



INFORMAȚII UTILE

Program ridicare kit-uri:

VINERI, 16 SEPTEMBRIE 2022

Orele		Locația
16:00 – 20:00	Distribuire Kit-uri concurs	Centrul Vechi, La Moustache

SÂMBĂȚĂ, 17 SEPTEMBRIE 2022

Orele		Locația
12:00 – 20:00	Distribuire Kit-uri concurs	Centrul Vechi, La Moustache

DUMINICĂ, 18 SEPTEMBRIE 2022

Orele		Locația
07:30 – 08:30	Distribuire Kit-uri concurs	Centrul Vechi , La Moustache

Pentru ridicarea kit-urilor aveți nevoie de:

- Act de identitate
- Declarația pe proprie răspundere – formular și pe site
<https://maramuresrun.files.wordpress.com/2022/04/declaratiebmhm2022.pdf>
- Pentru cursa copiilor, declarație o face părintele – formular și pe site
<https://maramuresrun.files.wordpress.com/2022/09/declaratie-crosul-copiilor-2022.pdf>

Pentru operativitate, vă rugăm pe cât posibil să veniți cu declarația completată și semnată.

Traseele de concurs

Traseele de concurs se regăsesc pe: <https://maramures.run/baia-mare-half-marathon/>

De asemenea se poate descărca și de pe site/aplicația Alltrails:

- ✓ Semimaraton 21 km & Ștafeta = 3 bucle de 7 km
- ✓ Cross 7 km = 1 buclă de 7 km

<https://www.alltrails.com/explore/map/bmhm-2022-7-km-62ac9cd>

- ✓ Cursa populară, 3 km

<https://www.alltrails.com/explore/map/cursa-populara-3-km-7caf5e2>



Cursele de copii se desfășoară dus-întors pe Str. Gh. Șincai.

13-14 ani, 1500m

<https://www.alltrails.com/explore/map/copii-13-14-ani-1500m-ab233b6>

11-12 ani, 1000m

<https://www.alltrails.com/explore/map/copii-11-12-ani-1000m-959a464>

8-10 ani, 700m

<https://www.alltrails.com/explore/map/map-august-19-2022-cf86661>

6-7 ani, 500m

<https://www.alltrails.com/explore/map/copii-6-7-ani-500m-90f4760>

Puncte de alimentare/ hidratare

Vor fi 3 puncte de alimentare /hidratare situate astfel:

PA/PH Principal: În Centrul Vechi, zona scenei

PA/PH 1: în Centrul Vechi, pe traseul de concurs

PA/PH 2: la km.3.5 pe Bd. Independenței la capătul buclei, unde se întoarce traseul (aprox. Spălătoria Auto-Transgold)

În puncte veți găsi:

- Apă
- Isotonic
- Cola
- Fructe: banane, portocale, mere
- Glucoză

În punctul principal din Centrul Vechi, pe lângă cele de mai sus, veți găsi și:

- Ciocolată, dulciuri, fursecuri
- Sandvici – la final cursă pentru fiecare participant, indiferent de cursă, pe baza numărului de concurs



Toalete

Toalete mobile sunt situate astfel:

- 4 toalete și 1 lavoar în Centrul Vechi
- 2 toalete și 1 lavoar la km 3.5 la PA/PH 2

Mai puteți utiliza toaletele de stradă ale Municipiului Baia Mare situate pe Bd. Independenței în zona Universitate – parcare și cea de lângă restaurantul Stadion/Casa Achim, pe strada Câmpul Tineretului.

Prim ajutor

Primul ajutor în caz de urgențe va fi acordat cu sprijinul Serviciului Județean de Ambulanță, Ambulanța Baia Mare

La cursele copiilor, vom avea din partea Rotary Club Baia Mare voluntari medici pe traseu.

Diverse

PIZZA PARTY ADULȚI: toți participanții la cursele : populară, cross 7km, Ștafeta 3 x 7km, Semimaraton 21 km vor primi după concurs 1 felie de pizza oferită de partenerul nostru terasa La Tour. Pizza se va primi pe baza numărului de concurs de la cursele menționate mai sus.

PASTRY PARTY COPII: toți copiii care concurează vor primi o sacoșă cu produse și dulciuri oferite de Brutăria Baia Sprie. Aceasta se primește după concurs, la PA/PH Principal din Centrul Vechi, pe baza numărului de concurs de la cursa copiilor.