

## REGULAMENT

### BINDER LAKE TRIATHLON 2026 – ediția a VIII-a

---



#### SECȚIUNEA 1. Organizator și reguli oficiale

Competiția „Binder Lake Triathlon 2026”, denumită în continuare „Competiția”, este organizată de ACS Aria pentru Sport și are ca scop promovarea triatlonului și a sportului în aer liber.

Participanții sunt obligați să respecte prezentul regulament, precum și toate indicațiile organizatorilor și ale oficialilor tehnici.

Organizatorul își rezervă dreptul de a utiliza materiale foto/video realizate în cadrul evenimentului în scop promoțional.

Prin înscriere și participare, concurenții confirmă că:

- au citit regulamentul;
  - sunt de acord cu prevederile acestuia;
  - vor semna declarația pe propria răspundere.
- 

#### SECȚIUNEA 2. Data și locația competiției

##### 2.1 Data și locația

Competiția se desfășoară în data de:

duminică, 26 iulie 2026

Locație:

Lacul Binder – Sibiu

---

##### 2.2 Program orientativ

Duminică – 26 iulie 2026

- 08:00 – 09:30 → ridicarea kiturilor și a cipurilor;
- 08:15 → deschiderea zonei de tranziție;
- 09:00 → ședința tehnică;
- 09:45 → închiderea zonei de tranziție;
- 10:00 → start competiție;
- 14:00 → festivitatea de premiere.

Programul poate suferi modificări.

---

## SECȚIUNEA 3. Desfășurarea competiției

### 3.1 Participare și categorii

Competiția este deschisă persoanelor apte medical pentru efort fizic susținut.

Număr maxim participanți

- 100 participanți individual;
- 50 ștafete.

Vârsta minimă

- 10 ani pentru categoria copii;
  - 14 ani pentru probele standard;
  - participarea minorilor se face doar cu acordul părinților/tutorilor legali.
- 

Categorii

Individual

Masculin

- 10–13 ani
- 14–17 ani
- 18–29 ani
- 30–39 ani
- 40–49 ani
- 50+

Feminin

- 10–13 ani
- 14–17 ani
- 18–29 ani
- 30–39 ani
- 40–49 ani
- 50+

## Ștafetă

- Masculin
- Feminin
- Mixt

O categorie este validată cu minimum 5 participanți. În cazul în care o categorie nu întrunește numărul minim, aceasta poate fi comasată cu categoria imediat următoare.

În cadrul ștafetei:

- fiecare membru efectuează o probă;
  - timpul final reprezintă timpul cumulativ al echipei;
  - sunt acceptate și echipe formate din două persoane, caz în care un participant efectuează două probe.
- 

## 3.2 Distanțele de parcurs

### Categorii adulți

1. Înot – 600 m (Lacul Binder)
2. Ciclism off-road – 22 km
3. Alergare – 3 km (3 ture în jurul lacului)

### Categorii copii 10–13 ani (duathlon)

1. Ciclism off-road – 7 km
2. Alergare – 3 km

### Categorii juniori 14–17 ani

1. Înot – 160 m
2. Ciclism off-road – 7 km
3. Alergare – 3 km

Distanțele sunt aproximative.

Pentru ștafetă se utilizează același traseu ca pentru individual.

Start / Finish: Lacul Binder

### ATENȚIE:

Copiii din categoria 10–13 ani participă doar la probele de ciclism și alergare.

---

### 3.3 Ruta competiției

Concurenții la cursa individuală trebuie să finalizeze toate cele 3 probe — înot, ciclism și alergare — în această ordine și să parcurgă integral distanțele prevăzute în regulament.

Ruta competiției va fi delimitată și securizată prin garduri, benzi și conuri.

Organizatorii și voluntarii vor fi prezenți în punctele importante ale traseului pentru a asigura siguranța concurenților și respectarea regulamentului.

Concurenții care:

- scurtează traseul;
- părăsesc ruta oficială;
- obțin avantaj prin abaterea de la traseu,

vor fi descalificați.

---

#### 3.3.1 Traseu înot

Proba de înot se desfășoară în Lacul Binder.

Startul se va realiza în sistem rolling start.

Traseul va fi marcat prin balize și publicat înaintea competiției pe pagina oficială a evenimentului.

În funcție de condițiile meteo sau de siguranță, organizatorii pot:

- modifica traseul;
- reduce distanța;
- elimina proba de înot.

Decizia finală aparține delegatului tehnic și va fi comunicată înainte de start.

În cazul apariției unor probleme medicale sau crampe, concurenții pot solicita ajutorul echipajelor de siguranță aflate pe apă.

---

#### 3.3.2 Zona de tranziție

Zona de tranziție este comună pentru:

- T1 – înot → ciclism;
- T2 – ciclism → alergare.

Accesul este permis exclusiv concurenților.

Schimbul între membrii ștafetei se realizează într-o zonă special delimitată.

Reguli privind tranziția

- accesul se face doar pe baza numărului de concurs;
- bicicletele trebuie depozitate exclusiv în zonele alocate;
- accesul în tranziție în afara programului oficial este interzis.

Bicicletele trebuie ridicate în maximum o oră după finalizarea cursei.

T1 – înot → ciclism

Concurenții ies din apă și intră în zona de tranziție pentru echiparea și preluarea bicicletei.

T2 – ciclism → alergare

Participanții trebuie să coboare de pe bicicletă înainte de „Linia Coborâre”.

Urcarea pe bicicletă este permisă doar după „Linia Urcare”.

Nerespectarea acestor reguli atrage penalizare.

---

### 3.3.3 Traseu alergare

Traseul de alergare este o buclă de aproximativ 1 km în jurul Lacului Binder și trebuie parcursă de 3 ori.

Numărarea turelor este responsabilitatea exclusivă a concurentului.

Neparcurgerea numărului complet de ture atrage descalificarea.

Pe traseu va exista un punct de hidratare.

---

### 3.3.4 Traseu ciclism

Traseul de ciclism are aproximativ 22 km și se desfășoară pe teren off-road.

Startul și sosirea sunt la Lacul Binder.

Pe anumite porțiuni traficul poate fi deschis, motiv pentru care participanții sunt obligați să respecte regulile de circulație rutieră.

---

## 3.4 Înscriere și taxă

Înscrierile se pot realiza:

- online;
- la recepție, în ziua competiției, în limita locurilor disponibile.

Taxă participare

Participarea este gratuită:

- 0 RON.
- 

### 3.5 Declarația pe propria răspundere

Toți participanții sunt obligați să completeze și să semneze declarația pe propria răspundere.

Participarea persoanelor:

- aflate sub influența alcoolului sau a substanțelor interzise;
- care dețin arme sau obiecte periculoase,

este strict interzisă.

Organizatorii pot elimina din competiție orice persoană care încalcă aceste prevederi.

---

### 3.6 Echipament obligatoriu

Concurenții utilizează propriul echipament.

Echipament obligatoriu

- bicicletă funcțională;
- cască de protecție;
- număr de concurs;
- cip de cronometrare.

Casca este obligatorie:

- în timpul probei de ciclism;
- la încălzire.

Sunt permise biciclete MTB și gravel, cu sistem de frânare funcțional.

Costumul de neopren:

- este permis conform regulamentelor tehnice;
- poate fi interzis dacă temperatura apei depășește 24°C.

Numărul de concurs:

- se poartă la spate în timpul ciclismului;
- se poartă în față în timpul alergării.

---

### 3.7 Start și limite de timp

Programul poate fi modificat de organizatori.

Organizatorii își rezervă dreptul de a opri din cursă participanții care:

- nu se încadrează în limitele de timp;
- pun în pericol propria siguranță sau pe cea a altor concurenți.

---

### 3.8 Stabilirea rezultatelor

Clasamentele se stabilesc pe baza timpului final înregistrat electronic.

Cronometrarea se realizează cu cip electronic.

Vor exista clasamente separate pentru fiecare categorie de vârstă.

---

### 3.9 Arbitraj

Arbitrajul competiției este asigurat de ACS Aria pentru Sport.

Încălcarea regulamentului poate atrage:

- avertisment;
- penalizare;
- descalificare.

---

### 3.10 Contestații

Contestațiile se depun personal în maximum 30 de minute de la finalizarea cursei.

---

## SECȚIUNEA 4. Premii

Vor fi premiați ocupanții locurilor I, II și III din fiecare categorie.

---

## SECȚIUNEA 5. Condiții administrative

### 5.1 În timpul competiției

Participanții care abandonează cursa trebuie să informeze organizatorii.

Va exista asistență medicală în zona Start / Finish.

---

## 5.2 Situații excepționale

În cazul unor situații de forță majoră:

- condiții meteo extreme;
- pandemie;
- situații de risc major,

evenimentul poate fi modificat, amânat sau anulat.

---

## 5.3 Protecția mediului și date personale

Abandonarea deșeurilor pe traseu atrage descalificarea.

Organizatorii vor respecta legislația privind protecția datelor personale.

---

## 5.4 Eligibilitate

Organizatorii își rezervă dreptul de a refuza participarea persoanelor care:

- au comportament agresiv;
  - folosesc limbaj injurios;
  - sunt sub influența alcoolului sau a substanțelor interzise;
  - pun în pericol siguranța evenimentului.
- 

Prin participarea la competiție, concurenții confirmă că au citit, înțeles și acceptat prezentul regulament.