

Regulament

Date generale

MONOR TRAIL RUN este o competiție sportivă organizată de **Asociația GRUPUL PENTRU DEZVOLTARE PERSONALĂ ȘI COMUNITARĂ** și reprezintă o competiție de alergare pe teren în pantă care susține activitatea fizică pentru toate categoriile de vârstă.

Competiția se va desfășura în localitatea Monor, jud. Bistrița-Năsăud. Traseele sunt organizate prin frumoasele păduri, poieni și pășuni din partea de sud-est a satului Monor, startul fiind organizat de la Terenul de fotbal (Târgul).

Traseele sunt considerate de nivel mediu și necesită un nivel minim de pregătire având în vedere faptul că sunt organizate prin păduri.

Evenimentul va fi organizat la data de 25.10.2025, iar pentru traseul cel mai ușor vor putea participa inclusiv minori. Este recomandat ca participanții să aibă o condiție fizică bună și echipamentul necesar corespunzător, deoarece zona în care este desfășurată competiția este o zonă deluroasă și accidentată.

Scopul acestui eveniment este de a promova satul Monor, comuna Monor, jud. Bistrița-Năsăud și a unui stil de viață sănătos.

Menționăm următoarele distanțe pentru cele 3 probe regăsite în practica sportivă:

1. Pădurea 10k, cu o lungime de **10 km**, nivel mediu, traseul urmând poteci prin marginea și inima pădurii, dar și zone deschise cu priveliști spre colinele Monorului. Traseul are urcări provocatoare și coborâri rapide. Este o cursă variată, perfectă pentru alergători care vor o experiență completă în natură, cu peisaje frumoase și un efort echilibrat.
2. Dealul 5k, cu o lungime de **5 km**, nivel mediu, fiind vorba despre o cursă mai scurtă și energetică. Traseul include dealuri ușor de parcurs, zone deschise și priveliști largi. Este ideală pentru alergători pasionați sau pentru cei care abia încep să descopere alergarea montană. O combinație reușită de accesibilitate, efort moderat și peisaj atractiv.
3. Targul 1k Family, cu o lungime de **1 kilometru**, nivel ușor, este vorba despre o cursă scurtă și prietenoasă, gândită pentru copii, părinți și bunici. Alergarea este veselă și relaxată. Se aleargă în ritm propriu, cu bucurie și fără grabă. Reprezintă o ocazie perfectă pentru mișcare în familie și pentru a petrece timp de calitate în aer liber.

Timpul limită de parcurgere a tuturor probelor este de 4 ore.

Pe traseu, sportivii de la probele Padurea 10k și Dealul 5k vor avea cel puțin două puncte de susținere alimentară și hidrică. În ceea ce privește cursa Targul 1k, va fi amplsat un singur punct de susținere hidrică în zona de finish.

Modificări ale traseului

Toate traseele vor fi marcate de către organizator pentru ghidarea corespunzătoare a sportivilor. Organizatorii își rezervă dreptul de a modifica traseul sau de a anula desfășurarea competiției în caz de vreme nefavorabilă, care ar putea pune în pericol buna practică sportivă a concurenților.

Amânarea/anularea competiției

În cazul anulării competiției, taxa de înscriere va fi restituită parțial, cu reținerea unei sume fixe de 20 de lei, doar dacă anularea are loc cu cel puțin 30 de zile înainte de data evenimentului

În situația în care competiția este anulată în ziua evenimentului sau cu puțin timp înainte de desfășurare, din cauze independente de voința organizatorilor (ex. condiții meteorologice nefavorabile, situații de forță majoră etc.), taxa de înscriere nu va fi restituită.

Restituirea taxei de participare poate fi solicitată până cel târziu la data de 25 septembrie 2025, printr-o cerere trimisă la adresa de e-mail contact@monortrail.run, cu reținerea unei sume fixe de 20 de lei. După această dată, taxa de participare nu mai poate fi restituită, indiferent de motiv.

În cazul în care competiția va fi amânată, taxa de înscriere nu va fi restituită dacă această inconveniență nu le aparține organizatorilor, evenimentul urmând a fi reprogramat. Vremea nefavorabilă sau alt eveniment natural (alunecări de teren, ploi, inundații, vânt puternic etc.), vor fi apreciate de organizator ca reprezentând un impediment în desfășurarea competiției la data și pe traseul anunțat.

De asemenea, evenimentul va fi amânat/anulat în caz de existență a unor decizii ale autorităților naționale sau locale de restrângere a drepturilor și libertăților cetățenești care împiedică desfășurarea totală sau parțială a competiției, indiferent dacă aceste decizii sunt luate din motive de siguranță națională (războaie, demonstrații, stare de asediu, atentate etc), din motive de sănătate publică (epidemii, pandemii, epizootii, endemii, etc) sau din orice alte motive.

Evenimentul va fi amânat sau anulat și în cazuri de forță majoră, ori în cazul oricărui alt eveniment imprevizibil care afectează, în opinia organizatorului desfășurarea în condiții de siguranță a competiției.

Documente necesare pentru a ridica kit-ul de participare

- Actul de indentitate,
- Dovada achitării taxei de participare (pentru sportivii care se înregistrează la traseele Pădurea 10k și Dealul 5k),
- Declarația pe propria răspundere, completată și semnată,
- Declarația pe propria răspundere, completată, semnată de către părinte (tutore), pentru participanții cu vârstă sub 18 ani.

Înscriere

Înscrierea se realizează online până la data stabilită de către organizatori. După data limită, se mai pot face înscrieri la locul organizării competiției, cu plata exclusiv online a taxei de participare, cu mențiunea că acești participanți nu vor primi kit de participare.

Pentru a vă putea înscrie la competiție aveți posibilitatea de a accesa următorul website <https://www.monortrail.run/>.

Doar persoanele care se înscriu și achită taxa de participare până la data de 10.10.2025 vor primi kit de participare la competiția sportivă. Celelalte persoane care se vor înscrie la fața locului, nu vor primi acest kit de participare.

Taxa de participare se plătește online. Fiecare traseu are un alt cost, respectiv:

- **Padurea 10k: 99 lei**
- **Dealul 5k: 49 lei**
- **Targul 1k: gratuit**

Dacă toate locurile anunțate vor fi ocupate anterior datei limită, înscrierile se vor închide mai devreme.

Documente necesare pentru înscriere în dimineața competiției

- **Completarea fișei de înscriere (se va regăsi și la fața locului).**
- **Plata contribuției de participare (Padurea 10k – 99 lei, Dealul 5k – 49 lei și Targul 1k – gratuit).**
- **Declarație pe propria răspundere vizavi de participarea la proba sportivă aleasă.**
- **Declarația pe propria răspundere (din partea tutorelui sau a părintelui) vizavi de participarea alergătorilor cu vârsta sub 18 ani.**

Responsabilitățile organizatorului

- Asigurarea punctelor de hidratare/alimentare pe parcursul traseului, în funcție de lungimea și dificultatea acestuia.
- Marcarea corespunzătoare a traseului și implicit atenționarea zonelor periculoase.
- Prezența voluntarilor, a arbitrilor și implicit a punctelor de control pe parcursul traseului.
- Atenționarea sportivilor dacă traficul rutier este doar parțial oprit.
- Asigură respectarea datelor prezentate privind traseul competiției.
- Înștiințarea concurenților asupra oricărei modificări pe care traseul o poate suferi.
- Asigurarea kitului de participare în modul prezentat.
- Realizarea ședinței tehnice
- Asigurarea echipajului de prim ajutor
- Organizatorii nu își asumă responsabilitatea pentru niciun fel de accident sau prejudiciu apărut ca urmare a participării la competiția MONOR TRAIL RUN și își rezervă dreptul de a modifica sau ajusta traseul de concurs în funcție de condițiile meteo, starea terenului sau chiar de a opri cursa, în cazuri excepționale. Orice modificare a traseului va fi semnalizată corespunzător (ca de altfel întregul traseu) și comunicată concurenților cel mai târziu la ședința tehnică din ziua concursului. În caz de forță majoră, orice evenimente care ar putea influența buna desfășurare a concursului, care determină organizatorii să anuleze competiția, taxa de participare nu va fi returnată, în cazul în care este amânată competiția. Taxa de participare urmează să fie returnată exclusiv în cazul în care este anulată competiția.

Responsabilitățile concurentului

Participanții sunt obligați să respecte termenii și condițiile impuse în regulamentul competiției. Prin participarea la această competiție, participanții sunt de acord să respecte și să se conformeze tuturor prevederilor, termenilor și condițiilor prezentate în regulament, să-și asume îndeplinirea condițiilor menționate în declarația pe proprie răspundere, pusă la dispoziție de către organizator. De asemenea concurenții sunt obligați:

- Să citească și să respecte regulamentul și să participe la ședința tehnică a competiției.

- Participanții se înscriu și participă la o astfel de activitate fizică pe propria răspundere, aspect luat în considerare și prin declarația semnată la ridicarea kit-ului de participare.
- Numărul de concurs trebuie să fie atașat în fața și în mod obligatoriu trebuie să fie vizibil pe toată perioada concursului. Pierderea numărului de concurs duce la descalificare;
- Să aibă în vedere faptul că organizatorii nu își asumă responsabilitatea pentru obiectele care au fost pierdute în zona de start sau pe parcursul traseului.
- Concurentul este obligat să anunțe primul voluntar întâmpinat pe parcursul traseului sau la primul punct de control și/sau hidratare, incapacitatea de a continua proba aleasă, în cazul în care este incident un astfel de motiv.
- Concurenții își asumă orice daună penală sau civilă pe care au produs-o altui concurent.
- Prin înscrierea și participarea la probele competiției aceștia acceptă implicit ca materialele foto și video, pot fi folosite de către organizatori în realizarea de clipuri, colaje, cover-uri și/sau alte produse publicitare pentru promovarea concursului.
- Participanții sunt direct responsabili pentru participarea la aceasta cursă, organizatorul nu își asumă în niciun fel de obligație în cazul în care participantul se accidentează sau se rănește. În zona de start/finish va fi prezent și Serviciul Salvamont și Salvare care vor acorda serviciul de prim ajutor, în caz de nevoie.
- Participanții care câștigă unul din premii și nu sunt prezenți la festivitatea de premiere **își pierd premiul.**

Echipament obligatoriu

- Încălțăminte sport, specifică pentru astfel de activități desfășurate în zonă de munte și accidentată.
- Îmbrăcăminte adaptată condițiilor meteo.
- Numărul de concurs oferit de către organizatori vizibil pe toată durata cursei.
- Chipul de cronometrare.
- Echipament impermeabil în caz de vreme nefavorabilă

- Pahar / bidon de apă / pungă camelback(optional)

Cronometrare

Cronometrarea se realizează la secundă cu un dispozitiv de cronometrare cu chip, iar sportivul care va parcurge în cel mai scurt timp traseul stabilit, va fi câștigătorul probei la care participă.

Descalificarea sportivului

Se impune în următoarele cazuri:

- Timpul limită impus de către organizatori nu a fost respectat.
- Traseul nu a fost respectat (scurtături).
- Se utilizează orice mijloc de transport pentru a parcurge traseul, în afara acțiunii sportive stabilite de natura competiției (alergare).
- Sportivul va fi eliminat în cazul în care organizatorul consideră că acesta nu mai poate continua activitatea sportivă (accidentare).
- Sportivul nu deține echipamentul adecvat/obligatoriu.
- Se semnalează comportament nesportiv față de alți concurenți sau lipsa de respect față de oficiali, organizatori, voluntari, public, spectatori, localnici
- Se deteriorează mediul înconjurător, părăsirea echipamentului pe traseu sau aruncarea de gunoaie și resturi pe traseu (ambalajele utilizate pot fi lăsate la punctele de control și de alimentare).
- Pierderea numărului de concurs.
- Ratarea unui punct de control.

Retragerea din cursă

Orice participant care s-a accidentat după startul competiției sau starea fizică nu îi permite finalizarea probei la care participă, este obligat să anunțe organizatorii la primul punct de verificare/alimentare care se regăsește pe traseu. La întoarcerea în zona de finish (acțiune asigurată de către organizatori) acesta va completa o fișă prin care declară că nu a finalizat cursa și motivele acestei acțiuni (după caz). Continuarea cursei se poate face doar pe propria răspundere iar organizatorii nu vor garanta prezența pe traseu a voluntarilor, a punctelor de alimentare funcționale, marcaje etc., iar concurentul se consideră în afara concursului. Va exista un punct de prim ajutor unde se va asigura serviciu medical de specialitate, în caz de nevoie.

Premiere

Organizatorii vor premia, în bani și/sau produse oferite de sponsori și parteneri, câștigătorii probelor de 10 km și 5 km.

Fiecare participant va primi diplomă de participare (online) și medalie de finisher.

Pentru orice întrebări sau pentru înscrierea la competiție, vă rugăm să accesați următoarea adresă de e-mail: contact@monortrail.run.