descalificarea automata a participantului, organizatorul nefiind nicicum responsabil din acel moment de siguranta participantului. Daca un participant refuza sa se opreasca din cursa in ciuda indicatiilor arbitrilor iar in urma acestei

decizii are loc o operatiune de salvare sau de interventie pentru evacuarea participantului de pe traseu, costurile aferente acestei interventii vor fi suportate de participant si imputate acestuia. De asemenea, intr-o astfel de situatie, participantul devine direct responsabil in legatura cu orice accidentare suferita de un membru al echipei de organizare survenite in timpul operatiunilor de salvare si/sau evacuare a participantului.

### **Puncte de control**

In fiecare etapa vor exista puncte de control care vor fi indicate pe hartile oficiale.

Arbitri oficiali vor fi alocati unora dintre aceste puncte. Riderii care nu vor fi detectati trecand prin aceste puncte vor fi descalificati. Locatia precisa a punctelor de control nu va fi facuta public si puncte de control surpriza pot fi plasate pe traseu.

### **Drumuri publice si trasee turistice**

Carpathian MTB Epic va oferi o varietate mare de peisaje si va cuprinde un nivel inalt de libertate MTB. Totusi, pe traseu puteti intalni turisti, vehicule si uneori animale. Te rugam sa le asiguri intrega ta consideratie si sa dai prioritate acolo unde este cazul.

Mai mult decat atat, uneori traseele vor intersecta drumuri publice. Te rugam sa intelegi ca blocajul traficului nu este intotdeauna posibil si ca este indicat sa respecti intotdeauna legile de circulatie. Circulatia pe partea stanga a drumului este interzisa.

### **Puncte de alimentare si hidratare**

Te rugam sa te asiguri ca esti corect hidratat pe intreaga durata a evenimentului si ca iti vei planifica rezervele de apa corespunzator. Recomandam sa ai capacitatea de a purta la tine 2 litri de lichide.

Ca o regula generala, pe traseu vor fi 3 Puncte de alimentare si hidratare (notate ca FT pe hartile oficiale). Suplimentar, un Punct de hidratare va fi disponibil si in proximitatea zonei de Chill-Out, in Race Village, dupa finalizarea cursei. Toate Punctele de alimentare vor avea disponibile apa, bautura pentru sportivi Gatorade si o gama variata de alimente: o selectie larga de fructe, glucoza, fructe dehidratate, o selectie de nuci, creakers etc. Produse energetice GoldNutrition si CANAH vor fi de asemenea disponibile in toate aceste puncte.

Te rugam sa ai in vedere ca, pentru a-ti oferi cel mai mare nivel de confort, am plasat aceste puncte in zone care sunt foarte dificil de aprovizionat. Te rugam sa arati respect pentru ceilalti rideri si sa folosesti produsele furnizate in mod responsabil.

### Zone tehnice pe traseu

Fiecare Punct de alimentare si hidratare va fi echipat cu cate 2 truse tehnice self-service. Camere de rezerva vor fi de asemenea disponibile la fiecare dintre aceste puncte, in cantitati limitate. Cu toate acestea, iti solicitam sa porti la tine o pompa si propriile camere de schimb. La punctele tehnice de pe traseu nu vor exista piese de schimb specifice unui anumit brand de biciclete asa ca fii sigur ca dispui de ele.

### Comportament

Ne asteptam ca toti riderii sa arate un comportament fair-play in toate momentele cursei si ca nu vor folosi un limbaj injurios sau abuziv, ca nu vor fi nerespectuosi fata de oficiali si ca nu vor incalca Regulamentul competitiei.

Urmatoarele actiuni sunt in mod specific interzise si pot duce oricand la descalificarea din cursa:

- Aruncarea pe traseu a sticlelor de apa, ambalaje sau piese de bicicleta;
- Devierea de la traseul oficial; si/sau
- Fumatul in oricare punct de pe traseu.

### Siguranta si urgente

Orice tip de urgenta poate fi semnala direct catre oficiali prin intermediul numerelor de telefon de urgenta. Numerele de urgenta vor fi imprimate pe numerele de concurs.

Toti participantii inregistrati in cursa de o zi vor primi un cod special de tracking care trebuie introdus in aplicatia specializata Tractalis, disponibila pentru Android si iOS. Aplicatia poate fi descarcata inainte de ziua cursei din magazinul de aplicatii al dispozitivului mobil personal – se va cauta “Tractalis Tracking”. Instructiuni complete de utilizare vor fi oferite in pachetul de concurs.

Interventii medicale vor fi disponibile in Race Village. Traseul va fi supervizat de catre echipe specializate de salvamontisti.

### Live tracking

O solutie de urmarire va fi disponibila pentru toti cei care vor sa tina ritmul cu participantii, pe intrega durata a cursei. Tot ce este necear este descarcarea aplicatiei Tractalis pentru [Android](#) sau [iOS](#). Urmatorul pas este selectia evenimentului “Carpathian MTB Epic” din lista de curse urmarite.

### Sprijinirea participantilor

Niciun fel de asistentă din exterior, inclusiv asistentă fizică, nu este premisa în nicio condiție din partea oricărei persoane care nu este la rândul ei participant sau care nu face parte din echipa oficială din Punctele de alimentare și hidratare de pe traseu.

Mersul “la plasa” este permis între rideri dar nicio altă formă de mers la plasa nu este permisă (în spatele vehiculelor private, motocicletelor, camioanelor sau autospeciălelor oficiale).

## Race Village

Pe întreaga durată a evenimentului, gazda pentru Race Village va fi complexul Cheile Gradistei – Fundata Resort, un resort montan și o bază sportivă unică în România, atingând standard de nivel olimpic. Multiple competiții internaționale de biathlon au fost gazduite de către acest resort. Complexul este localizat pe un platou care oferă vederi excepționale către munții Piatra Craiului și munții Bucegi.

În Race Village participanții vor avea acces la o gamă largă de facilități, descrise mai jos.

### Race Office

Oficiul cursei – Race Office este punctul de referință oricând ai întrebări la care nu găsești răspuns prin intermediul web site-ului oficial sau al prezentului Ghid. Echipa din Race Office este pregătită să îți ofere sprijin în a rezolva orice situație cu care te confrunți. Race Office este de asemenea locul de unde se contractează serviciile adiționale pe care le vei dori în timpul cursei, spre exemplu, masajul fizioterapeutic. Race Office-ul va fi deschis în fiecare zi de la ora 8:00, până la ora 19:00.

Singurele plăți acceptate la Race Office sunt cele cu cardul. Toate tranzacțiile vor avea loc prin intermediul serviciului online oferit de PayU România.

### Asistența medicală

O ambulanță echipată corespunzător va fi disponibilă în Race Village, în imediată apropiere a liniei de Finish. Intervențiile standard și consultațiile obișnuite sunt disponibile în această zonă, de la ora 8:00 până la ora 19:00.

### **BOSCH Bike Wash Zone**

O zona speciala de spalare biciclete, dotata cu aparate de inalta presiune este disponibila in Race Village, pana la ora 19:00. Dupa spalare, bicicleta poate fi depozitata in Bike Park-ul de Zi.

### **Bike Park de Zi**

Pe durata zilei iti vom depozita bicicleta intr-o zona speciala, pazita, astfel ca tu sa te poti bucura de momentele de dupa cursa, in compania celorlalti rideri. Bike Park-ul de Zi se deschide la 8:00 si se inchide la 18:00, moment la care toate bicicletele trebuie sa fie retrase din zona. Accesul in Bike Park va fi permis in baza bratarii de participant Carpathian MTB Epic.

### **BOSCH Mechanical Assistance Zone / Serviciu mecanic Premium**

O echipa de mecanici va fi disponibila pe intreaga durata a cursei in cadrul BOSCH Mechanical Assistance Zone. Acestia te pot ajuta sa faci ultimele pregatiri pentru cursa, in limita timpului disponibil.

### **Fizioterapie / Masaj**

O echipa de specialisti va fi disponibila pentru a te ajuta prin cele mai bune tehnici din domeniu, inclusiv masaj miofascial, masaj de profunzime sau masaj somatic, toate pentru a accelera pe cat posibil procesul de refacere dupa efort. Acest serviciu se plateste inainte. Daca nu ai contractat inca serviciul o vei putea face in Race Village, in masura locurilor disponibile. Te rugam sa te prezinti la Race Office pentru a completa procedura. Te rugam de asemenea sa iti planifici sedintele de masaj si sa le rezervi pentru a limita momentele de asteptare. Serviciul de fizioterapie va fi disponibil pana la ora 19:00, in fiecare zi de cursa.

### **Chill-Out Zone & Masa de recuperare**

O zona speciala de relaxare va fi disponibila pentru rideri si sustinatori in Race Village. Daca vrei sa te relaxezi dupa cursa sau sa interactionezi cu ceilalti rideri, acesta este locul pe care trebuie sa il vizitezi. In timpul zilei, in Chill-Out Zone riderii se pot odihni dupa cursa in spatii acoperite si pot servi acolo masa de recuperare.

**Te rugam sa consulti harta zonei, mai jos, pentru a identifica punctele importante pentru tine.**





Official Suppliers & Partners



Authorities



Supporters



Media Partners





## Traseul

Traseul va fi curatat si marcat complet cu o zi inaintea cursei. Traseul poate suferi modificari marginale in incercarea de a oferi cele mai intense dar si cele mai sigure momente MTB, in timp ce acordam atentie si mediului inconjurator. In conditii normale, diferentele nu vor depasi +/- 10%.

Te rugam sa fii constient ca distantele publicate sau anuntate pot fi diferite de cele inregistrate pe dispozitivele personale. Exista un numar mare de motive pentru care acest lucru se poate intampla: diferente de tehnologie, setari personale, etc.

Accesul pe traseu in afara concursului este strict interzis dat fiind statutul unora dintre drumurile intersectate (arii protejate, domenii private, etc.). **Este strict interzisa** afisarea traseului pe platforme deschise publicului larg, cum ar fi Strava.

Traseul poate fi modificat substantial in cazul in care este necesar acest lucru din motive de siguranta.





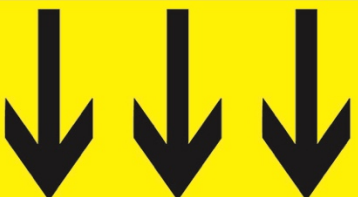







### Marcajul traseului

Pe traseu vei fi ghidat de urmatoarele marcaje:

- Marcaje de vegetatie: banda de marcaj de culoare alb si rosu;
- Tarusi de semnalizare vopsiti in culori reflectorizante;
- Puncte de vopsea;
- Panouri de signalistica, conform indicatiilor de mai jos.

Daca nu ai intalnit niciun marcaj vreme de cativa kilometri, este probabil **sa nu mai fii** pe traseul corect. Te rugam sa te intorci la ultimul punct marcat si sa gasesti traseul corect.

# SYSTEM OF ARROWS AND SIGNS USED IN TRACK SIGNAGE

 <b>Straight Ahead</b>	 <b>Right Turn</b>	 <b>Left Turn</b>	
 <b>Straight Ahead Slow</b>	 <b>Extreme Caution</b>	 <b>Caution</b>	
 <b>Kilometers</b>	 <b>Wrong Way</b>	 <b>Bridge</b>	 <b>Water Crossing</b>
	<b>START</b>  <b>FEED &amp; TECHNICAL</b> <b>ZONE</b>	<b>END</b>  <b>FEED &amp; TECHNICAL</b> <b>ZONE</b>	

### 1-day Challenge

*Data: 19 august*

Traseul incepe si se incheie in Race Village, Cheile Gradistei – Fundata Resort.

Lungimea traseului: 40 km

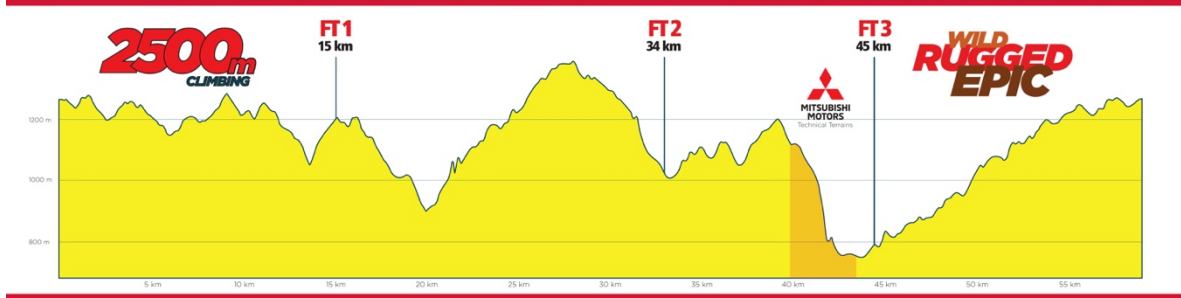
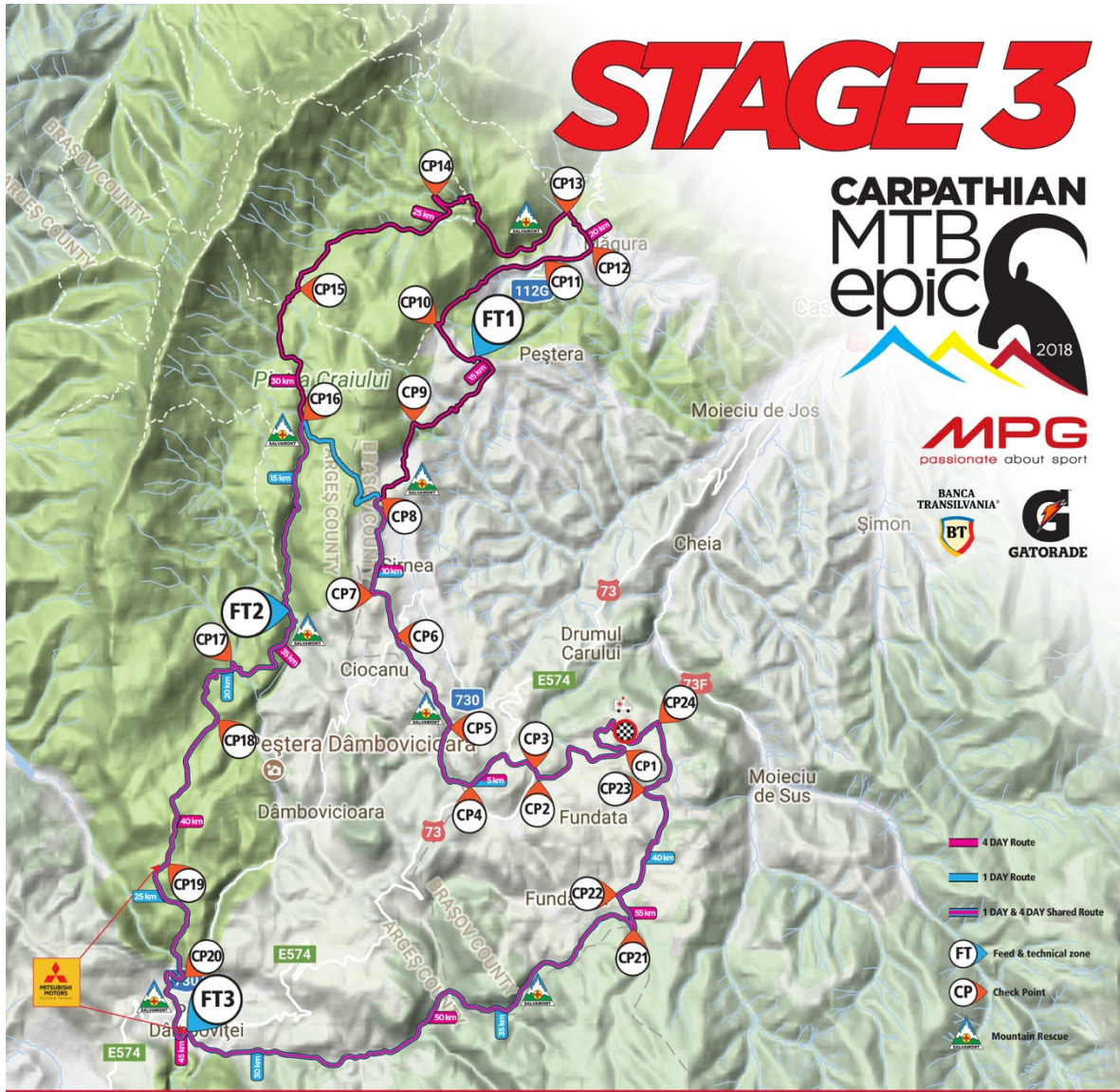
Urcare: 1500 metri

#### **Puncte de alimentare si hidratare & zone tehnice**

Punctul 1: km 18

Punctul 2: km 30

**Harta traseului este disponibila mai jos.**



Official Suppliers & Partners			Authorities			Supporters			Media Partners		

## Contact

Carpathian MTB Epic este organizat de A.C.S. MPG, in stransa colaboarea cu Federatia Romana de Ciclism, Riders Club, Media Production Group si Cheile Gradistei - Fundata Resort.

*Pentru orice intrebare te rugam sa contactezi Race Office-ul, in Race Village.*