

Regulament Campionat Național Laser Run 08.05.2021

Competiția de Laser Run este alcătuită din două probe combinate: alergare și tir

Proba de alergare constă în parcurgerea distanței conforme cu categoria de vârstă a sportivului, intercalată cu trageri la tir.

Tragerea la tir, presupune ochirea cu pistolul, cu laser, a punctului negru din mijlocul țintei, de 5 ori, pentru fiecare intrare în poligon.

Categoriile de vârstă:

Individual			
Categorie	Distanță de alergare	Număr de trageri	Distanță țintă
9-10 ani	2x400m	2 trageri x 5 ochiri	5m (2 mâini opțional)
11-12 ani	3x400m	3 trageri x 5 ochiri	5m
13-14 ani	4x400m	4 trageri x 5 ochiri	7m
15-16 ani	4x400m	4 trageri x 5 ochiri	10m
17-18 ani	4x800m	4 trageri x 5 ochiri	10m
Juniori(19-21 ani)	4x800m	4 trageri x 5 ochiri	10m
Seniori(22 + ani)	4x800m	4 trageri x 5 ochiri	10m

Data desfășurării competiției : 08 mai 2021

Ora de începere a competiției 10:00 (în funcție de numărul de sportivi înscriși, programul poate suferi ușoare modificări, pentru respectarea normelor de protecție și combatere a răspândirii noului virus COVID 19)

Locul de desfășurare: Competiția se va desfășura în aer liber la **Stadionul Olimpia** (strada Drumeagului 49, Bucuresti).

Taxa de participare: 50 lei/sportiv

Pot participa și sportivii legitimați la ramura sportivă: natație

Penalizări:

- start fals – 10 sec.
- nepoziționarea pistolului în condiții de siguranță – 10 sec.
- neatingerea mesei cu pistolul înainte de fiecare tragere - 1 dată - avertizare
- a 2 a dată - 10 sec.
- neterminarea cursei – eliminare
- deviația intenționată/neintenționată de la traseu – eliminare
- tragerea pe altă țintă – eliminare
- încercarea de a pleca din poligon, după ochirea a 4 ținte, fără a aștepta scurgerea timpului regulamentar* de tragere în poligon – eliminare

* Timp maxim regulamentar de tragere în poligon – 50 sec.

Perioada de înscriere limita : 07.05.2021 ora 12:00

Pentru înscrieri completați tabelul în microsoft excel, consimțământul pentru prelucrarea datelor cu caracter personal, declarația pe proprie răspundere, și trimiteți pe legitimatii@frnpm.ro

Pentru mai multe detalii vă stăm la dispoziție la: 0727824524

Măsuri de prevenire și combatere a noul virus SARS-CoV-2

Măsurile prevăzute mai jos descriu cadrul în care se poate practica activitatea sportivă în aer liber la nivel de pregătire și de competiție, în cazul sporturilor individuale.

În timpul evenimentului:–interzicerea accesului spectatorilor la competiții pe perioada epidemiei de COVID-19;–toți participanții (sportivi, antrenori, arbitri, organizatori, voluntari, reprezentanți ai presei etc.) trebuie să fie supuși unui triaj epidemiologic și trecuți pe o listă nominală, pentru a facilita o eventuală anchetă epidemiologică;–serviciul de prim ajutor și alte servicii medicale, inclusiv triajul epidemiologic al competitorilor, trebuie să fie efectuat de către personal calificat;

Măsuri pentru participanții la evenimente**a)** Înainte de evenimentToți participanții (sportivi, voluntari, oficiali etc.) trebuie să își monitorizeze starea de sănătate și să respecte cu strictețe măsurile de bază pentru protejarea împotriva COVID-19, cum ar fi igiena mâinilor, distanțarea socială, evitarea atingerii ochilor, nasului și a gurii, respectarea igienei respiratorii și respectarea recomandărilor de a rămâne acasă și de a solicita asistență medicală, dacă există simptome specifice bolii.Sosirea participanților în locația unde va avea loc competiția sportivă trebuie să se facă astfel:–Transportul interurban către locația unde va avea loc competiția sportivă se va face cu autobuze/microbuze proprii sau rezervate în acest scop și folosite exclusiv pentru participanți sau cu mașina individuală. Se vor respecta reglementările [Ordinului ministrului transporturilor, infrastructurii și comunicațiilor și al ministrului sănătății nr. 984/829/2020](#) privind măsurile pentru prevenirea contaminării cu noul virus SARS-CoV-2 și pentru asigurarea desfășurării activităților în condiții de siguranță sanitară în domeniul transporturilor, pe perioada stării de alertă ([anexa nr. 2](#) „Măsuri și reguli care se impun a fi implementate în domeniul

transportului rutier de persoane, pe perioada stării de alertă, pentru prevenirea răspândirii COVID-19“).– Pentru transportul intraurban, este recomandată sosirea individuală a participanților cu mașina personală sau cu autocarul/microbuzul închiriat în regim de uz exclusiv.

În cazul în care participanții la competiție sunt obligați să călătorească în afara localității unde locuiesc, cazarea lor se va face respectând [Ordinul ministrului economiei, energiei și mediului de afaceri și al ministrului sănătății nr. 1.731/832/2020](#) privind măsurile pentru prevenirea contaminării cu noul coronavirus SARS-CoV-2 și pentru asigurarea desfășurării activităților în condiții de siguranță sanitară în domeniul economiei, pe durata stării de alertă ([anexa nr. 3](#) „Recomandări privind funcționarea structurilor de primire turistice cu funcțiuni de cazare“).

În timpul derulării și după derularea evenimentului– Participanții trebuie să păstreze distanța socială de minimum 2 m între persoane sau cel puțin 7 mp pentru o persoană de fiecare dată când nu sunt folosite echipamente de protecție care limitează posibilitatea răspândirii SARS-CoV-2.– Participanții trebuie să respecte regulile de igienă (de exemplu, folosirea unei batiste de unică folosință, în caz de tuse sau strănut, evitarea schimbului de echipament sportiv, săpun, sticle cu apă și alte articole personale între competitori, interzicerea folosirii dușului sau a saunei, evitarea contactului fizic - strângeri de mână, îmbrățișări la sfârșitul evenimentului).

Proceduri în eventualitatea depistării unui caz suspect de COVID-19Se va amenaja în toate locațiile unde se desfășoară competiții sportive un spațiu de izolare pentru cel puțin o persoană cu simptomatologie COVID-19, care să fie bine ventilat, să nu comunice cu alte incinte sau spații definite; utilitatea este aceea de a izola de persoanele prezente la competiție orice persoană care prezintă simptome până la un consult de specialitate/testare/evacuare. Se anunță imediat eventualul caz suspect către personalul medical aflat la locul competiției și se informează obligatoriu direcția de sănătate publică locală și serviciul de urgențe 112. Această încăpere este folosită doar pentru o astfel de situație.

Proceduri în eventualitatea apariției unui focar de infecție pe perioada competițieiOrganizatorii competiției vor întrerupe competiția în cazul în care se descoperă cel puțin un caz de infecție, până la finalizarea anchetei epidemiologice.