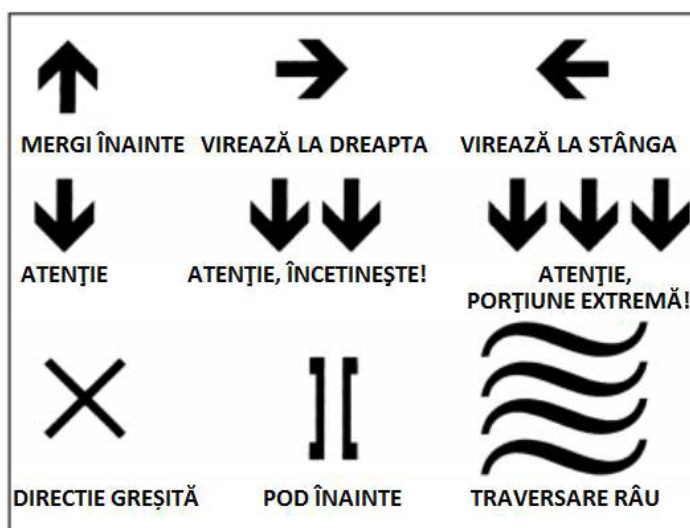


Sedinta tehnica**ALBA CAROLINA BIKE RACE****1. Prezentarea marcajelor**

Banda: alb rosu

Pe copaci pietre sau pe sol: culoare roz

Indicatoare :



Atentie: in toate zonele pe care noi le-am considerat periculoase veti regasi semne cu 1,2 sau 3 sageti indreptate in jos si prin urmare va rog sa respectati semnificatia lor si sa reduceti viteza astfel incat sa treceti in siguranta prin aceste portiuni de traseu.

2. Prezentare punctelor de hidratare/punctelor de control**Traseul de 63 km**

- Punctul 1 (punct de hidratare si control)- km 11
- Punct de control –km 14.5
- Punctul 2 (punct de hidratare) – km 21
- Punctul 3 (punct de hidratare si control) –km 34.5
- Punctul 4 (punct de hidratare) –km 46.5
- Punctul 5 (punct de hidratare si control)- km 51
- Punctul 6 (punct de hidratare si control)- km 54

Traseul de 36 km

- Punctul 1 (punct de hidratare si control)- km 11
- Punct de control –km 14.5
- Punctul 2 (punct de hidratare si control)- km 22.5
- Punctul 3 (punct de hidratare si control)- km 25

Traseul de 23 km

- Punctul 1 (punct de hidratare si control)- km 11
- Punctul 2 (punct de hidratare si control)- km 13.5

3. Prezentarea traseelor

Traseul 63 km: culoare rosie
Traseul 36 km : culoare verde
Traseul 23 km culoare albastra
Traseul de copii: culoare portocolie

Trasee comune

- Km 0 - km 11 (primul punct de hidratare 1) – traseu comun pentru cele 3 curse
- Km 11 –km 14.5 (punct de control 2) – traseu comun pentru cursa de 36 si 63 km
- Km 11 (punct de hidratare 1- cursa 23), km 22.5 (punct de hidratare 2- cursa 36), km 51 (punct de hidratare 5- cursa 63) pana la finish –traseu comun pentru toate cursele.

Traseul prin oras se desfasoara cu antemergator cu o viteza de maxim 20km /h pe o distanta de aproximativ 2.5km.**Este interzisa depasirea antemergatorului.**

Dupa retragerea antemergatorului spre dreapta se intra pe off road si incepe cursa propriu-zisa (ca reper veti trece prin a doua poarta)

Pana la aproximativ km 11 (primul punct de hidratare) traseul este comun pentru toate cele trei curse.Se va urca aproximativ 3 km pe drum de piatra apoi pe drum forestier dupa care vor urma o succesiune de suisuri si coborari pe drum forestier si singletrail .

La km 11 (primul punct de hidratare) tura scurta (23Km) vireaza la dreapta iar tura medie (36km) si tura lunga (63 km) merg inainte.(pe portiunile de coborare sunt zone prafoase sau cu noroi)

La km 14.5 imediat dupa punctul de control tura medie continua inainte iar tura lunga la aproximativ 100 m vireaza la dreapta (curba la 90 grade).**Atentie deoarece este o portiune foarte scurta reduceti viteza pana schimbati directia spre dreapta(aceasta avertizare este valabila doar pentru tura lunga)**

4.Avertismente de segmente periculoase

4.1 Traseu 63 km

La km 24.8 unde se intra pe Valea Vintului (coborare periculoasa pe piatra cu virare la dreapta pe drum communal) va rugam sa reduceti viteza, sa va asigurati si sa circulati cu atentie deoarece circulatia pe acest segment nu este restrictionata)

La km 46.5 imediat dupa releu Inuri se vireaza la dreapta pe o coborare foarte periculoasa unde va rugam sa reduceti viteza si sa coborati cu mare atentie.Daca nu stapaniti bine tehnicile de coborare va recomandam sa va dati jos(coborare periculoasa pe o distanta de aproximativ 150 m).

La km 47.2 imediat cum intrati in padure (100M) se vireaza usor la dreapta pe un single trail unde va rugam sa reduceti viteza.

La km 50.5 se vireaza usor la dreapta pe un singletrail unde va rugam sa reduceti viteza.**(atentie drum ingust si radacini)**

4.2 Pentru toate traseele

Dupa ultimul punct de hidratare (6 pentru 63, 3 pentru 36, 2 pentru 23) se intra in padure pe un singletrail cu o coborare denivelata si foarte abrupta (aproximativ 100M) care continua scurt pe un drum forestier si se reintra printre 2 copaci pe un singletrail (aproximativ 2km) cu dropuri, denivelari , drum ingust, succesiuni scurte de viraje , santuri etc- va rugam sa coborati cu mare atentie si sa adaptati viteza la pregatirea dumneavoastra fizica si tehnica.

Ultima coborarae inainte de asfalt este o coborare cu piatra va rugam sa coborati cu atentie.

Va multumim si spor la pedat!!!!