

REGULAMENT DE DESFĂȘURARE A CROSULUI CARITABIL “ALEARGĂ PENTRU VIAȚĂ” 2025

I. PARTICIPANȚII ȘI DESFĂȘURAREA COMPETIȚIEI

Această competiție se adresează celor pasionați de alergare. Competiția va cuprinde o cursă pe 4 categorii de vârstă, masculin sau feminin și o cursă specială adresată tuturor participanților (denumită mai departe Cursa All for one).

În funcție de vârstă și sexul competitorilor vor fi următoarele categorii:

1. Cursă **copii (sub 12 ani)****
2. **Fete și băieți:** categoria 13 – 17 ani**
3. **Masculin și Feminin:** categoria 18 - 35 ani
4. **Masculin și Feminin:** categoria 35+ ani

Distanța traseului variază în funcție de categorie.

Cursă copii - 800 m
Fete 13-17 ani - 1500 m
Băieți 13-17 ani - 1500 m
Feminin 18-35 ani - 4000 m
Masculin 18-35 ani - 4000 m
Feminin 35+ ani - 3000 m
Masculin 35+ ani - 3000 m

Cursa all for one - 400m: este o tură populară, necompetitivă, perfectă pentru cei care vor să facă mișcare în natură pe o distanță accesibilă. Aceasta se adresează tuturor persoanelor, de orice vârstă sau gen, chiar și persoanelor cu dizabilități.

*Distanțele sunt aproximative

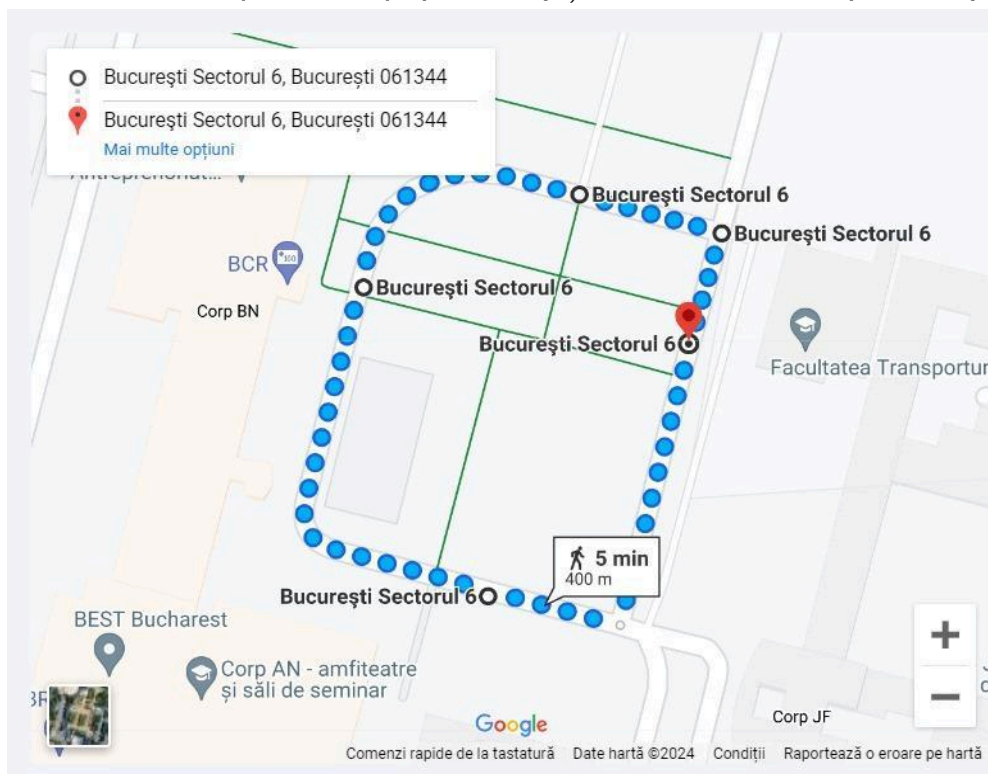
**Pentru cei care se încadrează la categoriile de vârstă sub 12 ani / 13-17 ani / 35+ și își doresc să alerge la categoria 17-35 ani pentru a parcurge o distanță mai lungă din spirit competitiv, aceștia o pot face prin înștiințarea echipei de organizare via e-mail/apel telefonic. Informații cu privire la contact le găsiți pe site-ul apv.lsebucuresti.org

II. TRASEUL DE CONCURS

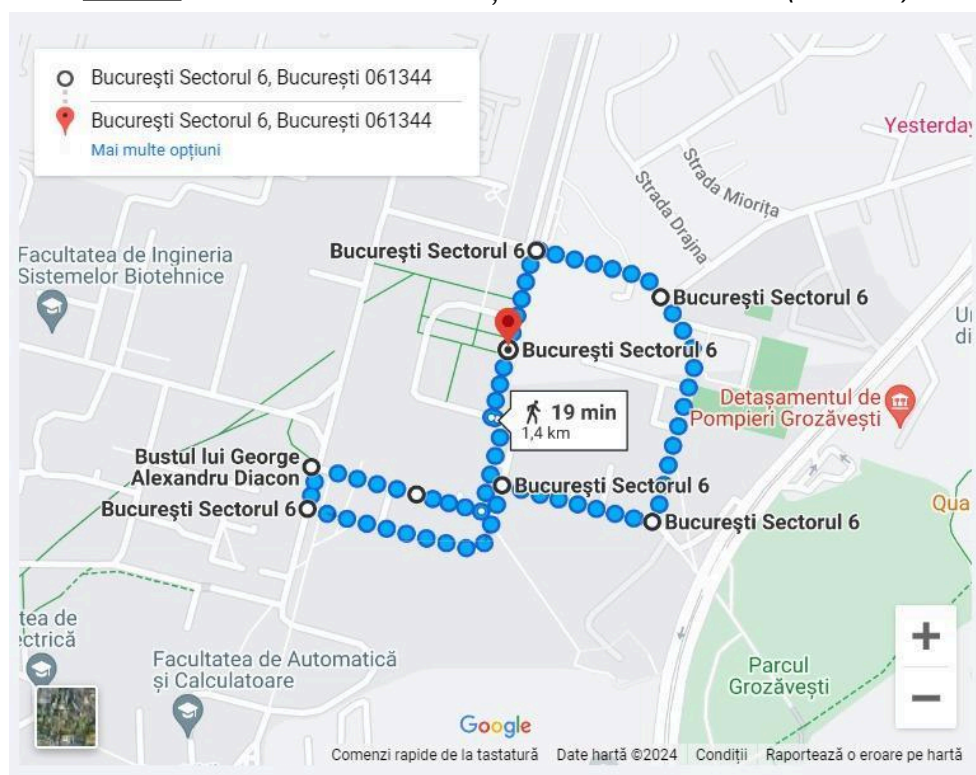
Traseul concursului se află în campusul Rectoratului Politehnicii, cu plecare din fața Rectoratului, corp AN, conform imaginilor sugestive de mai jos.

Traseul de concurs va fi supravegheat de comisari (arbitri) de cursă, amplasați în diferite puncte ale traseului. Aceștia sunt responsabili de buna respectare a regulilor prevăzute în prezentul regulament.

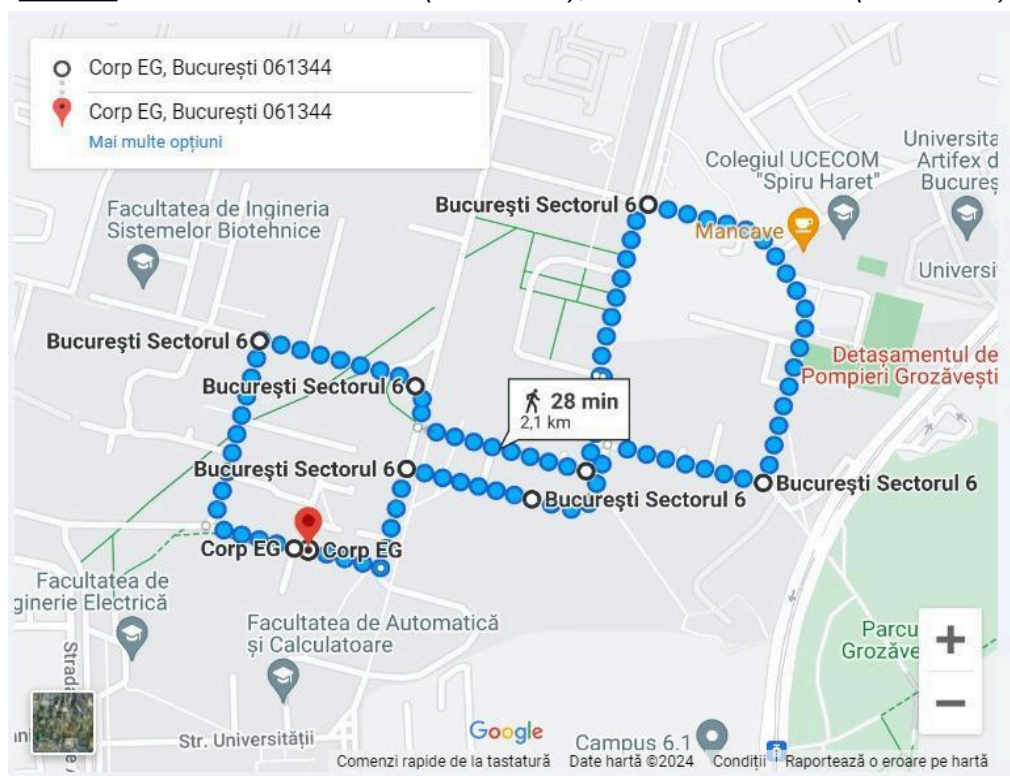
800m - Cursa specială copii(2x400m) și cursa All for One (1x400m)



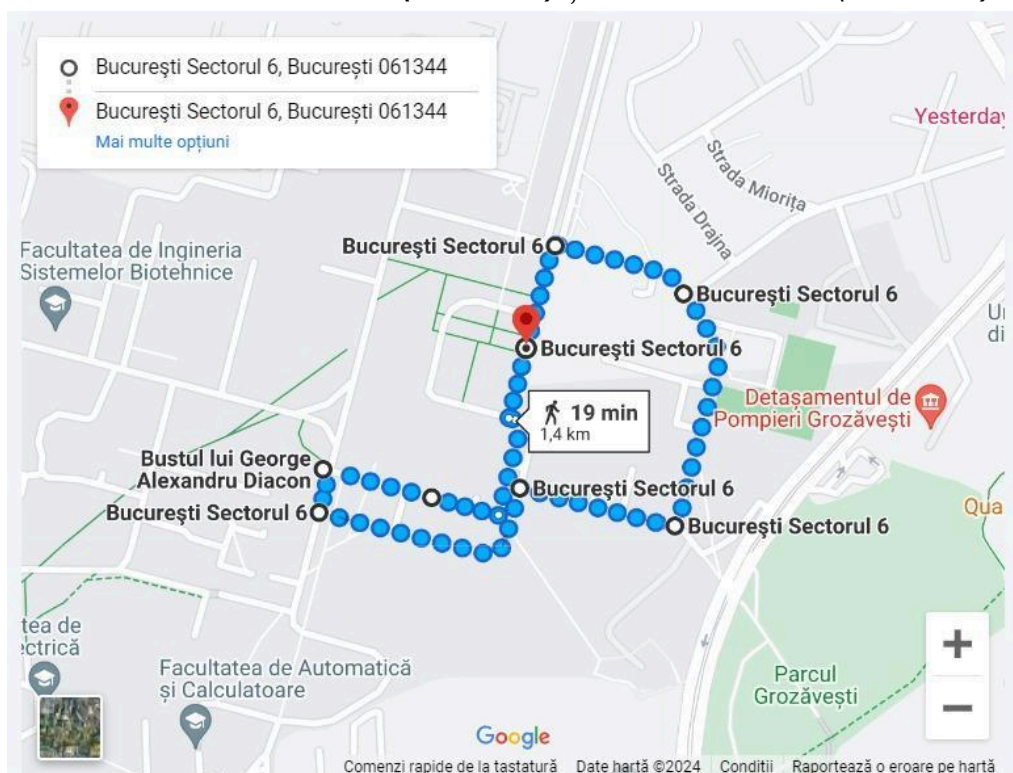
1500m - Masculin 13-17 ani și Feminin 13-17 ani (1x1500)



4000m - Masculin 18-35 ani (2x2000m),Feminin 18-35 ani (2x2000m)



3000m-Masculin 35+ ani (2x1500m) și Feminin 35+ ani (2x1500m)



III. ÎNSCRIERE

Înscrierea în competiție poate fi realizată atât online, efectuând donația cu cardul, cât și la fața locului, în ziua evenimentului, cu cel puțin 30 de minute înainte de ora programată pentru startul cursei respective. Înscrierea fizică, la fața locului, se va realiza prin donație în numerar (cash).

Preînscriserea participanților se poate efectua online la link-ul apv.lsebucuresti.org

*Plata se poate realiza cash în ziua evenimentului sau cu cardul online. Participanții preînscrși vor avea **prioritate la check-in** în ziua evenimentului. Înscrierile se pot face inclusiv în ziua competiției.*

IV. PARTICIPARE

Donația minimă în schimbul căreia participanții primesc kit-ul de participare și numărul de concurs este de **60 lei pentru adulți și 30 lei pentru copii**. Donațiile vor fi transmise mai departe cazului de anul acesta și utilizate pentru buna organizare a întregului eveniment. Pentru cei care doresc să achite cu cardul online, donațiile se pot efectua în următorul cont bancar:

IBAN: RO11 REVO 0000 1982 0905 0618

Revolut: [Revolut | Profil](#)

La detalii de plată se vor menționa “DONAȚIE APV”, numele, prenumele participantului care a efectuat donația.

V. ECHIPAMENT ȘI CONDIȚII DE CONCURS. NUMERE DE CONCURS

Concurenții vor participa la competiție folosind propriul echipament. Se recomandă concurenților să poarte echipament de alergare corespunzător condițiilor meteorologice de la ora de desfășurare a competiției (inclusiv încălțăminte adecvată).

Numerele de concurs vor fi puse la dispoziție de către organizatori și se vor înmâna concurenților înscriși alături de kit-ul de participare. Numerele de concurs se vor da în ziua competiției, începând cu ora 9:00. Numerele de concurs se vor amplasa în zona pieptului/abdomenului fiecărui concurent (pe partea din față), astfel încât să fie vizibile.

VI. START ȘI LIMITE DE TIMP

Startul se va da la ora 10:00 pentru prima categorie de vârstă (13-17 ani). Cu 10 minute înainte de start se vor transmite ultimele informații referitoare la desfășurarea concursului, eventuale modificări apărute. Cu aproximativ 10 minute înaintea curselor vor fi realizate încălziri corespunzătoare pentru asigurarea bunăstării participanților pe parcursul curselor.

VII. STABILIREA REZULTATELOR

Clasamentul pentru fiecare categorie se face în ordinea sosirii fiecărui participant. La trecerea liniei de sosire se va cronometra timpul în care fiecare participant va reuși să parcurgă întregul traseu. Cronometrarea nu va fi electronică (cu CIP), ci va fi manuală.

Se vor întocmi clasamente separate pe fiecare categorie, corespunzătoare fiecărei curse. Lista categoriilor este detaliată la punctul 1.

VIII. ARBITRI DE TRASEU

În diferite puncte ale traseului de alergare (punctele de control) vor fi amplasați comisari de cursă (arbitri de traseu) care vor supraveghea respectarea traseului și a prezentului regulament de către concurenți. La sfârșitul cursei, aceste date vor fi cumulate și se vor verifica trecerile fiecărui concurent prin punctele respective.

Dacă unul dintre concurenți nu a trecut prin toate punctele de control, concurentul respectiv va fi descalificat.

Dacă un arbitru va observa o tentativă de scurtare sau abatere a traseului, concurentul respectiv va fi descalificat.

IX. DISPOZIȚII FINALE

Prin înscrierea la crosul Caritabil Aleargă Pentru Viață 2025 participanții declară pe proprie răspundere că:

1. Sunt apți fizic și psihic și au o pregătire fizică corespunzătoare pentru participarea la acest eveniment sportiv, concurând pe propria răspundere. Sunt conștienți de riscurile alergării pe traseul de concurs, pentru care se vor echipa corespunzător, și le asumă în totalitate și exonerează de orice răspundere organizatorii evenimentului și sponsorii acestuia în cazul în care vor suferi orice fel de prejudiciu sau accident precum: pierderi sau pagube materiale, expunere la circumstanțe extreme: boală, contact/coliziune cu alți participanți, spectatori sau voluntari, condiții meteorologice nefavorabile.
2. Au luat la cunoștință recomandările organizatorilor cu privire la echipamentul utilizat pe parcursul evenimentului și vor respecta întocmai indicațiile venite din partea organizatorilor și a voluntarilor.
3. Nu au nicio pretenție față de organizatori și/sau sponsori în ceea ce privește folosirea imaginilor foto și video realizate în cadrul competiției în care sunt surprinși, cu angajamentul organizatorilor că nu vor folosi aceste imagini în alte scopuri decât promovarea competiției, implicit a activităților acestora.

4. Au luat la cunoștință Regulamentul Aleargă Pentru Viață și dispozițiile finale prezentate mai sus, sunt de acord cu acestea și le respectă în totalitate.