



Cupa Aktiv Râmnicu Vâlcea

3–4 Octombrie 2026

BULETINUL NR. 2

Competiție organizată împreună cu Vâlcea Forest Run (competiție de alergare montană și MTB)

Organizatori

- **Club organizator:** CS Aktiv Rm. Vâlcea
- **Parteneri:** Fundația Comunitară Vâlcea
- **Regulament tehnic:** Conform normelor Federației Române de Orientare

Calendarul competiției

Etapă 1 – Sprint Urban

Etapă nr. 6 din calendarul Campionatului Național de Sprint Urban al Federației Române de Orientare

Detaliu	Informație
Data	Sâmbătă, 3 octombrie 2026
Interval orar	16:00 – 18:00
Probă	Sprint Urban
Zona de concurs	Stadionul Zăvoi din Râmnicu Vâlcea și împrejurimile

Descriere: trasee rapide, cu densitate mare de posturi, zone urbane, alei, spații verzi, elemente construite de om. Respectarea regulilor de circulație și a zonelor interzise este obligatorie pentru toți participanții.

Atentie!!! In Parcul Zavoi se va desfasura intre orele 16:30 si 17:30 Cursa Copiilor de Orientare by Valcea Forest Run si vor fi cca 250 copii la start (start diferit de startul Cupei Aktiv), iar in zona Parcului Zavoi vor fi amplasate cca 10 posturi de control cu compotoare, marcate diferit de cele de la Cupa Aktiv (numerotate 1-10).

Parcare: coordonate GPS: 45.10208, 24.35320

Etapă 2 – Medie Distanță

Detaliu	Informație
Data	Duminică, 4 octombrie 2026
Interval orar	10:30 – 13:00
Probă	Medie Distanță
Zona de concurs	Muzeul Satului Vâlcean și pădurea Valea Bujoreanca, Bujoreni, Vâlcea

Descriere: relief variat, poteci, zone de pădure de foioase, pe alocuri de salcam, vegetatie variata, zone cu vizibilitate si alergabilitatea foarte buna, dar si zone cu vizibilitatea si alergabilitatea scazuta, traversări prin zone urbane, trasee tehnice, cu posturi fine. Accesul în zona Muzeului (traseul de intoarcere) se face controlat, pe traseu obligatoriu.

Atentie! In acelasi timp cu etapa de orientare se desfasoara cursa de MTB a Valcea Forest Run. Startul va fi decalat, dar sosiri ar putea sa fie in acelasi timp. Traversarea drumului din incinta Muzeului se va face conform traseului obligatoriu marcat pe harta. Atentie sporita la potentiali biciclisti!!! Vor exista arbitri de post pe traseu.

Marcajul copiilor M/F 10: banda de semnalizare rosu si alb.

Marcaj sosire – start: sageti si indicatoare (drum comunal + drum forestier).

Atenție! În curtea Muzeului este interzisă orice sursă de foc. Parcarea este amenajată special și se află la aproximativ 200–300 m de zona de sosire, cum se intra pe strada Muzeului, in dreapta.

Clasament și premiere

Clasamentul este cumulat pentru cele două etape. Premiera se va face duminică, după încheierea Etapei 2. Se acordă diplome și medalii pentru primele trei locuri la fiecare categorie, precum și premii de la sponsori.

Categorii de concurs

Pentru etapa de Sprint Urban sportivii sunt clasificați conform regulamentului referitor la categorii al Federației Române de Orientare. Pentru clasamentul general al Cupei AKTIV se vor premia cumulat cele 2 etape de individual astfel: MW10, MW12, MW14, MW16, MW18, MW20, MW21E, MW35, MW45, MW55, MW65, MW70+, Open incepatori, Familia – fara clasament.

Grupă	Categorii CUPA AKTIV
Copii	M/W 10, 12
Junior	M/W 14, 16, 18, 20
Seniori	M/W 21E
Masters	M/W 35, 45, 55, 65, 70+
Hobby	Open Începători, Familia

Înscrieri

- Online: Termenul 1 – 23.09.2026; Termenul 2 – 28.09.2026
- Taxe de participare, conform precizărilor Federației Române de Orientare.
- <https://www.orienteingonline.net/CompetitionBasicInfo.aspx?CompetitionID=14370>

Hărți și cartografie

- Sprint Urban: scara 1:4000 / echidistanța 2 m
- Medie Distanță: scara 1:7500 sau 1:10000 / echidistanța 5 m
- Actualizate/cartografiate 2026, conform standardelor ISSprOM și ISOM.

Cronometrare și sistem de punctare

- Sistem electronic de cronometrare (SportIdent)
- Start individual

Reguli generale

- Participanții concurează pe propria răspundere.
- Este obligatorie respectarea indicațiilor organizatorilor.
- Zonele marcate ca interzise pe hartă trebuie evitate.
- Recomandare: echipament adecvat, hidratare, atenție la trafic în zona urbană.

Date Tehnice

Rezumatul SU - Cupa Aktiv, et. I, Rm. Valcea				Rezumatul MD - Cupa Aktiv, et. II, Bujoreni			
M16,18,21,35	25	3.6km	15m	Fam./ FM10	8	1.2km	5m
F16,18,21,35	21	3.1km	15m	FM12	10	2.0km	20m
Fam./FM10	7	0.8km	0m	M14, F14, F65	12	2.4km	70m
FM12	10	1.5km	0m	OPEN M	13	2.8km	60m
FM14	13	2.1km	0 m	OPEN F	10	2.5km	60m
M45,55,65	17	2.7km	15m	F45, F16	13	2.7km	65m
F45,55,65, OpenM/F	15	2.4km	15m	M16,F18	14	3.2km	65m
				F21, F35, M45	15	3.4km	120m
				M18, M55, M65	15	3.4km	120m
				M21, M35	17	4.4km	160m

Echipa tehnică

- **Director Tehnic:** Alin Mesea
- **Trasator Sprint Urban:** Roșca Dionisie / **Control:** Deconescu Natalia
- **Trasator Medie Distanță:** Deconescu Natalia / **Control:** Roșca Dionisie
- **Coordonator eveniment, parteneriate, secretariat:** Oana Mesea

În parteneriat cu Vâlcea Forest Run & MTB



Competiția de orientare Cupa Aktiv se desfășoară în paralel cu evenimentul **Vâlcea Forest Run & MTB**, în aceleași zone logistice. Programul celor două evenimente este coordonat pentru a evita suprapunerile de trasee.

<https://www.fcvl.ro/vfr>

OPORTUNITATE

Sportivii de la orientare (16 ani +)* pot participa și la competiția Vâlcea Forest Run & MTB, atât la probele de alergare în pădure, cât și la probele de MTB. Copiii pot participa la MTB Kids. Taxa de participare este specială pentru sportivii legitimați care participă la etapa de Sprint Urban, taxă unică 50lei/etapă (include kit de participare cu tricou tehnic HG, nr.concurs, medalie, pasta party, acces la punctele de alimentare).

*14ani+ în cazul sportivilor legitimați, cu îndeplinirea prevederilor din Regulamentul Vâlcea Forest Run (<https://www.fcvl.ro/vfr/regulament>)

PROGRAM VÂLCEA FOREST RUN & MTB – CUPA AKTIV

Sâmbătă, 03.10.2026

- 14:00-15:00

Validare sportivi, la locul de SOSIRE Sprint Urban – Parcul Zăvoi, (coordonate GPS 45.10157, 24.35546). Predare kit-uri: (numere alergare, produse de la sponsori).

Parcare, coordonate GPS: 45.10200, 24.35320.

Atenție! Cei care sunt înscriși la cursele de alergare, Vâlcea Forest Run, vor intra în posesia kit-urilor Sâmbătă dimineața, între orele 8.30-9.30, zona Start Muzeul Satului Valcean.

- Ora 15:30 Inchidere carantina
- Ora 16:00 Primul Start, Sprint Urban, etapa 1 CUPA AKTIV.

Duminică, 04.10

- Zona de sosire - incinta Muzeul Satului. Coordonate GPS: 45.13973, 24.36604
- Parcarea este amenajată special și se află la aproximativ 200-300 m de zona de sosire, cum se intra pe strada Muzeului, in dreapta.
- Ora 11:00 - Primul Start, Medie Distanță, etapa 2 CUPA AKTIV
- Distanța de la Sosire până la Start: 1,4km / 80m, pe traseu marcat cu indicatoare.
- Premiere CUPA AKTIV – 14:00/14:30

Mai multe detalii mai jos si la telefon 0745454761 – Oana Mesea.

fcvl.ro/vfr/

Parcul Zăvoi

2026
VÂLCEA
FOREST RUN&MTB

Sâmbătă, 03.10

ORIENTARE & CURSA COPIILOR

14:30-15:30 Validare sportivi - CUPA AKTIV

16:00 Primul START Sprint Urban
Etapa 1 CUPA AKTIV (sportivi legitimați + OPEN începători)

15:00 - 16:00 Predare kituri pentru Cursa Copiilor NURVIL KIDS
Înscrieri la fața locului (fără kit de participare)

16:30 - 17:30 START decalat Cursa Copiilor NURVIL KIDS
(necronometrată)

**Sâmbătă
15:00-18:00
ATELIERE
ȘI JOCURI**

Sponsorii VFR 2026:

VOX DIANA FORVIA Annabella SUPER MERCATO Nurvil
Un eveniment organizat de:
mediasoft vision SIENIA PSE Gab RÂMNICU VÂLCEA VÂLCEA K

fcvl.ro/vfr/

Muzeul Satului

2026
VÂLCEA
FOREST RUN&MTB

Duminică, 04.10

ORIENTARE - CUPA AKTIV

11:00 Primul START Medie Distanță - Etapa 2 CUPA AKTIV
(sportivi legitimați + OPEN începători)

12:00 Pasta Party by Barilla & DIANA Gusturi Răsfățate

14:30 Premiere CUPA AKTIV (rezultate cumulate din cele două etape)

ÎNSCRIE-TE ACUM!

fcvl.ro/vfr/

Sponsorii VFR 2026:

VOX DIANA FORVIA Annabella SUPER MERCATO Nurvil
Un eveniment organizat de:
mediasoft vision SIENIA PSE Gab RÂMNICU VÂLCEA VÂLCEA K

Contact

Email: clubul.aktiv@gmail.com
 Telefon: 0745.45.47.61
 Website: www.fcvl.ro/vfr · www.clubaktiv.ro