



TITAN RUN
2016

PANDUAN TITAN RUN 2016

MENGAPA LARI DI TITAN RUN?

Lari adalah cabang olahraga yang paling tua dan terkenal di seluruh dunia. Kegiatan lari telah menjadi olahraga rutin yang diadakan grup Titan sejak tahun 2004 dan diikuti oleh seluruh karyawan dan keluarganya. Pada awalnya, kegiatan tersebut kami namakan Tiron (Titan Marathon). Biasanya kegiatan ini dilakukan pada bulan Agustus untuk memperingati hari kemerdekaan sekaligus sebagai wadah bagi seluruh anggota grup Titan untuk berlomba, bertemu lebih akrab dan yang tidak ketinggalan pastinya, makan-makan bersama.

Mulai tahun 2014, karena lari sudah menjadi terkenal, maka pengukur waktu dan nomor dada mulai digunakan. Tiron berubah nama menjadi Titan Run (karena sebenarnya memang tidak ada lomba marathon, hanya ada 10K dan 5K). Sampai tahun 2015, Titan Run hanya diperuntukan bagi karyawan dan keluarga karyawan Titan saja.

Di tahun 2016 ini, Group Titan membuka event lomba lari nasional. Didukung oleh race management terpercaya, kami ingin berpartisipasi memperingati kemerdekaan negeri tercinta kita, Indonesia. Untuk itu, kami menambahkan kategori 17.8K dalam acara ini sebagai symbol 17 Agustus, sehingga akan ada 3 kategori lomba lari: 17.8K, 10K, dan 5K. Tentunya acara ini akan menjadi ciri khas Titan Run yaitu berlomba dan bergembira bersama.

Salam olahraga,

Handoko A. Tanuadji
Chairman Titan Group

PERSIAPAN SEBELUM PERLOMBAAN TITAN RUN

- Istirahat, makan dan minum yang cukup beberapa hari sebelum lomba dan pastikan kebutuhan cairan tubuh terpenuhi dengan cukup.
- Pastikan Anda tiba di lokasi sekurang-kurangnya 1 jam sebelum waktu startPastikan kamu tiba di lokasi sekurang-kurangnya 1 jam sebelum waktu *start*.
- Memakai Nomor Dada Lomba (BIB) sesuai nama yang didaftarkan. Hal ini penting agar memudahkan panitia menetapkan pencatatan waktu. Peserta yang tidak memakai BIB tidak diperkenankan untuk ikut berpartisipasi dalam lomba.
- Peserta diharapkan memakai kaos lari yang telah dibagikan dalam *Race Pack*, kecuali peserta lomba kostum
- Mempelajari rute lari yg telah ditetapkan. Apabila peserta lari di luar rute atau memperpendek jarak lomba dapat di diskualifikasi.
- Apabila Anda merasa dalam kondisi yang kurang sehat, harap berkonsultasi ke dokter atau ahli kesehatan masing-masing.

SELAMA PERLOMBAAN

TITAN RUN

- Agar menjaga keselamatan diri sendiri dan orang lain.
- Apabila selama perlombaan menemukan kendala, mohon segera menghubungi marshal atau panitia yang berjaga sepanjang rute perlombaan.
- Sepanjang rute lari akan ada marka penunjuk jalan yang cukup jelas beserta penunjuk kilometer, mohon agar seluruh petunjuk diikuti dan tidak keluar dari rute yang sudah ditentukan untuk menjaga keselamatan peserta.
- Apabila terpaksa harus berhenti karena mengikat tali sepatu atau lainnya, mohon sebaiknya berhenti dipinggir dan memperhatikan sekeliling agar tidak tertabrak peserta lain.
- Akan ada 6 titik hydration point sepanjang rute lomba terdiri dari minuman ion dan air mineral. Mohon selalu menggunakan *hydration point* agar terhindar dari bahaya dehidrasi.
- Selamat menikmati lomba Titan Run!

SETELAH PERLOMBAAN TITAN RUN

- Setelah melewati garis finish, peserta dipersilakan mengambil medali dan minuman di *refreshment area* supaya tidak menghambat *traffic* pelari lain.
- Apabila ingin menunggu teman atau mengambil foto dari teman-teman yang memasuki garis *finish*, mohon dapat dilakukan di luar barikade peserta lomba.
- Jangan langsung duduk/tiduran setelah menyelesaikan lomba, turunkan detak jantung dengan berjalan ringan berkeliling *race area*. *Stretching* bisa mengurangi pegal karena asam laktat yang menumpuk.
- Segera isi perut anda dengan konsumsi yang tersedia di *refreshment* dan *race area*.
- Makan dan minum secukupnya secara bertahap.
- Selamat menikmati seluruh rangkaian acara yang ada.

PERATURAN PERLOMBAAN TITAN RUN

1. Lomba lari yang dipertandingkan adalah dengan jarak **17.8K, 10KM** dan **5KM**.
2. Akan dihitung waktu secara individual dengan menggunakan chip RFID yang disediakan, mohon berhati-hati mengikuti instruksi pemasangan BIB (nomor dada) dan jangan ditekuk.
3. Peserta **WAJIB** memasang BIB (nomor dada) di bagian depan badan sesuai nama yang didaftarkan. Bagi yang tidak memasang BIB sesuai peraturan akan tidak diizinkan memasuki arena lomba.
4. Peserta **WAJIB** melewati *checkpoint* yang telah ditentukan sebagai salah satu syarat dalam menyelesaikan lomba.
5. Apabila peserta lari di luar rute, memperpendek jarak lomba atau tidak memakai BIB sesuai nama yang didaftarkan akan didiskualifikasi.
6. Peserta memiliki kewajiban untuk berhati-hati menjaga keselamatan dirinya sendiri dan sekitarnya.
7. Panitia berhak memberhentikan kegiatan pada saat acara berlangsung kepada peserta yang kondisi kesehatannya tidak memungkinkan untuk mengikuti perlombaan agar tidak terjadi hal-hal yang membahayakan peserta.
8. Untuk perlombaan individu, setiap peserta mewakili dirinya sendiri
 - Wajib menggunakan BIB yg terdaftar atas dirinya sendiri, **DILARANG KERAS** menggunakan BIB yg terdaftar atas nama orang lain.
 - Pembagian pemenang individu adalah podium 1, 2, 3 kategori pria dan wanita.
 - Perhitungan waktu menggunakan *chip time* dan bukan *gun time*, maka setiap peserta memiliki kesempatan yang sama untuk menang.
 - Peserta diwajibkan sudah siap 30 menit sebelum mulai lomba di garis *start*.

9. Peserta lari 17.8K yang terlambat datang lewat dari 10 menit setelah *gun time* tidak diizinkan untuk ikut lomba karena membahayakan peserta lari 10K, untuk penghitungan waktu akan tercatat *finish* 3:00:00.
10. Peserta lari 10K yang terlambat datang lewat dari 10 menit setelah *gun time* tidak diizinkan untuk ikut lomba karena membahayakan peserta lari 5K, untuk penghitungan waktu akan tercatat *finish* 2:00:00.
11. Cut Off Time (COT) 17.8K adalah 3:00:00, 10K adalah 2:00:00 dan 5K adalah 1:00:00. Apabila pelari melewati COT, maka pelari tersebut TIDAK akan mendapatkan medali.
12. Ruang medis, mushola, dan toilet tersedia di lokasi acara dan ambulans berada di rute lomba lari sesuai petunjuk peta.
13. Keputusan Panitia Mutlak dan tidak dapat diganggu gugat.

SUSUNAN ACARA **TITAN RUN**

04.15	Tenda penitipan barang dibuka
04.45	Peserta memasuki area start (17.8 K, 10k, 5k)
05.00	Pemanasan
05.15	Menyanyikan lagu indonesia raya
05.20	Sambutan dari ketua panitia titan run 2016
05.30	Pelepasan peserta 17.8K
05.45	Pelepasa peserta 10k
06.00	Pelepasan peserta 5k
06.17	Perkiraan pelari pertama 5k memasuki garis finish
06.20	Perkiraan pelari pertama 10k memasuki garis finish
06.30	Perkiraan pelari pertama 17.8K memasuki garis finish
06.30	MC & Live Band with Performance by Fitness First
07.00	Performance Titaners Band & door prizes (3 sesi)
08.00	Pengumuman podium
08.30	Grand Door prizes
09.30	Tenda penitipan barang ditutup
09.30	Lomba Titan Run 2016 selesai

RUTE TITAN RUN RACE MAP

17.8K





TITAN RUN 2016



10K Map

- 10 K route
- Start/Finish Gate
- KM marker
- Hydration Point
- Medic/Ambulance

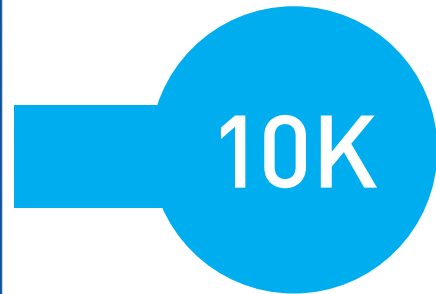
PARKING INFO

All TitanRun 2016 runners should be arrived at The Mall one hour before the race start. Upon parking your vehicle, make your way to the North Entrance of Mall @ Alam Sutera before 5AM.

Read our traffic closure carefully

10K

Race Managed by:



5K



MENUJU AREA TITAN RUN 2016

Mal @ Alam Sutera

Menggunakan Mobil Pribadi

Parkir akan disediakan di dalam area mall dengan mengikuti instruksi *marshal*/panitia atau papan penunjuk.

Dengan UBER

Akses jaringan aplikasi transportasi terbesar di Indonesia.
Silakan gunakan kode promo 1x perjalanan eksklusif pertama gratis :
UBERTITANRUN sampai dengan IDR 50,000 valid tanggal 1 Juli – 29 September 2016.

JADWAL BUS SHUTTLE BUS SCHEDULE



AREA PARKIR MAL @ ALAM SUTERA



RACE AREA

MAL @ ALAM SUTERA



HADIAH PODIUM PRIZES TO WIN

17.8K

MALE &
FEMALE

Podium 1

Uang tunai Rp 8.000.000

Jabra Pulse

Voucher Key Power Sports Store Rp 2,500,000

FF Membership 3 mths

FF Gym bag

Podium 2

Uang tunai Rp 6.000.000

Jabra Coach

Voucher Key Power Sports Store Rp 2,000,000

FF Gym bag

Podium 3

Uang tunai Rp 4.000.000

Jabra Race

Voucher Key Power Sports Store Rp 1,500,000

FF shoes bag

10K

MALE &
FEMALE

Podium 1

Uang tunai Rp 5.000.000

Jabra Pulse

Voucher Key Power Sports Store Rp 1,500,000

FF Membership 3 mths

FF Gym bag

Podium 2

Uang tunai Rp 4.000.000

Jabra Coach

Voucher Key Power Sports Store Rp 1,000,000

FF Gym bag

Podium 3

Uang tunai Rp 3.000.000

Jabra Race

Voucher Key Power Sports Store Rp 500,000

FF shoes bag



5K

MALE &
FEMALE

Podium 1

Uang tunai Rp 3.000.000

Jabra Pulse

FF Membership 3 mths

FF Gym bag

Podium 2

Uang tunai Rp 2.500.000

FF Gym bag

Podium 3

Uang tunai Rp 2.000.000

FF shoes bag

WARNA NOMOR DADA

BIB COLOR



ALBUM FOTO RESMI TITAN RUN 2016

Setiap barcode yang tercetak di nomor dada (BIB) akan menggugah foto-foto ke Facebook Anda saat pengambilan paket lomba, hingga pada saat lomba berlangsung.

Daftarkan nomor dada Anda segera:
www.titan-run.id/pic2go

Untuk tampilan foto yang akurat, pastikan barcode tidak tertutup benda apapun dan sebaiknya daftarkan nomor dada Anda pada saat pengambilan paket lomba.

Selamat berlomba dan selalu tersenyum di mana kamera berada di Titan Run 2016!

SPONSORS

Organized by :



Official Venue :



Race
Management :



Official
Drink Race :



Official Jersey :



Official Ride-
Sharing App :



Official
Race Photo :



Media Partner :



Sponsors :



