



INVITAȚIE **Pentru cicliștii amatori și cei de performanță**

Îi invităm să participe la manifestarea turistic-sportivă **"București-Constanța: de 10 ori cu bicicleta!"**, pe traseul București – Urziceni – Slobozia - Constanța și retur, **timp de 10 zile**, care se desfășoară **în perioada 4 - 13 iunie 2010**, cu scopul de a face ture la mare sau de antrenament.

Amatorii pot merge o parte din traseul de start sau de sosire, o zi întregă sau mai multe zile sau întreg traseul pe cele 10 zile planificate, conform **Regulamentului de desfășurare** de mai jos.

În data de 12 iunie plecarea din București este **la ora 06.00**, cu **sosire în Slobozia până la ora 09.30**, urmând **ca la ora 10.00 să fie plecarea din Slobozia. La Constanța sosirea va fi până la ora 15.15**, pentru a participa la **festivitatea finală de premiere a Turului Ciclist al României**, ce va avea loc la ora **15.30**, la **Sala Sporturilor Constanța**.

Pe data de 13 iunie se face întoarcerea la București, conform programului de mai jos.

REGULAMENT DE DESFĂȘURARE

a manifestării turistic-sportive **"București – Constanța "**,
din perioada **4 - 13 iunie 2010**

ORGANIZATOR: CS Voința București, prin persoana **dl. antrenor de ciclism Florin LEONTE** în parteneriat cu **Asociația Bate Șaua să Priceapă Iapa** și Federația Bicicliștilor din România. Acțiunea face parte din programul VELORUȚIA, de prezentare a beneficiilor utilizării bicicletei în scopuri recreative, atât sportive cât și turistice, program finanțat prin GEF SGP / UNDP.

Acțiunea este sponsorizată de magazinele de biciclete Veloteca și Felt.

OBIECTIVE:

1. **Încurajarea practicării ciclismului de masă și de performanță** și antrenarea cicliștilor în cadrul programului de pregătire, atât a celor legitimați cât și celor amatori.
2. **Promovarea și încurajarea mersului cu bicicleta, ca mijloc de transport alternativ ecologic, nepoluant**, pentru **un mediu mai curat și mai sănătos**.
3. **Încurajarea cicloturismului românesc** pe traseul București, Urziceni, Slobozia, Constanța și litoralului românesc.
4. **Participarea la festivitatea de premiere la finalul Turului Ciclist al României 2010**, ce va avea loc sâmbătă, 12 iunie 2010 în Constanța, la ora 15.30.

SPECIFICAȚII DE COORDONARE: Acțiunea constă în deplasarea cicliștilor pe ruta: **Primăria București – Piața Unirii – Piața Universității – Calea Moșilor - Șos. Colentina - Primăria**

Urziceni – Primăria Slobozia – Țândărei – Giurgeni - Primăria Hârșova – Stupina – Gălbiori - Primăria M.Kogălniceanu – Ovidiu – intrarea Constanța – B.dul Tomis - Sala Sporturilor Constanța, într-o zi (în aproximativ 10 ore), cu plecarea și sosirea din fața **Primăriei București**, trecerea pe la Primăria Slobozia, cu sosire la **Sala Sporturilor Constanța**, iar **în următoarea zi întoarcerea pe același traseu spre București și așa mai departe, timp de 10 zile** (o zi dus la mare, o zi întors la București).

Viteza medie de deplasare: 30-32 km/oră (unde se poate și cu 35 km/h). Participarea la această activitate se poate considera ca un antrenament, unde fiecare participant sau Club își stabilește distanța pe care se deplasează sportivii, obiectivul principal fiind mersul în formație grupat. **Nu este o activitate gen concurs, ci o posibilitate de antrenament sau de a face o tură la mare, în mod grupat.**

Fiecare participant se încadrează în programul stabilit, cu respectarea specificațiilor pe care le dă organizatorul pe timpul desfășurării acțiunii, privind organizarea și viteza de deplasare a plutonului, locurile de oprire pentru alimentare de traseu, pauze, remedierea penelor, etc.

Pe traseu se face o pauză de 30 min. la Slobozia pentru servirea mesei de prânz, urmând și alte mici pauze, înainte și după Slobozia, pentru alimentare de traseu, conform Programului de mai jos.

PERIOADA: 4-13 iunie 2010.

Ora: plecarea este la ora 08.00 din fața Primăriei București, respectiv **Sala Sporturilor Constanța** iar sosirea în jurul orelor 18.00 la Sala Sporturilor Constanța, respectiv Primăria București.

În data de 12 iunie, sosirea în Constanța va fi până la ora 15.15 pentru a putea participa la festivitatea de premiere la finalul Turului Ciclist al României, care începe la ora 15.30.

TRASEUL: Primăria București – Piața Unirii – Piața Universității – Calea Moșilor - Șos. Colentina - Primăria Urziceni – Primăria Slobozia – Primăria Hârșova – Primăria M.Kogălniceanu – Ovidiu – intrarea Constanța – B.dul Tomis - Sala Sporturilor Constanța.

Distanța totală: 270 km pe zi (Bucuresti-Constanța) x 10 zile = 2.700 km.

PARTICIPANȚI: antrenor de ciclism Florin Leonte (43 de ani), pe toată perioada acțiunii turistic-sportive, în perioada 4 - 13 iunie 2010.

Mai participă cicliștii amatori (care au un nivel bun de pregătire și care vor fi selecționați de către organizator, în ziua în care participă), precum și cei legitimați care doresc să facă o tură la mare sau să se antreneze pe o parte a traseului, pe tot traseul, pe timp de o zi sau de mai multe zile din perioada menționată. Total participanți estimați pe tot traseul sau pe o porțiune din traseu = 1- 10 cicliști.

Se merge în formație de pluton compact cu schimb de trenă.

Fiecare participant se obligă să aibă bicicleta de șosea în stare bună de funcționare, să poarte casca de ciclist, sa-și asigure alimentația de traseu și camere de rezervă în caz de pană și să respecte regulile de circulație pe drumurile publice și specificațiile organizatorului.

CAZAREA ȘI MASA: Este suportată de fiecare ciclist participant, personal sau prin Clubul unde acesta este legitimat sau pe cont propriu pentru cei amatori.

PROGRAM 4 - 13 iunie 2010:

ZIUĂ		ORA	LOCUL / RUTA	OBSERVATII
4 iunie	Vineri	08.00	Start București	Ziua 1 – START București
		18.00	Sosire Constanța	
5 iunie	Sâmbătă	08.00	Start Constanța	Ziua 2 – Ziua Internațională a Mediului
		18.00	Sosire București	
6 iunie	Duminică	08.00	Start București	Ziua 3
		18.00	Sosire Constanța	
7 iunie	Luni	08.00	Start Constanța	Ziua 4

		18.00	Sosire București	
8 iunie	Marți	08.00	Start București	Ziua 5
		18.00	Sosire Constanța	
9 iunie	Miercuri	08.00	Start Constanța	Ziua 6
		18.00	Sosire București	
10 iunie	Joi	08.00	Start București	Ziua 7
		18.00	Sosire Constanța	
11 iunie	Vineri	08.00	Start Constanța	Ziua 8
		18.00	Sosire București	
12 iunie	Sâmbătă	06.00	Start București	Ziua 9
		09.30	Sosire Slobozia	
		10.00	Start Slobozia	
		15.15	Sosire Constanța	
		15.30	Constanța, Sala Sporturilor	Sosire Turul Ciclist al României, la Constanța (14.45)
				Festivitatea finală de premiere, Turul Ciclist al României (15.30)
13 iunie	Duminică	08.00	Start Constanța	Ziua 10 – SOSIRE București
		18.00	Sosire București	
TOTAL				270 km x 10 zile = 2.700 km

A. Ruta București - Constanța

ORA	RUTA	OBSERVATII		
		Distanța	Timp	
08.00-12.00	București – Urziceni - Slobozia	120 km	4 ore	4 ore, 30 min.
12.00-12.30	Slobozia	Masa de prânz	30 min.	
12.30-18.00	Slobozia – Harsova – M.Kogălniceanu – Constanța	150 km	5 ore, 30 min.	5 ore, 30 min.
	TOTAL	270 km / Zi		10 ore

B. Ruta Constanța - București

ORA	RUTA	OBSERVATII		
		Distanța	Timp	
08.00-13.30	Constanța - M.Kogălniceanu – Harsova - Slobozia	150 km	5 ore, 30 min.	6 ore
13.30-14.00	Slobozia	Masa de prânz	30 min.	
14.00-18.00	Slobozia – Urziceni - București	120 km	4 ore	4 ore
	TOTAL	270 km / Zi		10 ore

Antrenor ciclism C.S. Voința București
Prof. Florin LEONTE, tel. 0744.158.497.



Biografie Florin LEONTE:

- domiciliu în București
- 43 de ani, necăsătorit
- antrenor voluntar de ciclism, la CS Voința București
- absolvent Institutul de Marină "Mircea Cel Bătrân", Constanța – 1985
- licențiat Facultatea de Educație Fizică și Sport, ANEFS, București – 1996
- curs Postuniversitar de Relații Publice, Universitatea București – 1997
- curs Postuniversitar de Științe Politice, SNSPA – 1998.

Despre Asociația BATE SAUA SĂ PRICEAPĂ IAPA :

Misiunea noastră: ... Implicarea activă în promovarea prin mijloace de comunicare conventionale și ne-conventionale a oricarei forme de deplasare în sa (calare), cu precădere cele 100% ecologice, adică cel pe bicicleta sau pe cal.
Obiectivele Asociației "BATE SAUA SA PRICEAPA IAPA":... Schimbarea mentalității cetățenilor României cu privire la utilitatea bicicletei în scopuri utilitare, turistice sau sportive.

Activitățile organizației "BATE SAUA SA PRICEAPA IAPA":

Asociația BATE SAUA SA PRICEAPA IAPA a elaborat o **nouă** strategie în patru direcții pentru a **dezvolta cultura bicicletei în mediul urban**. Aceste direcții se materializează în patru programe distincte, interconectate:

1. "Cu bicicleta la școală" – program destinat tinerilor în mod direct, părinților și profesorilor în mod indirect;
2. "Cu bicicleta la serviciu" – program destinat adulților, angajatori și angajați;
3. "Cu bicicleta la piață" – program destinat adulților, factorilor de decizie din marile lanțuri de hypermarket-uri și mall-uri
4. "Cu bicicleta la muzeu" – program destinat copiilor, tinerilor și adulților, dar și factorilor de decizie din administrația locală.

În 2007 și 2008, 2009, 2010 au fost inițiate campaniile:

- "VELORUȚIA. O REVOLUȚIE PE DOUĂ ROȚI" – campanie de sensibilizare a ROMÂNILOR pentru încurajarea utilizării bicicletei
- "VELORUȚIA NAȚIONALĂ" – program de promovare, informare și colaborare la nivelul autorităților centrale și locale în TOATE marile orașe ale țării
- "HARTA VELO" – program de colectare, prelucrare și prezentare a tuturor punctelor de interes pentru bicicliști în orașul București, materializând două situri informative: www.hartavelo.ro și www.velomap.ro

Vă mulțumim,
Cu deosebit respect,

Antrenor ciclism CS Voința București, Florin Leonte, Tel. 0744.158.497.

GeoBateSua / 0722 736694

Bateti Sua, nu pierdeti vremea (buna)!

www.batesaua.ro

<http://www.batesaua.ro/blog/>

www.velorutia.ro

<http://www.velorutia.ro/blog/>

<http://velobello.wordpress.com>

www.hartavelo.ro

o bicicleta in plus = o masina in minus: www.veloteca.ro