

Regulament in timpul C.N. de Laser Run 08.05.2021

1. Intrarea in baza sportiva se face de pe strada Drumeagului.
2. Accesul in baza sportiva le este permis doar antrenorilor, sportivilor si arbitrilor. Este interzis accesul spectatorilor.
3. Accesul in baza sportiva se face conform imaginii nr. 1, urmand sagetile de culoare rosie catre zona de triaj. La triaj se masoara temperatura (nu trebuie sa depaseasca 37,3).
4. La secretariat se predau actele solicitate (declaratie pe proprie raspundere, chestionar si prelucrarea datelor cu caracter personal) pentru inscrierea in concurs.
5. Antrenorii trebuie sa completeze chestionarul in scopul prevenirii și limitării îmbolnăvirii cu Coronavirus SARS-CoV-2
6. Obligativu se respecta distantarea si nu se formeaza grupuri mai mari de 10 persoane. Sportivii trebuie sa ajunga cu o ora inainte de ora startului categoriei de varsta din care fac parte (conform programului)
8. Este interzisa eliminarea salivei in spatiul de antrenament/competitie.
7. Sportivii se vor prezenta cu o ora inainte de ora startului pentru categoria de varsta din care fac parte.
8. Sportivii care urmeaza sa participe in proba au la dispozitie 10 minute in poligon sa faca incalzirea cu trageri la tir.
9. Premiera sportivilor se face dupa fiecare categorie de varsta. La premiere, purtatul mastii este obligatoriu.

<https://lege5.ro/Gratuit/gm4dembxge3q/regulamentul-privind-conditiile-necesare-a-fi-respectate-in-vederea-practicarii-sporturilor-individuale-in-aer-liber-din-12082020?d=2020-09-01>













Ore de START

- 9-10 ani : 10:00
- 11-12 ani: 11:00
- 13-14 ani: 12:30
- 15-16 ani: 13:50
- 17-18 ani: 14:50
- 19-21 ani: 15:40
- 22+ ani: 15:40

Imaginea nr. 1



Legenda:

-  - traseu intrare baza sportiva spre zona de triaj
-  - zona triaj
-  - ambulanta
-  - zona sportivi si antrenori
-  - zona incalzire/revenire dupa efort sportivi
-  - tarc sportivi
-  - poligon tir
-  - START/FINISH
-  - traseu 800 m (categorii 17-18 ani, jun. 19-21 ani sis en. 22+ ani)
-  - traseu 400 m (categorii 9-10 ani, 11-12 ani, 13-14 ani, 15-16 ani)
-  - zona izolare
-  - traseu parasire baza sportiva