



28 Martie 2026 CORNEȘTI
Ședința Tehnică

Agenda

- Juriul Competitei
- Programul
- Concursul
- Conduita Sportivilor
- Check-in si Proceduri de Start
- Procedurile de Concurs
- Premiarea

Juriul Competiției

**Mihaela Cârstea – Delegat Tehnic Federația
Română de Triatlon**

**Francois Vulliet - Președinte CS Ride
Competition Cornești**

Andrei Andreșiu – Federația Română de Triatlon

Programul

TRIKIDS

7:30 – 9:30 – Ridicare Kit Trikids și Ștafete Trikids

9:00 – 9:45 – Deschidere Tranziție pentru toate categoriile Trikids

10:00 – Start Trikids 3-5 ani

10:15 – Start Trikids 6-8 ani

10:35 - Start Trikids 9-10 ani

11:10 - Start Trikids 11-12 ani

11:50 - Start Trikids 13 ani

12:30 – 12:45 – Tranziția Deschisă pentru Ștafete Trikids (Tranziția 2)

13:30 – Start Ștafetă (8-10 ani)

14:00 – Start Ștafetă (11-13 ani)

14:20 – Ștafetă Open

15:30 – Festivitate de premiere Trikids și Ștafete/Tombolă

CAMPIONATUL NAȚIONAL

7:30- 10:45 – Ridicare Kit-uri Campionat Național și Cursa Hobby

9:00 – 12:00 – Tranziția deschisă pentru toate categoriile

13:00 – Start CN Cross Duatlon – Cadeți & Hobby

13:10 – Start CN Cross Duatlon - Elite, U23, Juniori I (18-19 ani), Juniori II (16-17 ani) și Age Group

15:00 – Afișare rezultate neoficiale

15:00 - 15:05 – Contestații

15:30 – Festivitate de premiere

18:00 – AfterParty

COMPETIȚIA

TRIKIDS 3-5 ANI

START: 10:00

Alergare: de la Start (*cu casca de bicicletă pe cap*) către tranziție (300 m), se preia bicicleta, se merge pe lângă bicicletă până la linia de urcare pe bicicletă semnalizată

Bicicletă: 450 m, spre finish, se trece linia de sosire pe bicicletă

Părinții pot ajuta copiii în Tranziție!

COMPETIȚIA

START

TRANZIȚIE COPII 3-5 ANI ȘI 6-8 ANI
ȘTAFETE

TRANZIȚIE

TRIKIDS 9-10 ANI
TRIKIDS 11-12 ANI
TRIKIDIS 13 ANI
CAMPIONATUL NAȚIONAL
HOBBY

COMPETIȚIA

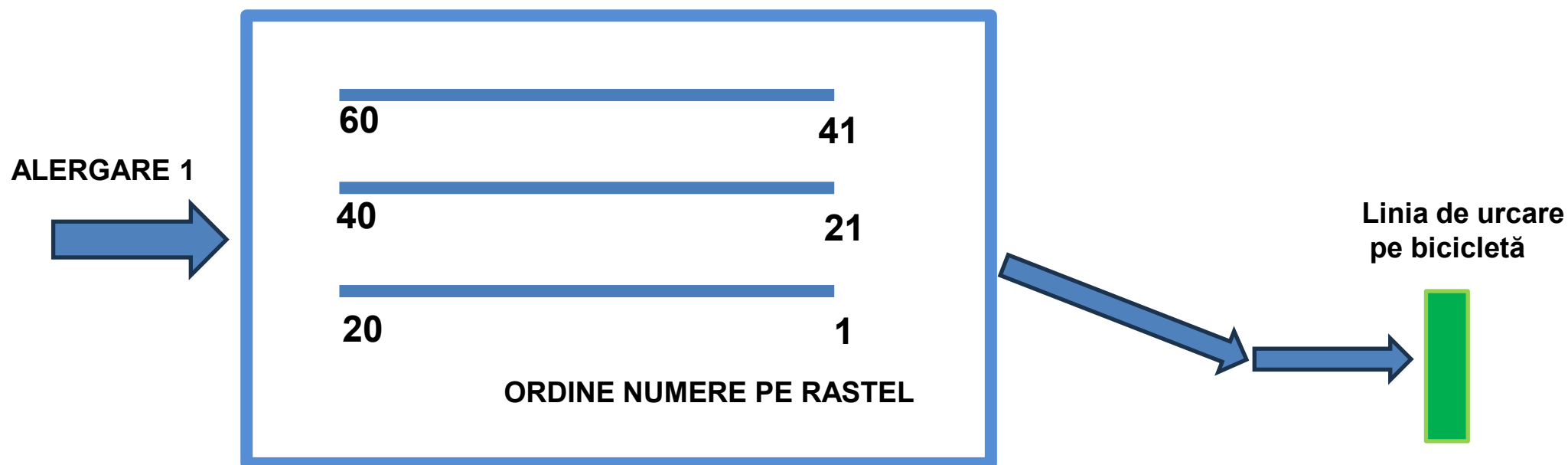
TRIKIDS 6-8 ANI

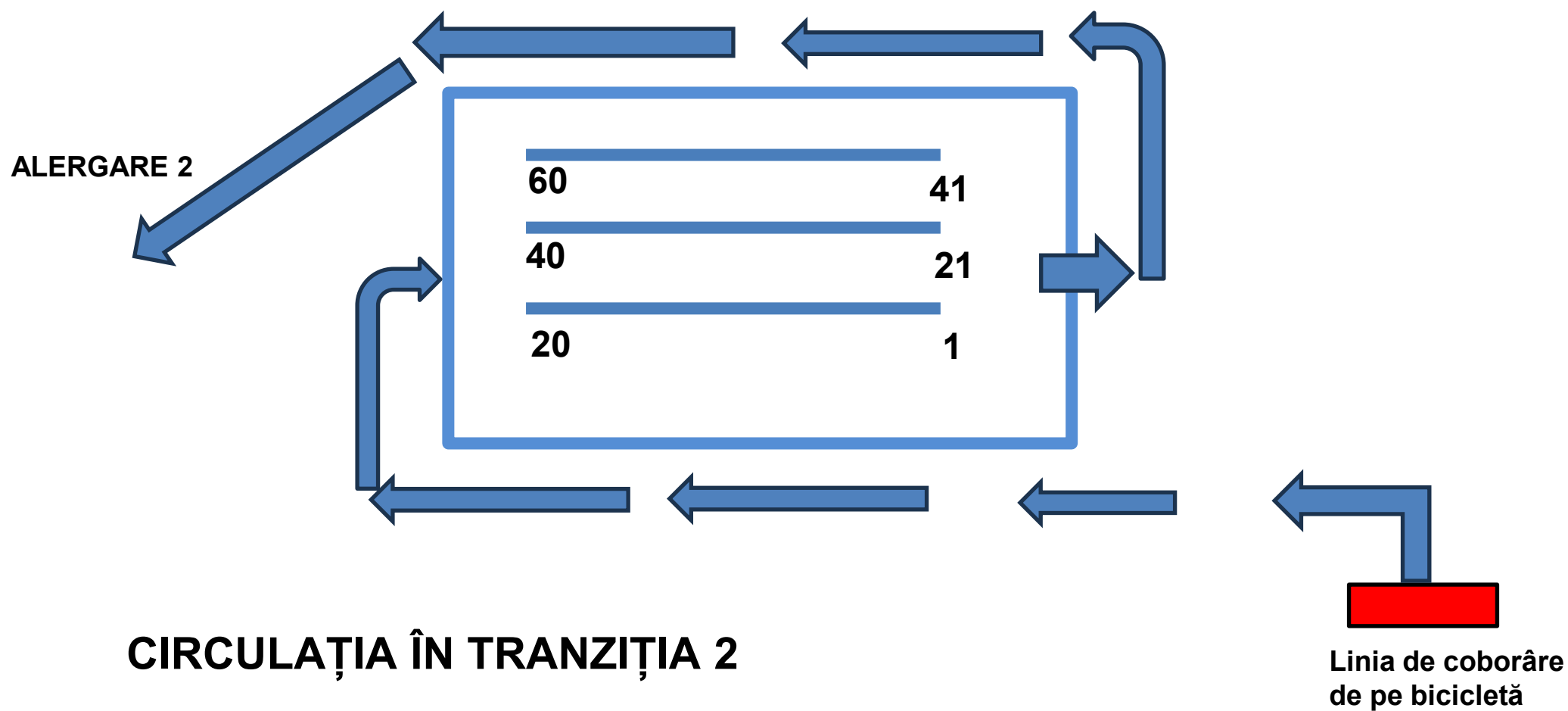
START: 10:15

Alergare 1: 500 m (1 tură)

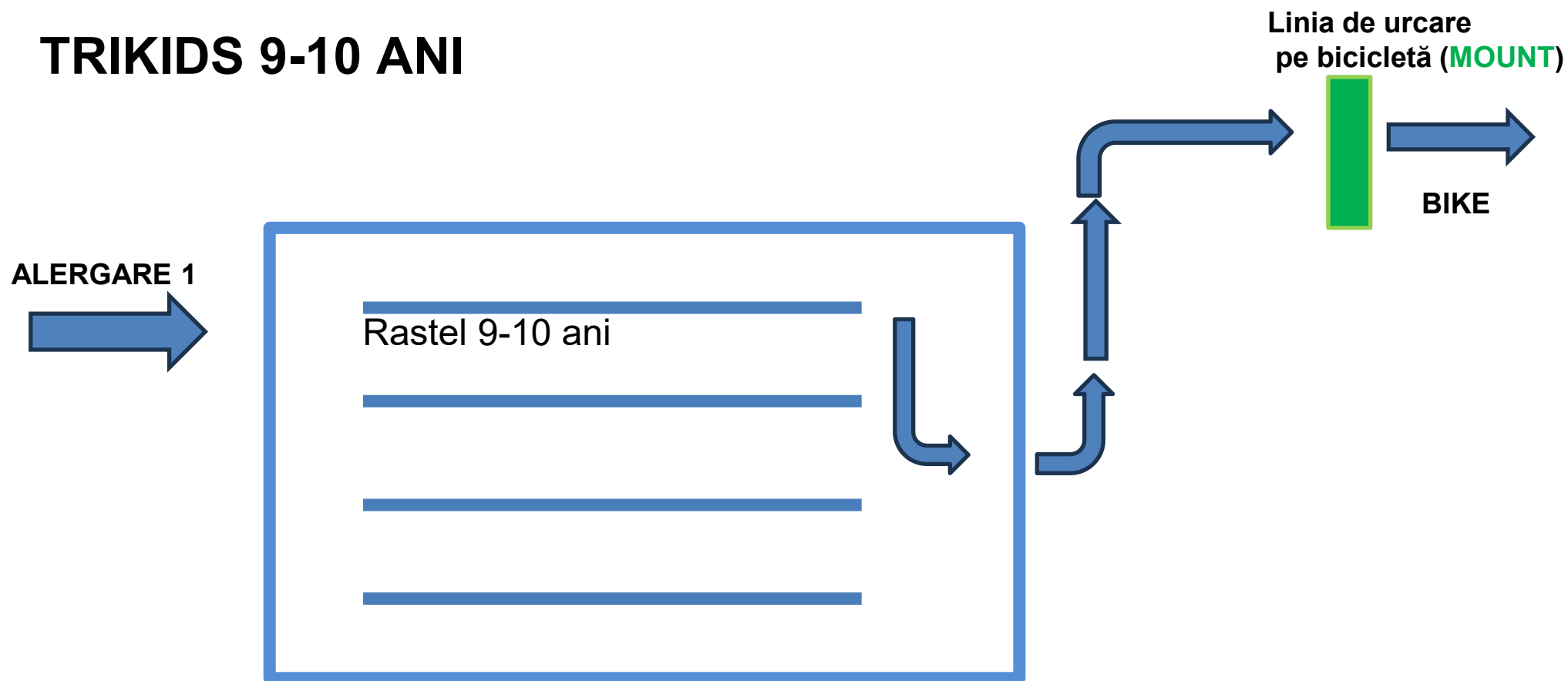
Bicicletă: 1 Km, diferență de nivel + 5m (1 tură)

Alergare 2: 300 m (1 tură)

COMPETIȚIA**TRIKIDS 6-8 ANI****CIRCULAȚIA ÎN TRANZIȚIA 1**

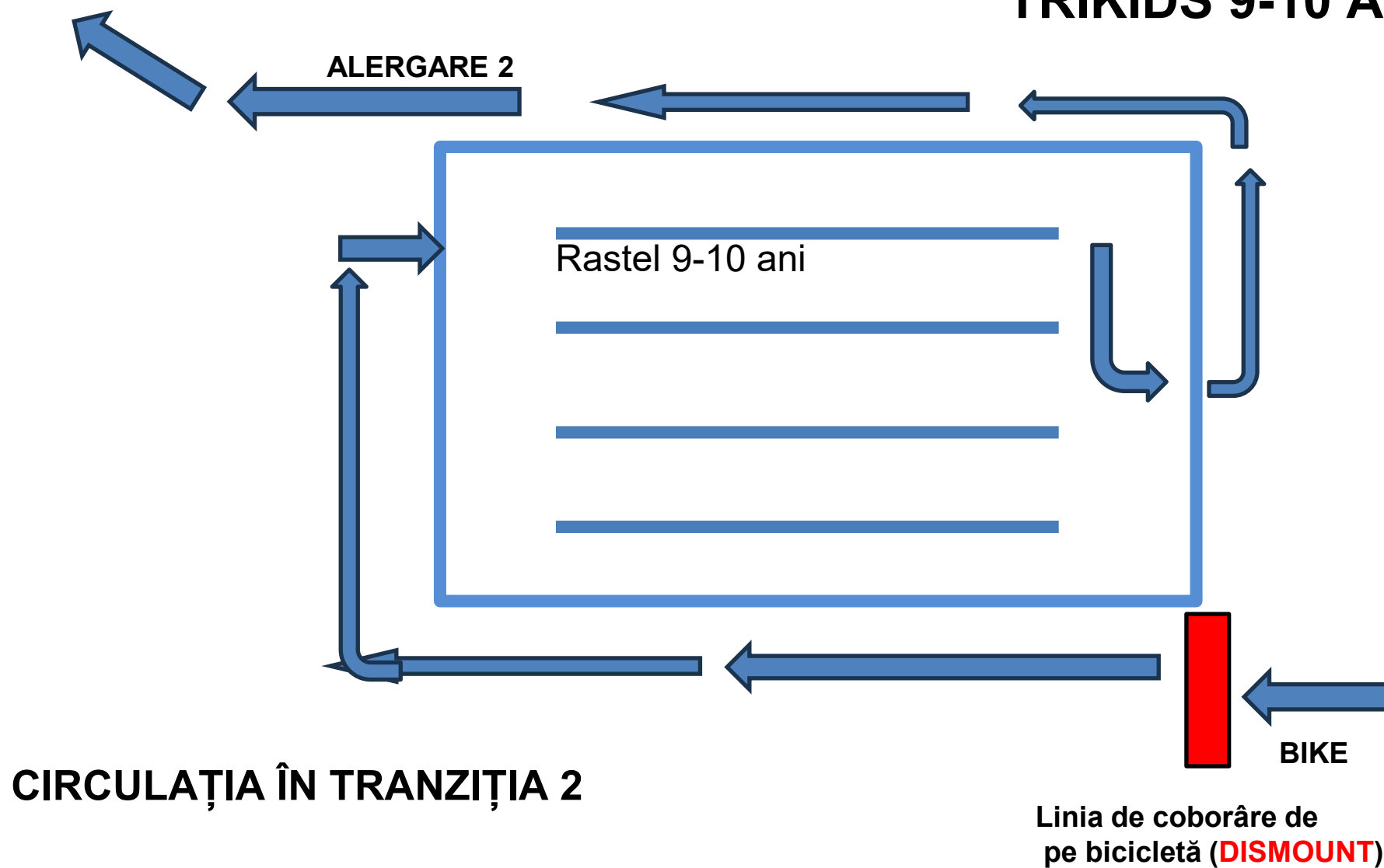
COMPETIȚIA**TRIKIDS 6-8 ANI**

COMPETIȚIA**TRIKIDS 9-10 ANI****START: 10:35****Alergare 1: 550 m (1 tură)****Bicicletă: 2 Km, diferență de nivel + 10m (2 ture)****Alergare 2: 500 m (1 tură)**

COMPETIȚIA**TRIKIDS 9-10 ANI****CIRCULAȚIA ÎN TRANZIȚIA 1**

COMPETIȚIA

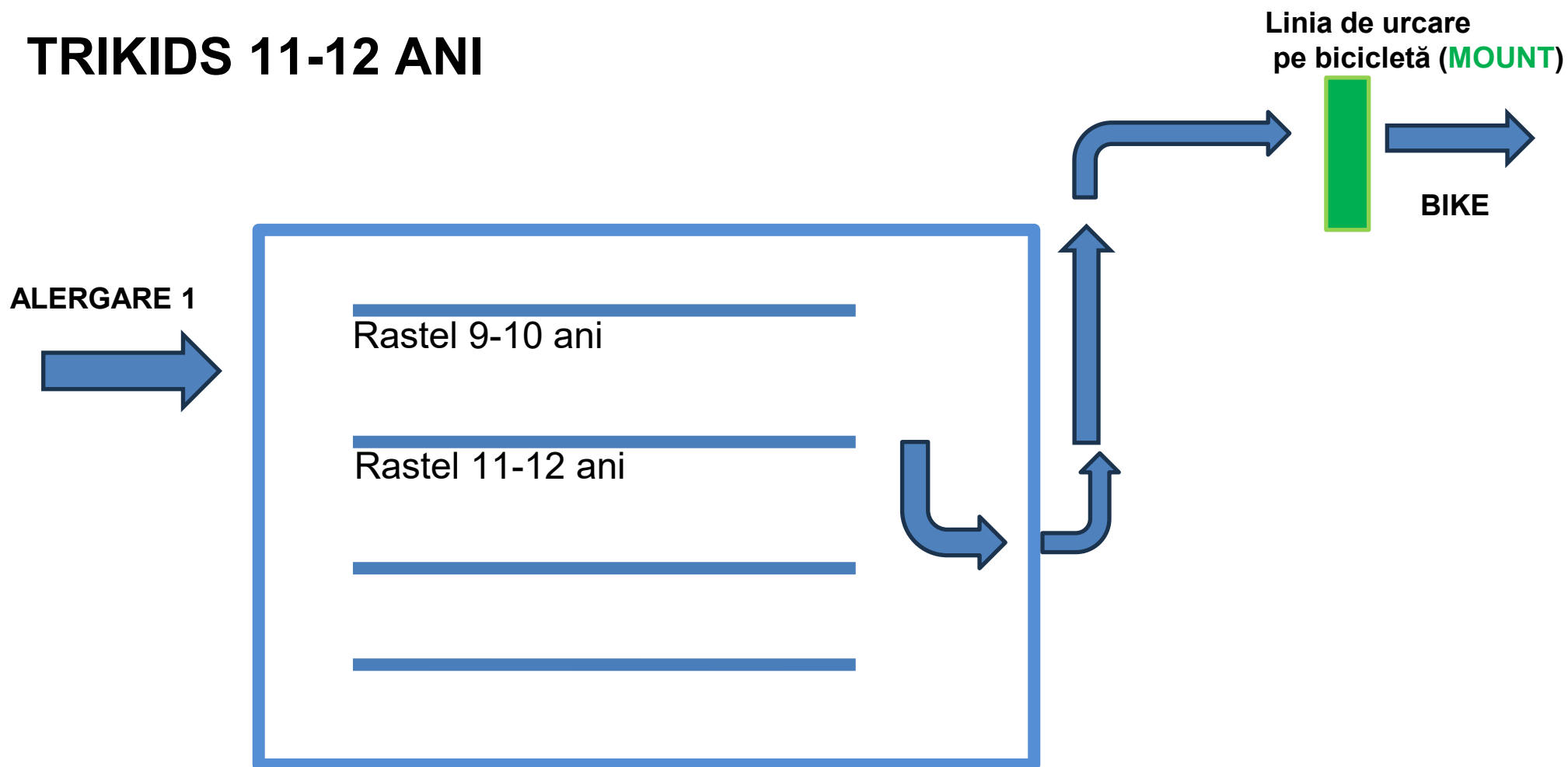
TRIKIDS 9-10 ANI



COMPETIȚIA**TRIKIDS 11-12 ANI****START: 11:10****Alergare 1: 1Km (1 tură)****Bicicletă: 2,4 Km, diferență de nivel + 50m (1 tură)****Alergare 2: 550 m (1 tură)**

COMPETIȚIA

TRIKIDS 11-12 ANI

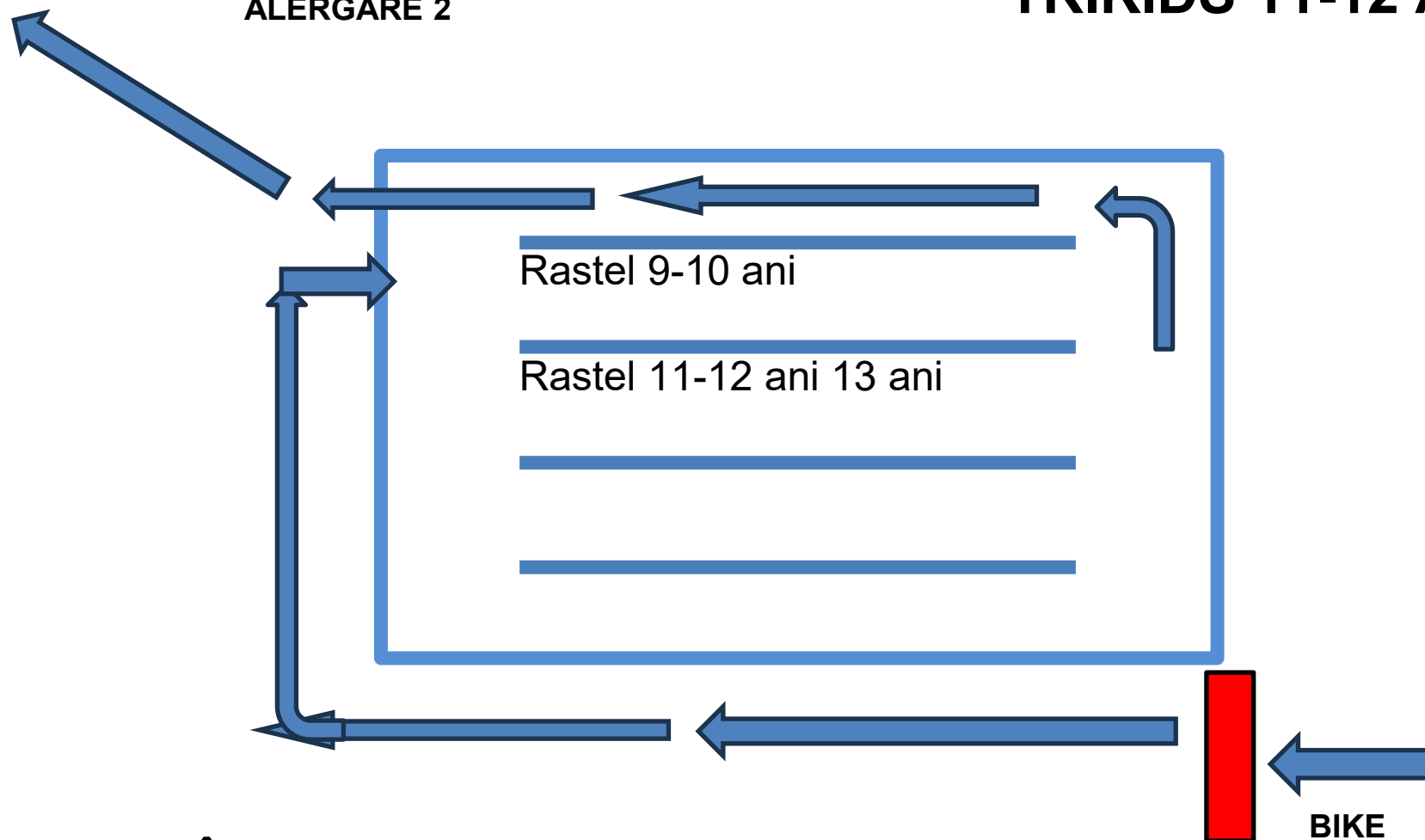


CIRCULAȚIA ÎN TRANZIȚIA 1

COMPETIȚIA

TRIKIDS 11-12 ANI

ALERGARE 2



CIRCULAȚIA ÎN TRANZIȚIA 2

Linia de coborâre de
pe bicicletă (**DISMOUNT**)

COMPETIȚIA

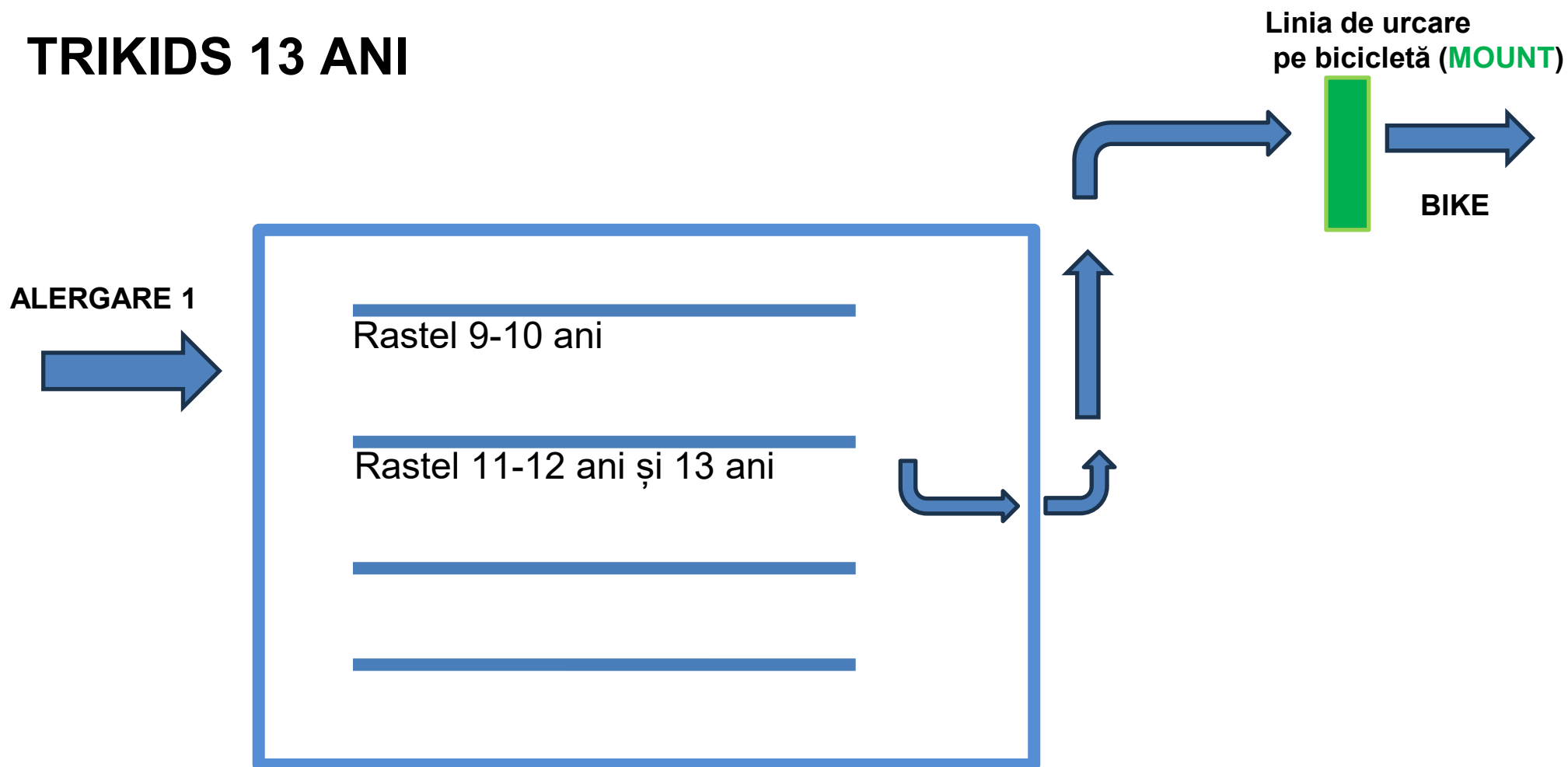
TRIKIDS 13 ANI

START: 11:50

Alergare 1: 1,3 Km (1 tură)

Bicicletă: 4,8 Km, diferență de nivel + 100m (2 ture)

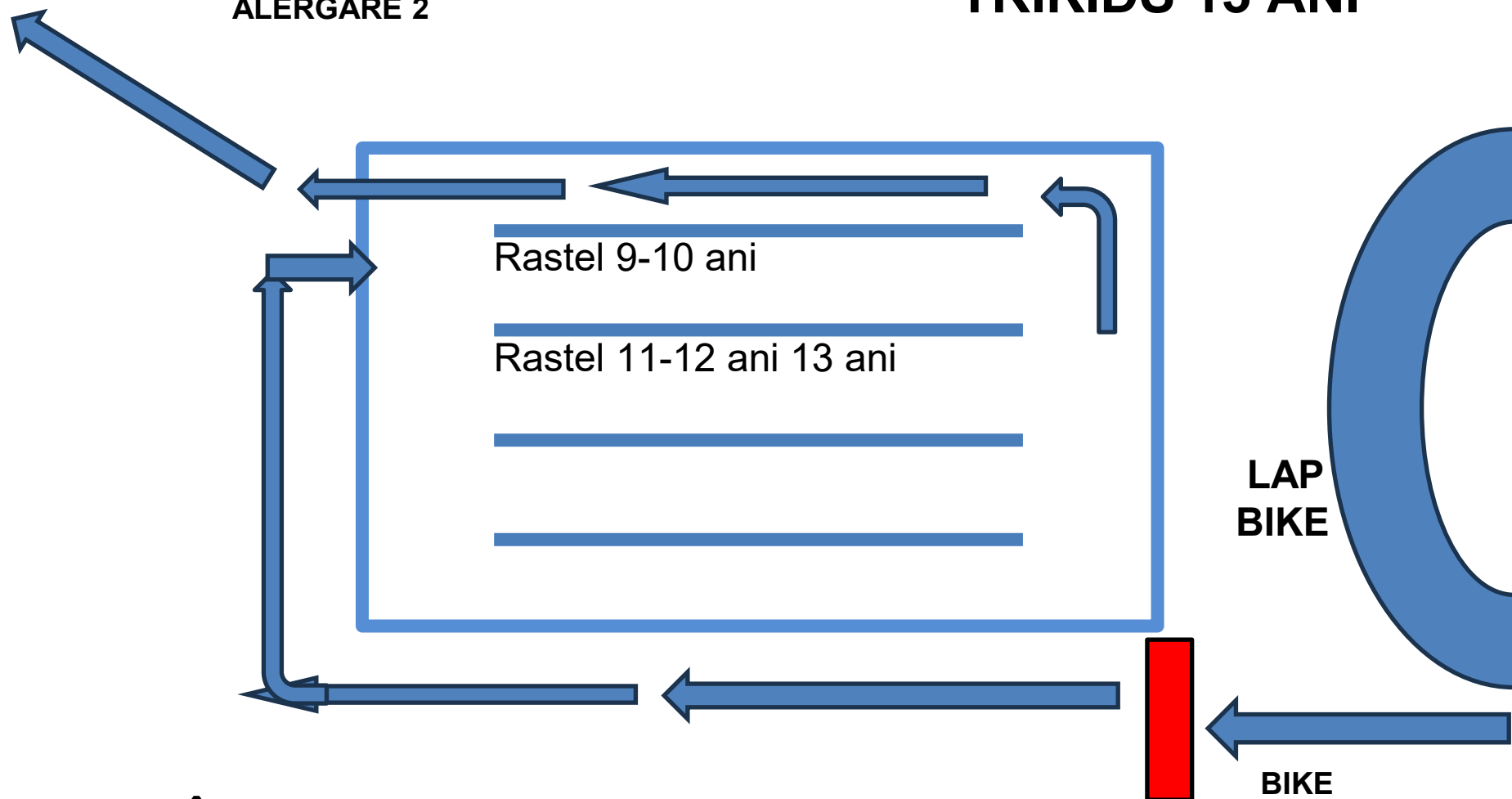
Alergare 2: 1km (1 tură)

COMPETIȚIA**TRIKIDS 13 ANI****CIRCULAȚIA ÎN TRANZIȚIA 1**

COMPETIȚIA

TRIKIDS 13 ANI

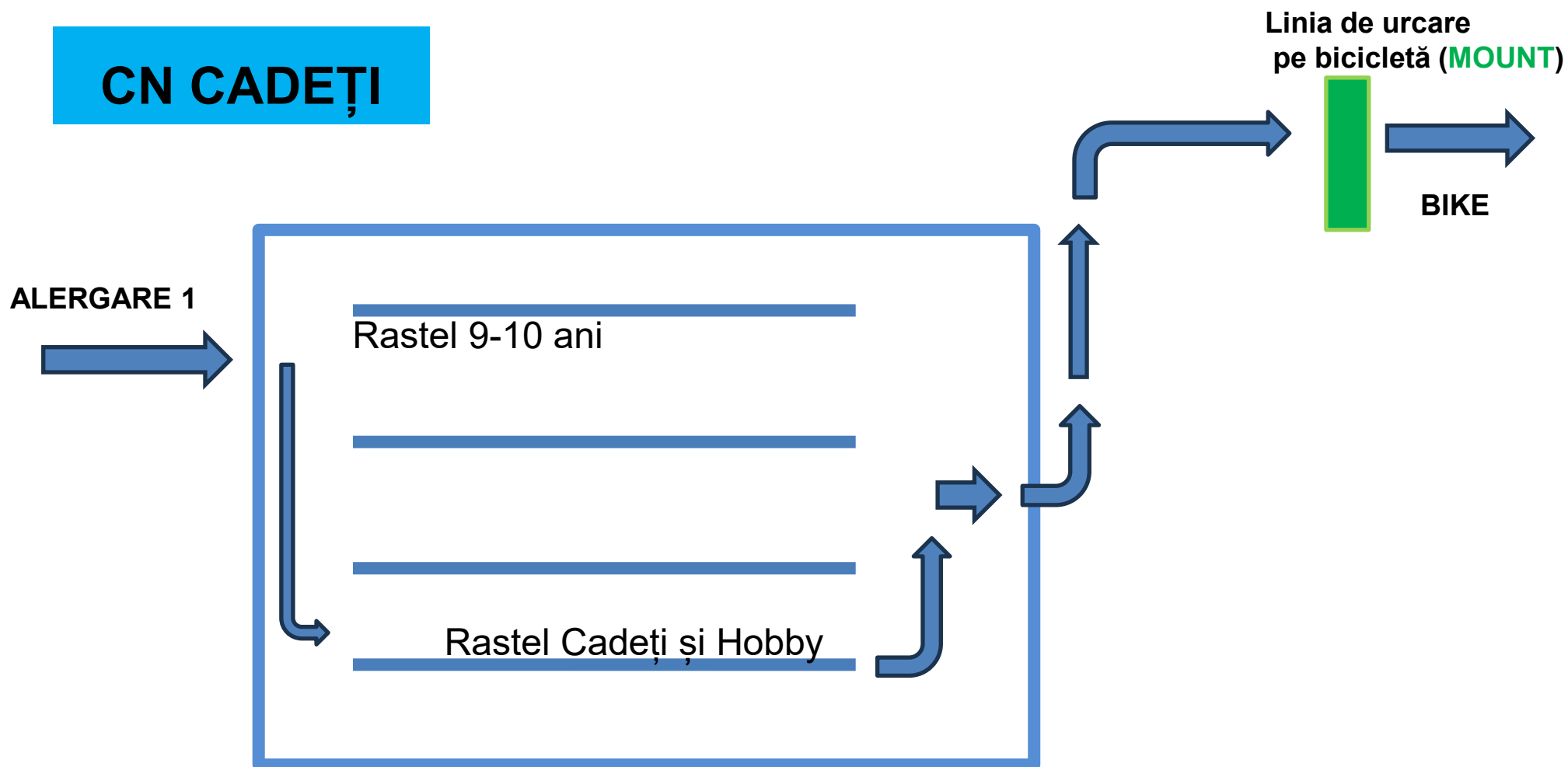
ALERGARE 2



CIRCULAȚIA ÎN TRANZIȚIA 2

Linia de coborâre de
pe bicicletă (**DISMOUNT**)

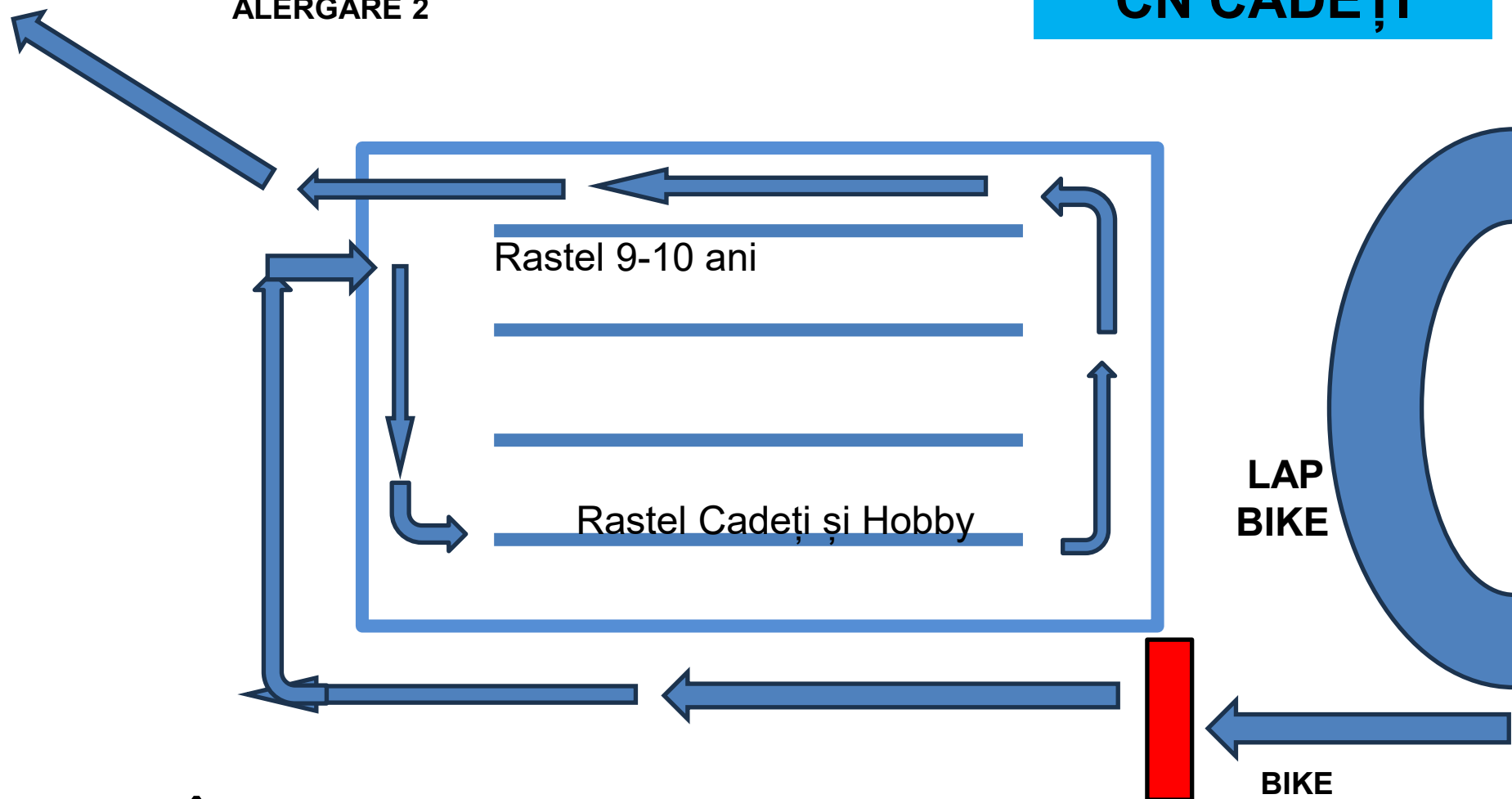
COMPETIȚIA**CAMPIONATUL NAȚIONAL CADEȚI****START: 13:00****Alergare 1: 2,25 Km (1 tură)****Bicicletă: 6,4 Km, diferență de nivel + 130m (2 ture)****Alergare 2: 1,2 km (1 tură)**

COMPETIȚIA**CN CADEȚI****CIRCULAȚIA ÎN TRANZIȚIA 1**

COMPETIȚIA

CN CADEȚI

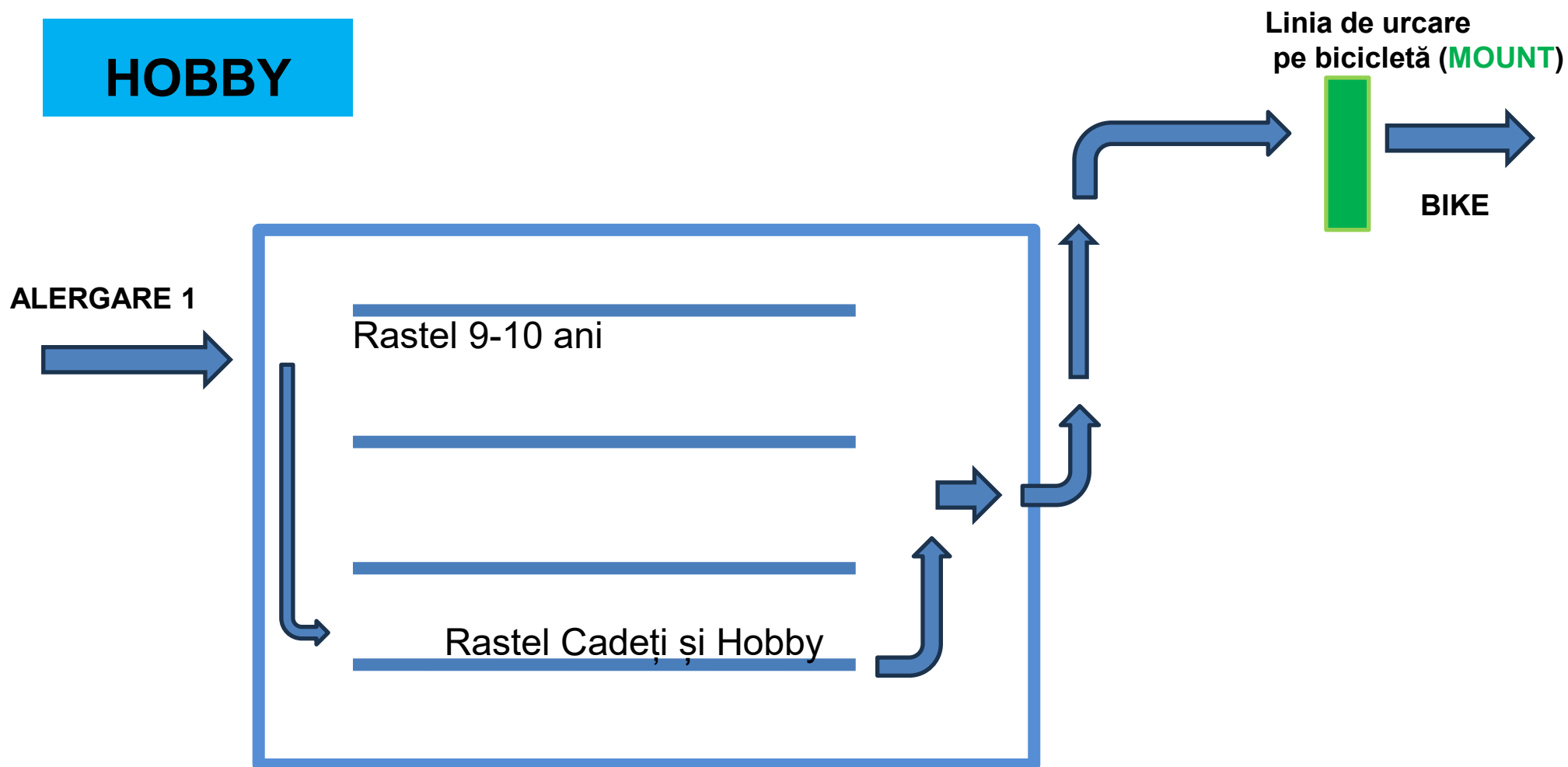
ALERGARE 2



CIRCULAȚIA ÎN TRANZIȚIA 2

Linia de coborâre de
pe bicicletă (**DISMOUNT**)

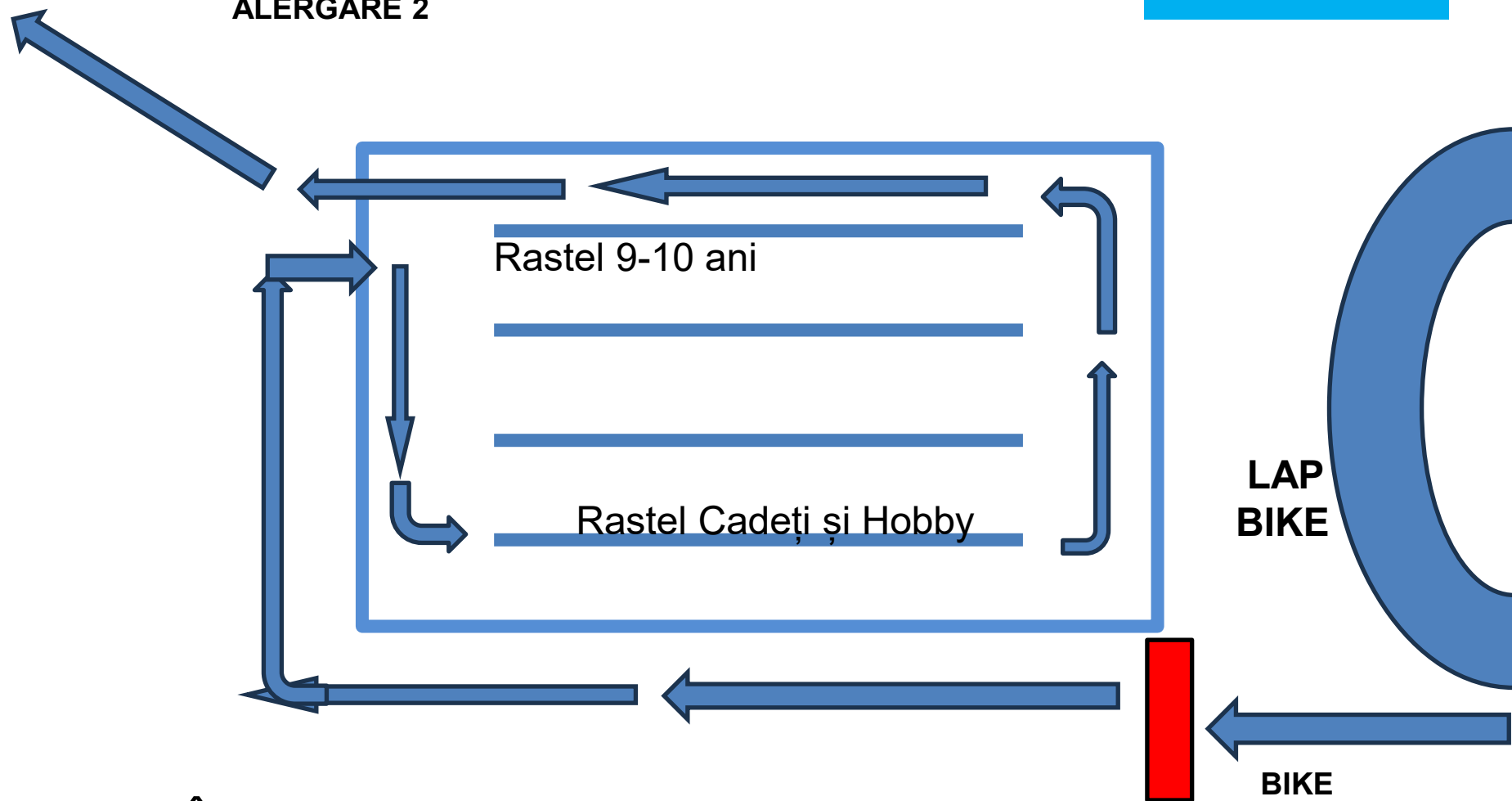
COMPETIȚIA**HOBBY****START: 13:00****Alergare 1: 2,25 Km (1 tură)****Bicicletă: 6,4 Km, diferență de nivel + 130m (2 ture)****Alergare 2: 1,2 km (1 tură)**

COMPETIȚIA**HOBBY****CIRCULAȚIA ÎN TRANZIȚIA 1**

COMPETIȚIA

HOBBY

ALERGARE 2

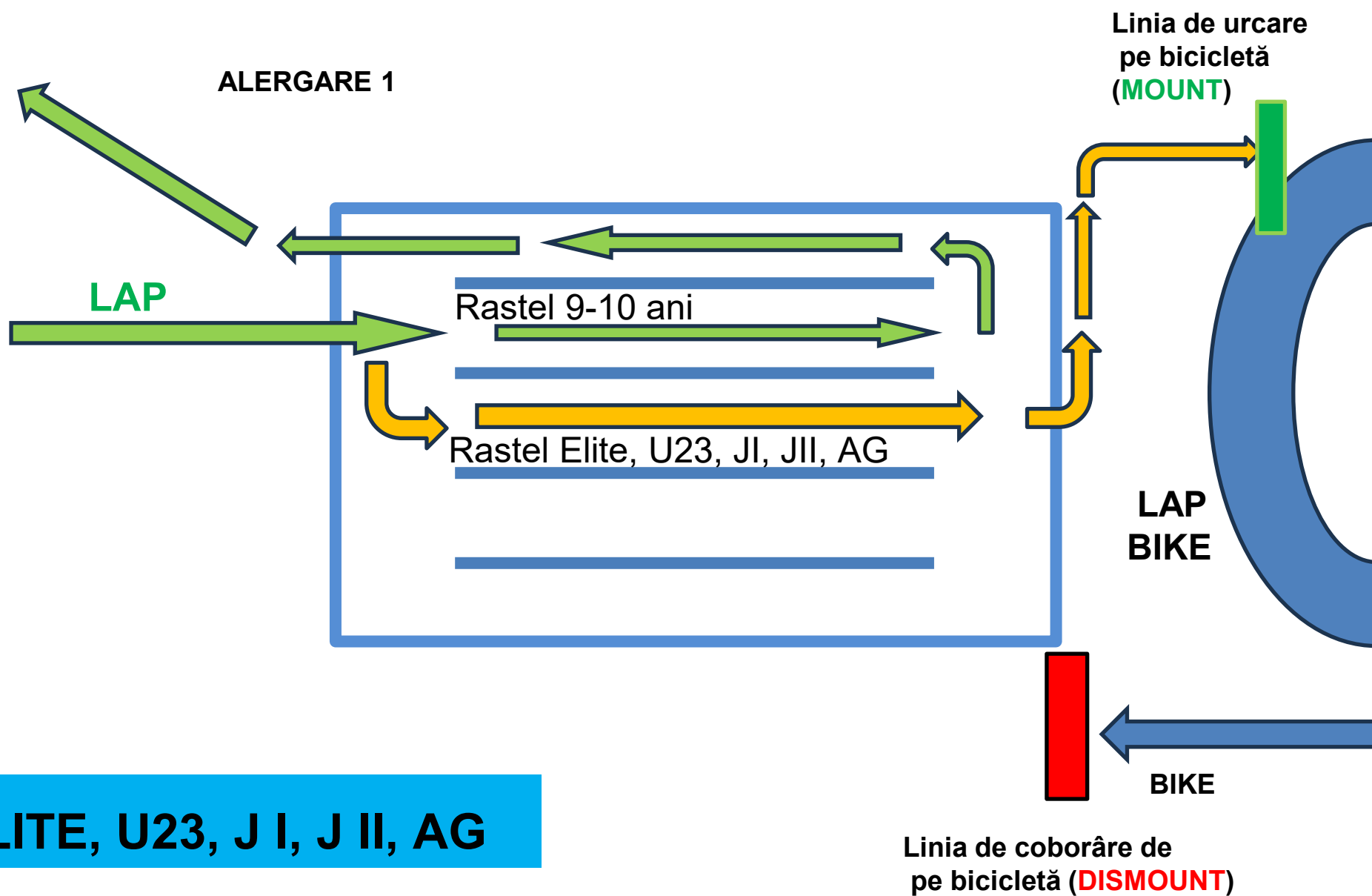


CIRCULAȚIA ÎN TRANZIȚIA 2

Linia de coborâre de pe bicicletă (**DISMOUNT**)

COMPETIȚIA**CAMPIONATUL NAȚIONAL JUNIORI II ȘI AGE GROUP****START: 13:10****Alergare 1: 3,45 Km (1 tură mare și o tură mică)****Bicicletă: 12,8 Km, diferență de nivel + 260m (4 ture)****Alergare 2: 2,25 km (1 tură)****DISTANȚA SPRINT**

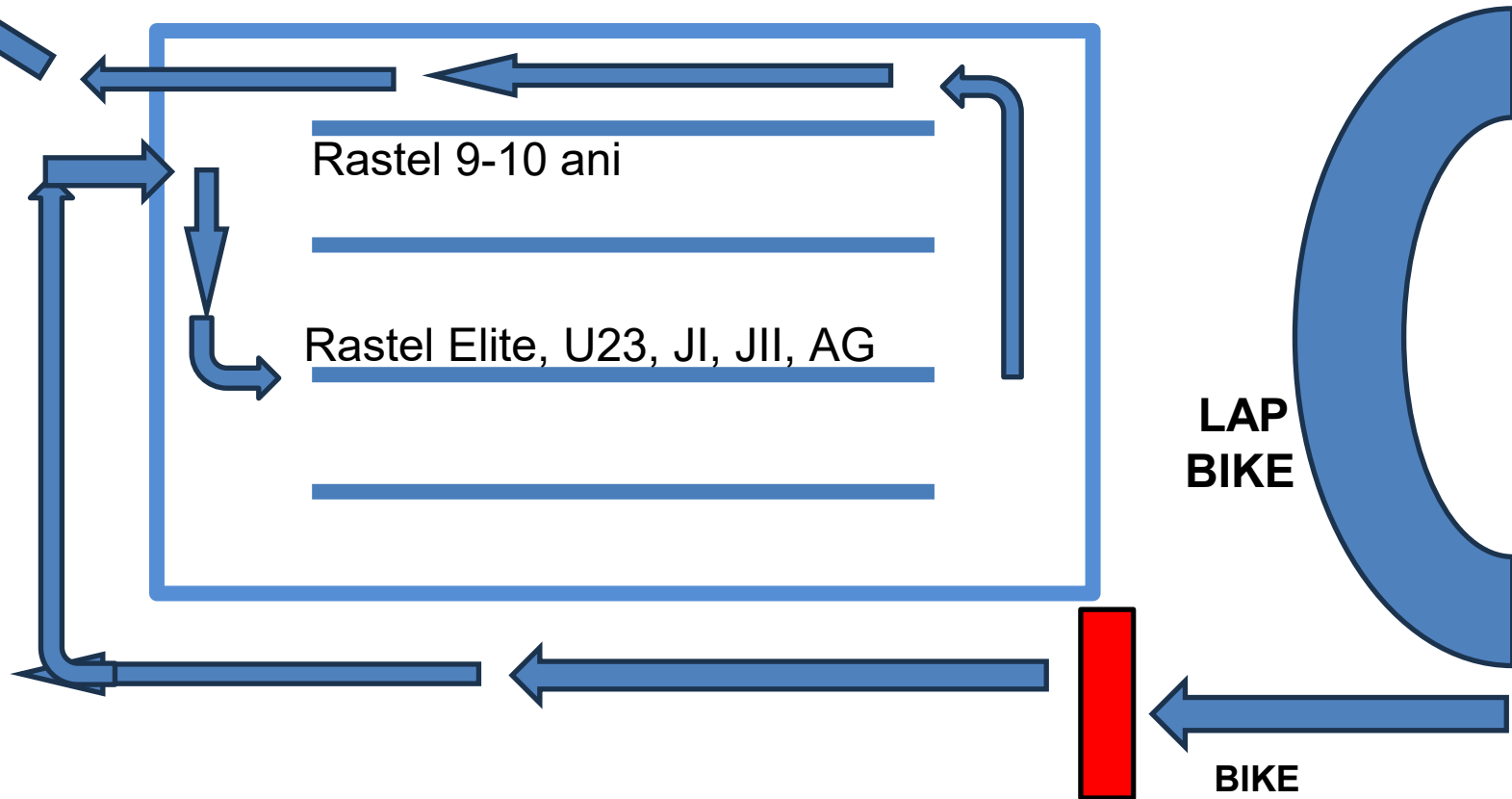
COMPETIȚIA**CAMPIONATUL NAȚIONAL ELITE, U23 ȘI JUNIORI I****START: 13:10****Alergare 1: 4,4 Km (2 ture mari)****Bicicletă: 19,2 Km, diferență de nivel + 390m (6 ture)****Alergare 2: 2,25 km (1 tură)****DISTANȚA STANDARD**

COMPETIȚIA

COMPETIȚIA

ALERGARE 2

ELITE, U23, J I, J II, AG



CIRCULAȚIA ÎN TRANZIȚIA 2

Linia de coborâre de pe bicicletă (**DISMOUNT**)

COMPETIȚIA

Proba de alergare

*La probele de alergare, concurenții vor purta **numere de alergare în față**.*

Nu sunt premise pentru a fi utilizate în timpul probelor de alergare căști de urechi sau orice alt timp de dispozitiv care este introdus în ureche.

Proba de ciclism:

În concursurile de cros duatlon nu se sancționează mersul la plasă. Concurenții trebuie să fie atenți și să lase loc de trecere pentru cei care îi depășesc.

*La proba de ciclism, concurenții vor purta **numerele primite la spate**.*

La intrarea în tranziție se verifică:

- **casca de ciclism – fără crăpături, cureaua de închidere funcțională**
- **ghidonul bicicletei: capete ghidon securizate, bicicletă de tip MTB**
- **Starea tehnică a bicicletei**

COMPETIȚIA

Conduita in timpul concursului generalitati

Să nu arunce gunoi sau echipamete decât în zonele clar marcate, cum ar fi stațiile de alimentare sau containerele pentru gunoi.

Să nu încerce să obțină un avantaj nedrept prin intermediul **obiectelor** sau vehiculelor venite din exterior.

Să comunice unuia dintre Oficialii Tehnici faptul că s-a retras din concurs.

Să nu primească pe parcursul competiției ajutor afara competiției.

COMPETIȚIA

TRANZIȚIE

- Pantofii de alergare se vor aseza în fața cutiei, după prima alergare;
- În zona de tranziție nu trebuie să existe semne distinctive în jurul cutiilor (prosoape sau alte obiecte)
- După proba de bicicletă pantofii pot rămâne pe bicicletă sau în cutie, iar cască obligatoriu în cutie
- Orice echipament aflat în afara cutiei, ce nu face parte din echipamentul ce va fi folosit ulterior, atrage penalizări;
- Pentru a ieși în traseul de bicicletă, întâi se pune cască pe cap, se asigură, abia apoi se pornește, pe lângă bicicletă, spre Linia de Urcare (Mountline). Este interzis pedalatul înainte de Mountline.

Tranziție 2 – Bicicletă - Alergare

- Ceea ce s-a folosit la proba de MTB (papuci, cască, ochelari, etc) trebuie pus în cutie
- Orice echipament aflat în afara cutiei, ce nu face parte din echipamentul ce va fi folosit ulterior, atrage penalizări;
- Întâi se amplasează bicicleta pe rastel și abia apoi se desface cască de bicicletă de pe cap și se pune în cutie. Atenție! Se coboară de pe bicicletă la intrarea în Tranziție, înainte de linia de coborâre (**Dismount Line**)

COMPETIȚIA

Alergare

Puncte de hidratare:

- Unul per buclă de alergare cu apa și fructe
- Paharele și alte deșeuri (ambalaje gel, sticle etc) se vor lăsa în “Littering zone” , înainte și după Punctul de Hidratare, până la semnul care arată încheierea zonei
- Este interzisă utilizarea căștilor audio și a oricărui alt sistem de comunicare care presupune acoperirea urechilor

COMPETIȚIA

PENALTY

Penalizarea de timp pentru competiția Sprint este de 10 Secunde, iar pentru Standard de 15 Secunde

Tipuri de penalizări:

- avertizări verbale
- Stop and Go
- Penalizare de timp
- Descalificare

Penalizările se vor efectua în zona de tranziție sau “pe loc” în zona de alergare;

PENALTY BOX – Doar pentru Elite, U23, Juniori I, Juniori II și Cadeți

Procedură penalizare de timp:

- Un oficial tehnic va arata cartonasul galben sportivului, iar acesta are obligația să se oprească;
- Dacă sportivul nu se oprește pentru efectuarea penalizării, va fi descalificat

COMPETIȚIA**PREMIEREA LA CAMPIONATUL NAȚIONAL**

CADEȚI

JUNIORI II – CAMPIONAT NAȚIONAL DISTANȚĂ SPRINT

CLASAMENT DE TIP ABSOLUT LA CATEGORIILE ***ELITE, U 23, JUNIORI I*** – CAMPIONAT NAȚIONAL PE DISTANȚĂ STANDARD

AGE GROUP - CAMPIONAT NAȚIONAL DISTANȚĂ SPRINT

SUCCES!

