



**FESTIVALUL  
SPORTURILOR  
GREENFIELD**

EVENIMEN

**IMPACT**

POWERED

**doraly.ro**

**13-14  
SEPTEMBRIE**

# **GHIDUL DE PARTICIPARE**

**TOAMNĂ - GREENFIELD BĂNEASA**



**ALERGARE  
PE POTECĂ  
ALERGARE VITEZĂ  
MOUNTAIN BIKE  
ORIENTARE  
SPORTIVĂ  
ÎNOT  
PROBE FAMILY  
CURSA COPIILOR**

[festivalulsporturilor.ro](http://festivalulsporturilor.ro)

# Dragă iubitor de mișcare,

## Bine ai venit la Festivalul Sporturilor Greenfield!

Ne bucurăm nespus că faci parte din povestea acestei ediții alături de cei peste 1650 de participanți înscriși. Împreună, transformăm un weekend obișnuit într-o adevărată sărbătoare a mișcării.

Traseele din Pădurea Tunari - Băneasa te așteaptă să le descoperi în ritmul tău, indiferent dacă ai ales să participi la o singură probă sau la mai multe. Fiecare pas, pedală sau lungime de braț ne aduce mai aproape unii de alții și de natura din jur.

La Festival, nu viteza e importantă, ci bucuria de a fi parte dintr-o comunitate unită de pasiunea pentru sport și pentru un stil de viață sănătos. Pentru noi, fiecare participant este un câștigător, pentru că ceea ce sărbătorim împreună este frumusețea mișcării.

Pe lângă probele sportive, vei găsi o mulțime de activități, jocuri și surprize pregătite pentru tine și pentru cei mici. Un cadru complet în care sportul se împletește cu distracția, relaxarea și prietenia.

Ți-am pregătit acest ghid ca să te ajute să-ți planifici experiența și să te bucuri la maximum de fiecare moment. Parcurge-l cu atenție și intră în spiritul festivalului.

**Hai să facem din acest weekend o amintire de neuitat, plină de energie, zâmbete și povești care rămân cu noi mult timp după finish!**

EVENIMENT

IMPACT

POWERED BY

doraly<sup>ro</sup>

**13-14 SEPTEMBRIE**



**FESTIVALUL  
SPORTURILOR  
GREENFIELD**

**PĂDUREA TUNARI - BĂNEASA**

[festivalulsporturilor.ro](http://festivalulsporturilor.ro)

# CUPRINS

1. PROGRAMUL FESTIVALULUI SPORTURILOR 2025
2. RIDICARE KITURI
3. NUMĂRUL DE CONCURS
4. INFORMAȚII TRASEE
5. TIMPI LIMITĂ, POSTURI ALIMENTARE.
6. LISTA DE START LA PROBA DE ÎNOT.
7. NOUTĂȚI. CATEGORIILE FAMILY.
8. ECHIPAMENT RECOMANDAT. VREMEA.
9. ZONA FESTIVAL
10. CUM AJUNG LA EVENIMENT
11. PRODUSE PERSONALIZATE

# PROGRAM

## VINERI, 12 SEPTEMBRIE

**15:00 - 21:00** Ridicare kituri și înscrieri la fața locului la toate probele sportive - Greenfield Plaza

## SÂMBĂȚĂ, 13 SEPTEMBRIE

**07:30 - 16:00** Ridicare kituri și înscrieri la fața locului la toate probele sportive - Greenfield Plaza

**08:40 - 08:55** Moment de încălzire susținut de Wellness Club by Greenfield

**09:00** **Start Orientare Sportivă**

**09:00** **Start Orientare Family**

**11:00** **Start Mountain Bike Family**

**11:15-12:00** Tur Dendrologic în Pădurea Tunari ținut de inginerii silvici de la Plantăm Fapte Bune

**12:00** Festivitatea de premiere pentru proba de Orientare Sportivă

**12:15-13:00** Tur Dendrologic în Pădurea Tunari ținut de inginerii silvici de la Plantăm Fapte Bune

**12:40 - 12:55** Moment de încălzire - Avenor College

**13:00 - 14:20** **Start Cursa Copiilor** - 9 categorii cu start de aprox. 10 minute între ele

**14:30** Moment de balet ținut de copii coordonați de Paula Stoia

**14:40** Moment de judo ținut de copii coordonați de Eduard Popa

**14:50** TOMBOLĂ Cursa Copiilor

**15:10-15:25** Moment de încălzire - Wellness Club by Greenfield

**15:30** **Start Alergare Viteză 1 km**

**16:30** Festivitatea de premiere pentru proba de alergare viteză

**17:00** **Start Inot la Greenfield Wellness Club**

**18:00** Festivitatea de premiere pentru proba de înot

## DUMINICĂ, 14 SEPTEMBRIE

**07:30 - 08:30** Ridicare kituri pentru probele de Alergare pe potecă (doar pentru cei care sunt din afara Bucureștiului și situații excepționale)

**08:30 - 13:00** Ridicare kituri și înscrieri la fața locului la probele de mountain-bike

**08:40-08:55** Moment de încălzire - Wellness Club by Greenfield

**09:00** **Start Alergare pe potecă 5 km**

**09:00** **Start Alergare pe potecă 11 km**

**09:00** **Start Alergare pe potecă 21 km**

**09:05** **Start Alergare pe potecă Family**

**11:00-11:10** Moment de stretching - Wellness Club by Greenfield

**12:10 - 12:20** Moment de încălzire - Wellness Club by Greenfield

**12:30** **Start Mountain Bike 15 km**

**12:50** **Start Mountain Bike 29 km**

**12:50** **Start Mountain Bike E-bike**

**15:30** Festivitatea de premiere la Alergare pe potecă și Mountain Bike. Înmânarea trofeelor multisport la finisherii cu 5 probe sportive și categoria family care a participat la 3 probe sportive

# INFORMAȚII DESPRE KITURI

Pentru **ridicarea kit-ului de participare** este necesar să prezinți actul de identitate și declarația pe proprie răspundere.

**Declarațiile pot fi descărcate de aici**

**ATENȚIE!** Ridicarea kit-ului se va face personal doar cu actul de identitate.

**Click aici pentru locație ridicare kit-uri**

**Înscrierile la fața locului** se vor face tot la Greenfield Plaza, în limita locurilor disponibile, la toate probele sportive, mai puțin la proba de înot și la categoriile Family.



# NUMĂRUL DE CONCURS

Fiind un eveniment cu mai multe probe sportive, vor exista mai multe numere de concurs, și anume:

**UN NUMĂR DE CONCURS cu CIP PENTRU PROBELE:**  
**Alergare pe potecă 5 km (verde), 11 km (albastru), 21 km (roșu) și family (verde)**



**UN NUMĂR DE CONCURS cu CIP PENTRU PROBELE:**



**UN NUMĂR DE CONCURS FĂRĂ CIP PENTRU PROBA:**  
**MTB Family**



**UN NUMĂR DE CONCURS CU SAU FĂRĂ CIP PENTRU PROBELE:**

**Orientare și Orientare Family**

Dacă ești înscris la o probă de Alergare, vei folosi numărul de la proba de Alergare. Dacă nu, vei primi un număr nou. La Proba de Orientare se va folosi un CIP reutilizabil, pe care îl vei primi la start și îl vei returna la finish.

[VEZI CLASAMENT](#)

# NUMĂRUL DE CONCURS

**UN NUMĂR DE CONCURS FĂRĂ CIP PENTRU PROBA**

**Alergare viteză**



**UN NUMĂR DE CONCURS FĂRĂ CIP PENTRU**



**Atenție la alegerea numărului de concurs pentru fiecare probă. PARTICIPAREA LA O PROBĂ CU UN ALT NUMĂR DECÂT CEL DEDICAT, DUCE LA DESCALIFICARE.**

Numărul de concurs trebuie să fie atașat de echipament și în mod obligatoriu trebuie să fie vizibil pe partea din față a concurentului pe toată perioada concursului sau pe ghidon, neacoperit de cabluri, în cazul probei de Mountain Bike.

Clasamentul va fi afișat în timp real online.



**VEZI CLASAMENT**

# TRASEE

**Descrierea actualizată a traseelor se găsește pe site în rubrica [Probe](#)**

*Cele mai importante informații sau noutăți vor fi transmise la starturile probelor, printr-un scurt briefing.*

*Toate traseele sunt curățate în măsura posibilităților și sunt marcate cu bandă Festivalul Sporturilor, Doraly și Greenfield Băneasa. Dacă nu vezi banda de semnalizare timp de 2 minute, te rugăm să te întorci și să cauți direcția semnalizată de la ultimul punct cunoscut.*

## BANDA DE MARCARE



### **Important!**

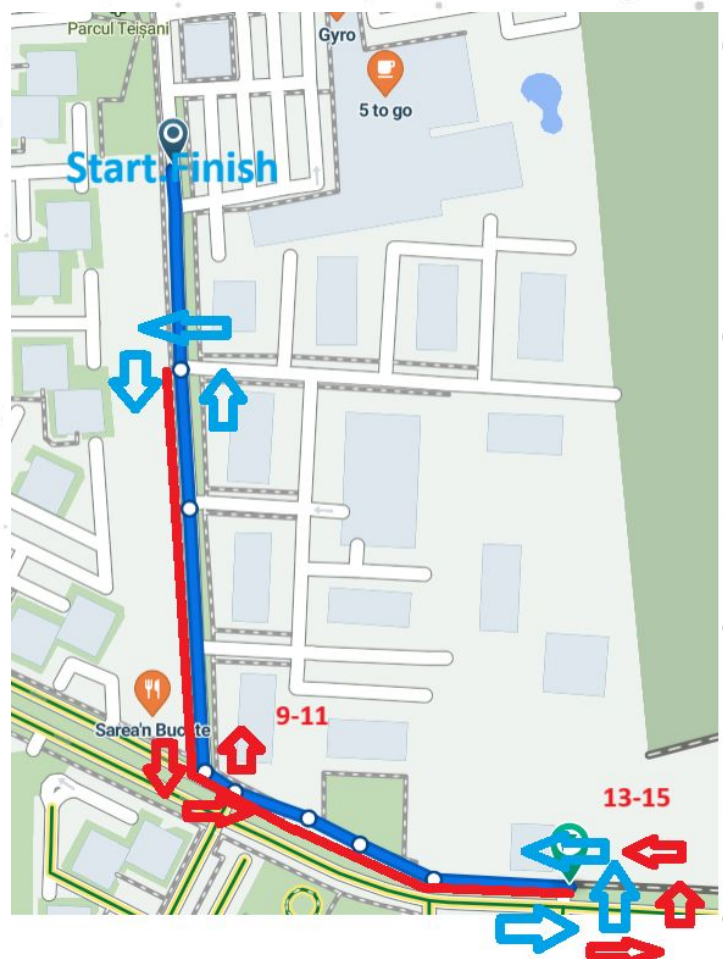
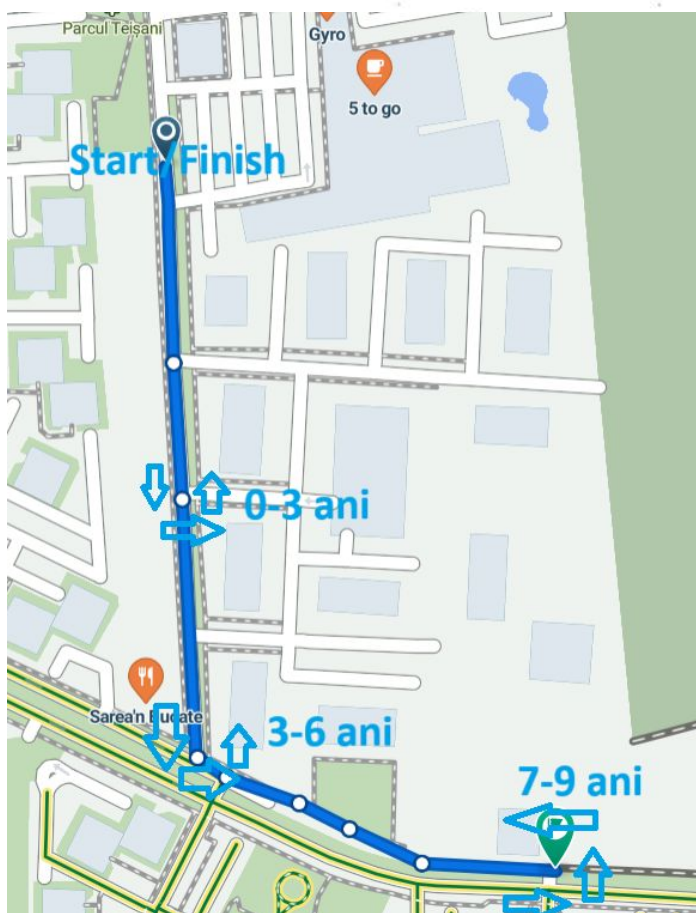
**Din cauza furtunii puternice din luna Iulie, traseele au fost mutate în Pădurea Tunari – parte din Pădurea Băneasa – [detalii AICI](#).**



# CURSA COPIILOR

**Constă într-o probă de alergare pentru cei mici. Pentru că ei sunt viitorul, punem accentul pe faptul că sportul trebuie să fie un mod de a petrece a timpului liber.**

**Părinții și participanții îi vor putea încuraja pe cei mici și le vor putea face galerie pe tot parcursul traseului. Copiii vor alerga în Cartierul Greenfield Băneasa Residence. Înscrierile se vor face online și la fața locului, în limita locurilor disponibile.**



# PROBA DE ÎNOT

Click [aici](#) pentru LISTA DE START

# TIMPI LIMITĂ

**2 ORE**      **Alergare pe Potecă 5 km și 11 km**

**3 ORE 30**      **Alergare pe Potecă 21 km**

- timp limită intermediar 1 oră 35 la kilometrul 10

**2 ORE 30**      **Ciclism 15 km**

**3 ORE 30**      **Ciclism 29 km**

- timp limită intermediar 1 oră 35 la kilometrul 14

**1 ORĂ**      **Orientare**

# PUNCTE DE ALIMENTARE

**ORIENTARE SPORTIVĂ: FINISH ALIMENTARE**

**CURSA COPIILOR: FINISH ALIMENTARE**

**ALERGARE PE POTECĂ 5KM: KM 1,5 HIDRATARE, FINISH ALIMENTARE**

**ALERGARE PE POTECĂ 11KM: KM 1,5 HIDRATARE, KM 6,6 și FINISH ALIMENTARE**

**ALERGARE PE POTECĂ 21K: KM 1,5, KM 11,5 HIDRATARE, KM 6,5/16,5/ FINISH ALIMENTARE**

**MTB 15K: KM 6,5/FINISH ALIMENTARE**

**MTB 29K + ETMB: KM 6,5/20,5/FINISH ALIMENTARE**

# ECHIPAMENT RECOMANDAT / OBLIGATORIU

## PROBELE DE ALERGARE POTECĂ + ORIENTARE

	RECOMANDAT	OBLIGATORIU
PANTOFI SPORT TRAIL	●	
BENTIȚĂ/ȘAPCĂ	●	
BORSETĂ/RUCSAC	●	
BIDON CU APĂ	●	

## PROBELE DE MOUNTAIN BIKE

	RECOMANDAT	OBLIGATORIU
MTB CU ROȚI DE MINIM 26 INCH		●
*CASCĂ OMOLOGATĂ		●
** KIT DE PANĂ	●	
MĂNUȘI DE BICICLETĂ	●	

**LA TOATE PROBELE ESTE OBLIGATORIU SĂ PORȚI NUMĂRUL DE CONCURS și acesta să fie vizibil de către voluntarii de pe traseu, astfel încât să fii direcționat în direcția bună.**

*\*exceptând copiii care participă la categoria Family*

*\*\*purtată pe cap pe tot parcursul concursului. Lipsa purtării căștii duce automat la descalificare și imposibilitate de luat startul.*

## VREMEA

Vremea se anunță însorită, vor fi temperaturi de 28-29 grade Celsius.

# ZONA START-SOSIRE

## **GARDEROBA ȘI VESTIARELE**

Sunt amplasate în apropierea porții de start, în Zona Expo.

Cei care vor participa la toate probele își vor putea lăsa bicicletele pe parcursul celorlalte probe, excepție făcând proba de Mountain-Bike.

## **SERVICE-UL DE BICICLETE**

Click4Sport vor fi prezenți pentru a oferi asistență înainte de startul probei de ciclism, în zona de start, atât sâmbătă cât și duminică. La finalul cursei participanții pot spăla bicicletele la JD365 Spălătorie Auto Self Service contracost.

## **TOALETE**

Se vor afla în incinta Greenfield Plaza dar și cele ecologice vor fi amplasate în apropierea culoarului de start.

## **ÎNCĂLZIREA**

Înainte de startul fiecărei probe cu câteva minute vei putea lua parte la încălzirea susținută de prietenii de la Wellness Club by Greenfield, la probele de adulți cât și Avenor College la cele de copii.

## **MASAJ**

Momentul tău de relaxare după participarea la o probă sportivă este oferit de prietenii de la Zenco SPA pe care îi găsești lângă standul Impact.

## **POSTURI ALIMENTARE**

Vei găsi isotonic Gold Nutrition, apă plată de la partenerul de hidratare Aqua Carpatica, cașcaval de la Delaco și băuturi carbogazoase, banane, portocale, biscuiți sărați, biscuiți dulci, ciocolată, alune, glucoză, jeleuri, napolitane, etc. de la Selgros Cash&Carry.

## **POSTURI HIDRATARE**

Vei găsi isotonic Gold Nutrition și apă plată Aqua Carpatica în pahare de carton.

# ZONA EXPO

Zona Expo va cuprinde pavilioane ale partenerilor și sponsorilor care vor expune și comercializa diverse produse, precum cele de nutriție sportivă, articole sportive, produse de întreținere și multe surprize.

IMPACT, sponsorul principal al evenimentului, v-a pregătit o zonă de Fotobooth, pentru a immortaliza momentul.

## CAUZE SOCIALE

Continuăm și anul acesta cu susținerea cauzelor sociale ale următoarelor asociații:

1. **Asociația Salvează Viața unui Copil**
2. **HOSPICE - Casa Speranței**
3. **Plantăm Fapte Bune în România**

**Caravana Pădurii** aduce pădurea mai aproape de oameni, nu doar ca loc de mișcare și recreere, ci și ca univers fascinant plin de arbori, plante și povești.

În ultimul an, Caravana Pădurii a ajuns la aproape 14.000 de elevi din 110 școli din peste 20 de județe din țară, oferindu-le ocazia să descopere natura altfel: prin joacă, observație și conectare reală cu mediul. La Festivalul Sporturilor, poți experimenta asta și tu!

Hai la **turul dendrologic din Pădurea Tunari**, unde vei învăța:

- să recunoști speciile de arbori și cum se adaptează ele mediului
- care este rolul pădurii în viața noastră de zi cu zi
- ce putem face fiecare dintre noi pentru a proteja natura

Sâmbătă, 13 septembrie - Două sesiuni: ora 11:15 și ora 12:15

Punct de plecare: pavilionul Plantăm Fapte Bune

Intră în lumea pădurii, descoperă, observă și conectează-te cu natura.

Iar bucuria nu se oprește aici. Pe toată durata festivalului, Plantăm Fapte Bune aduce și o serie de jocuri uriașe din lemn, care îi vor cuceri deopotrivă pe cei mici și pe cei mari.

**Vei putea să te distrezi cu Connect, X și O, Cornhole, Tangram, Bătălia dopurilor, Aruncarea inelelor și a bilelor, Labirint vertical, Contrabalans, Hrănește animăluțele și Țintă cu elastice.**

Activități simple, dar pline de farmec, care transformă joaca în experiențe de conectare cu familia, cu prietenii și cu natura.

## ACTIVITĂȚI COPII

- **Pictură pe figurine 3D de ipsos**
- **Picturi și jocuri la standurile SVUC**
- **Activități de tras cu arcul**
- **Jocurile susținute de Plantăm Fapte Bune în România**

# CUM AJUNG

## Drumul de acces

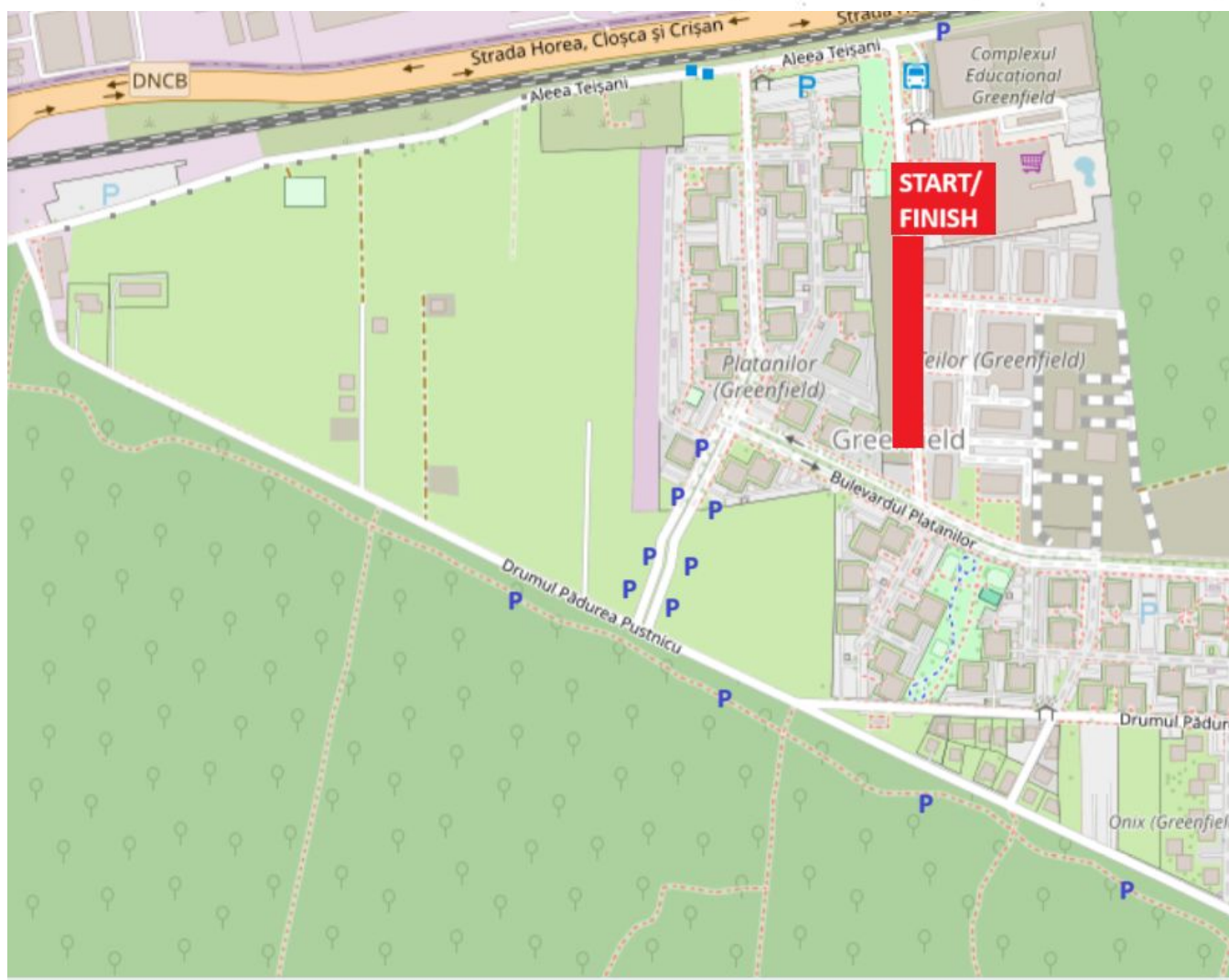
Accesul spre Greenfield se face prin Aleea Teișani și prin Drumul Pădurea Pustnicu cu intrare din DNI București – Ploiești.

Vor exista locuri de parcare, dar îți recomandăm să te deplasezi cu mijloacele de transport în comun.

În cartier există un **terminal STB** modern care asigură accesul rezidenților la transportul public de călători al Municipiului București. **Linia 204** face legătura între Greenfield și metrou Străulești, iar **linia 203** face legătura între Greenfield și Piața Presei.

## Parcare

Locurile de lângă zona de start, se vor termina repede, așa că îți recomandăm să parchezi în zona Drumul Pădurea Pustnicul și pe Bulevardul Platanilor, pe o bandă dintre cele două conform schiței de mai jos!



# PRODUSE PERSONALIZATE

Indiferent ce sport practici, echipamentul adecvat este extrem de important! Iar dacă e și frumos, parcă altfel merg antrenamentele și cursele.

Noi le-am testat deja și tare mult ne plac!

**Produsele personalizate Festivalul Sporturilor** vor putea fi achiziționate din zona de ridicare a kit-ului, deci poți să le vezi și să alegi ce îți se potrivește.

Sunt la prețuri promoționale, confortabile și făcute din materiale specifice practicării mișcării în aer liber.

## KIT EXTRA



1. **Tricou de alergare - feminin**
2. **Fustă de alergare**
3. **Tricou de alergare - masculin**
4. **Bandană multifuncțională**
5. **Bentiță**
6. **Bluză cu mânecă lungă**
7. **Încălzitoare de brațe**
8. **Tricou de ciclism**
9. **Pantaloni de ciclism**
10. **Brâu de alergare**
11. **Tricou 2025**



# EVENIMENTE TABERE ȘI CIRCUITE 2026

Evenimentele **Tabere și Circuite** sunt create din dorința de a ne bucura cât mai mult de natură, la pas, pe bicicletă sau în alergare.

Vara descoperim zone ale României în circuite de Mountain Bike și organizăm contexte de dezvoltare prin sport și activități în natură pentru copii, sub forma taberelor de vară.



**TABERE SI CIRCUITE.RO**  
**ALERGARE SCHI SI MTB**

SILVIU BALAN.RO



Iarna străbatem munții României pe schiuri de tură alături de adulții pasionați de natură și îi îndrumăm pe cei mici să învețe sau să își îmbunătățească tehnica de schi alpin în taberele de schi pentru copii.

Mai nou, ne-am extins activitatea și peste hotare, organizând tabere de schi pentru copii în Austria și, în premieră, un circuit pe E-Bike în Toscana, Italia.

**Taberele de schi pentru copii** planificate pentru sezonul 2025-2026 sunt:

- **Stubai, Austria**, 15-21 Decembrie (6 nopți/ 7 zile) - mai sunt 3 locuri disponibile
- **Poiana Brașov**, 4-9 ianuarie 2026 (5 nopți - 6 zile) - deschidem înscrierile la finalul lunii septembrie
- **Poiana Brașov**, 15-20 februarie 2026 (5 nopți - 6 zile) - deschidem înscrierile la finalul lunii septembrie

Mai multe detalii despre **taberele de schi de tură** pentru adulți vor fi anunțate în curând!



# HAI LA FESTIVALUL SPORTURILOR GREENFIELD BĂNEASA ȘI FII PARTE DIN MIȘCARE!

Anul acesta ne-am adunat o echipă de 160 de voluntari și coordonatori, toți pregătiți să transforme Festivalul Sporturilor Greenfield într-o experiență de neuitat pentru tine.

Zâmbește-ne când ne vezi la ridicarea kit-ului, pe traseu, la punctele de alimentare sau la finish! Vom fi acolo să te încurajăm la fiecare pas.

Începând de azi, vom fi mai puțin prezenți online, pentru că suntem pe teren și punem la punct ultimele detalii. Așa că răspunsurile la mesaje sau email-uri pot întârzia puțin.

Parcurge cu atenție acest ghid și informațiile de pe site, ca să profiți la maxim de toate surprizele și momentele frumoase pe care le-am pregătit.

Abia așteptăm să ne întâlnim... să alergăm, să ne distrăm și să ne bucurăm împreună de mișcare!

Echipa Festivalului Sporturilor Greenfield

**MAI MULTE DETALII GĂSEȘTI PE SITE-UL OFICIAL !**





# -15%

LA PRODUSELE RONHILL CU CODUL

**RONHILL15**



CAMPANIE PROMOȚIONALĂ, VALABILĂ PÂNĂ LA DATA DE 21 SEPTEMBRIE 2025, EXCLUSIV PE [WWW.SPORTGURU.RO](http://WWW.SPORTGURU.RO) LA PRODUSELE RONHILL, DIN COLECȚIA PRIMĂVARĂ/VARĂ 2025.

Primul centru ZENco SPA lansat în incinta Wellness Club by Greenfield este locul perfect pentru relaxare și revitalizare!

## ZENCO SPA

Terapeuții centrului sunt exclusiv din țări asiatice, au o vastă experiență în cele mai cunoscute centre spa din Orient pentru a vă asigura că fiecare vizită la noi este o călătorie completă către echilibru și armonia interioară.

La prima terapie  
vă oferim

Contact:  
+40 724 526 103  
[booking@zencospa.ro](mailto:booking@zencospa.ro)  
[zencospa.ro](http://zencospa.ro)

CADOU  
15 minute de masaj!



# FESTIVALUL SPORTURILOR GREENFIELD

EVENTIMENT

## IMPACT

POWERED BY

## doraly.ro

### 13-14 SEPTEMBRIE GREENFIELD BĂNEASA

#### SPONSORI GOLD



#### SPONSORI BRONZE

### GlobalLogic®



### avenor college

#### ORGANIZATOR



#### PARTENER RADIO



#### PARTENER DE NUTRIȚIE



#### PARTENER HIDRATARE



#### PARTENER SPORTIV



#### PARTENER MOBILITATE



#### PARTENERI

