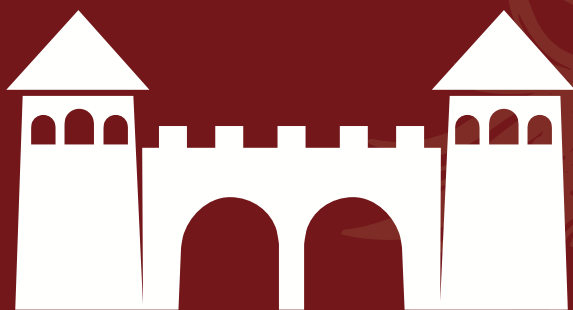




**11 OCTOMBRIE
2025**



SEMIMARATON POROLISSUM

PASIUNE PENTRU ALERGARE



CASTRUL ROMAN POROLISSUM | ISTORIE | NATURĂ | PASIUNE PENTRU ALERGARE

CASTRUL ROMAN POROLISSUM | ISTORIE | NATURĂ | PASIUNE PENTRU ALERGARE



**SEMIMARATON
POROLISSUM**
PASIUNE PENTRU ALERGARE



Dragi atleți și pasionați ai sportului,

Club Sportiv Todo Run Zalău vă urează bun venit la **ediția a III-a** a concursului de alergare montană **SEMIMARATON POROLISSUM, 2025**.

Cu mare bucurie vă anunțăm că suntem pregătiți să dăm startul celei de-a treia ediții a concursului de alergare montană **SEMIMARATON POROLISSUM**, sâmbătă, 11 octombrie, zi pe care dorim să o dedicăm împreună sportului și pasiunii noastre pentru alergare.

În aceeași măsură, ne dorim ca **SEMIMARATON POROLISSUM**, să devină o competiție cu tradiție, o întâlnire anuală într-un loc încărcat cu istorie milenară, o cursă a bucuriei și ambiției.

Startul și sosire vor fi amplasate în cel mai emblematic loc din Județ: Castrul Roman Porolissum, respectiv în inima Amfiteatrului, loc din care veți avea ocazia să descoperiți cele mai frumoase priveliști pe care le are Sălajul.

Chiar dacă ești un atlet experimentat sau ești la început de drum, atletismul oferă o oportunitate de neegalat în a te provoca pe tine și pe ceilalți, să îndrăznești mai mult, să te autodepășești, să simți bucuria victoriei.

La cursele competitive, toți cei de peste 16 ani, indiferent de realizările anterioare, sunt primiți cu brațele deschise pentru a-și verifica abilitățile în condiții egale.

Suntem convinși că premiile și trofee puse în joc pentru câștigători vor stimula ambiții, vor stârni dorințe de depășire a propriilor limite, vor antrena în curse cele mai neabătute resurse interioare pentru realizarea obiectivelor propuse.

Așteptările noastre, ale organizatorilor, sunt de a avea la start peste 500 participanți din țară și străinătate iar evenimentul nostru promitem să fie o sărbătoare națională a alergării și a spiritului sportiv.

La concursul de alergare montană **SEMIMARATON POROLISSUM** sunt planificate două curse competitive și una necompetitivă:

-  **SEMIMARON HIDRONIC 23KM** - cursă competitivă
-  **CURSA SALAMANDRELOR 12KM** - cursă competitivă
-  **TURUL SANTINELELOR 1,6KM** - cursă necompetitivă

Participarea ca spectator este gratuita

Mulțumim **Consiliului Județean Sălaj** pentru solitudinea arătată în organizarea competiției și **ADI Țara Sîlvaniei** pentru disponibilitatea manifestată pe tot parcursul pregătirii acestui concurs.

11 OCTOMBRIE 2025

Scopul nostru este să oferim tuturor o experiență de neuitat prin alergările pe categorii de vârstă ce vor străbate Meseșul și poalele lui, prin sportivitate exemplară, prin ambiția de a termina cursa și prin trăirea bucuriei de a câștiga.

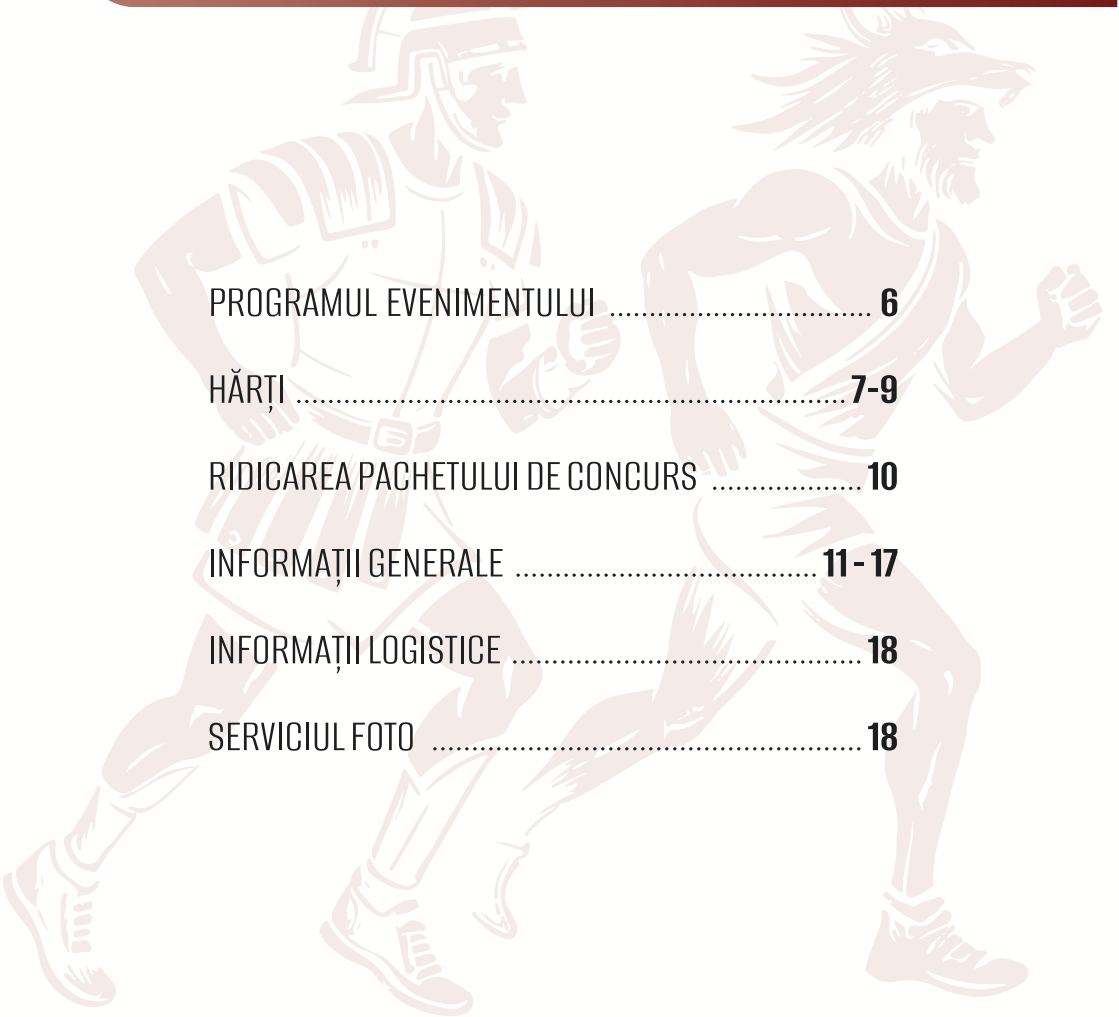
Vă mulțumim pentru că sunteți aici și vă dorim o cursă de succes tuturor.

Ne vedem la **START!**... și bineînțeles și la **SOSIRE!**

Echipa de organizare a **Semimaraton Porolissum.**



CUPRINS



PROGRAMUL EVENIMENTULUI 6

HĂRȚI 7-9

RIDICAREA PACHETULUI DE CONCURS 10

INFORMAȚII GENERALE 11 - 17

INFORMAȚII LOGISTICE 18

SERVICIUL FOTO 18

PROGRAMUL EVENIMENTULUI

VINERI 10 OCTOMBRIE

15:00 - 20:00 Ridicarea pachetului de concurs,
sala de sport a Liceului cu Program Sportiv
"Avram Iancu", strada Avram Iancu,
nr. 38 – Brădet, județul Sălaj.

SĂMBĂTĂ 11 OCTOMBRIE

07:30 - 11:30 Ridicarea pachetului de concurs, CASTRUL ROMAN
POROLISSUM, AMFITEATRU/secretariat, localitatea
Moigrad, județul Sălaj;

09:00 Ora de deschidere a concursului, AMFITEATRUL ROMAN;

09:45 Start 🏁 **SEMIMARATON HIDRONIC 23 KM;**

10:15 Start 🐸 **CURSA SALAMANDRELOR 12 KM;**

13:00 Start 🏰 **TURUL SANTINELELOR 1,6 KM;**

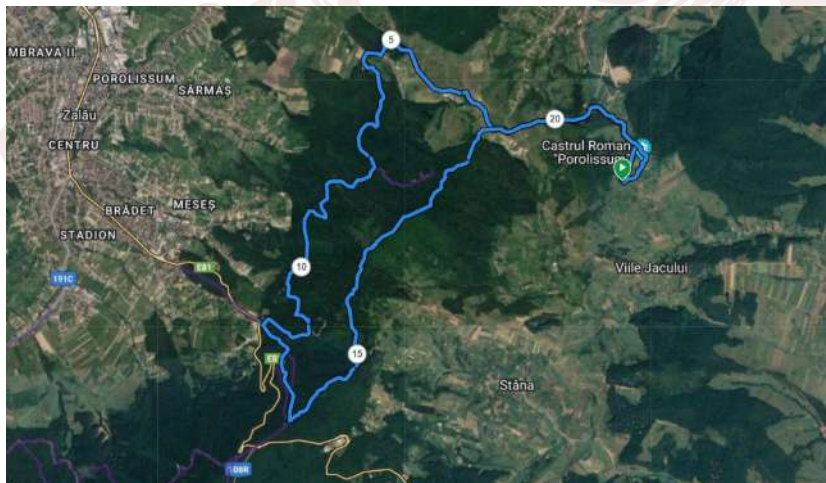
14:00 Festivitatea de premiere.



HĂRȚI



SEMIMARON HIDRONIC 23KM

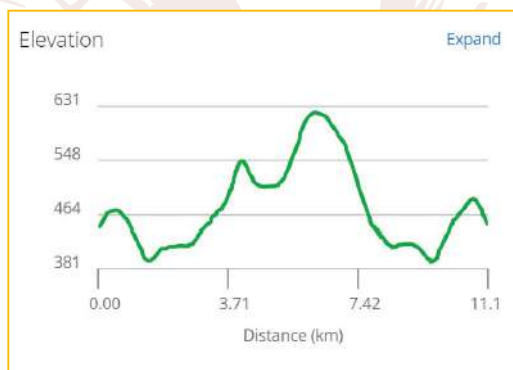
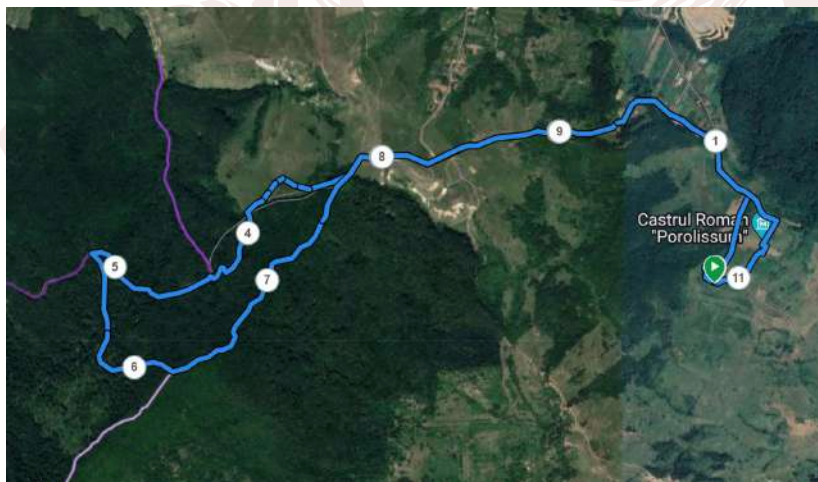


11 OCTOMBRIE 2025

HĂRȚI



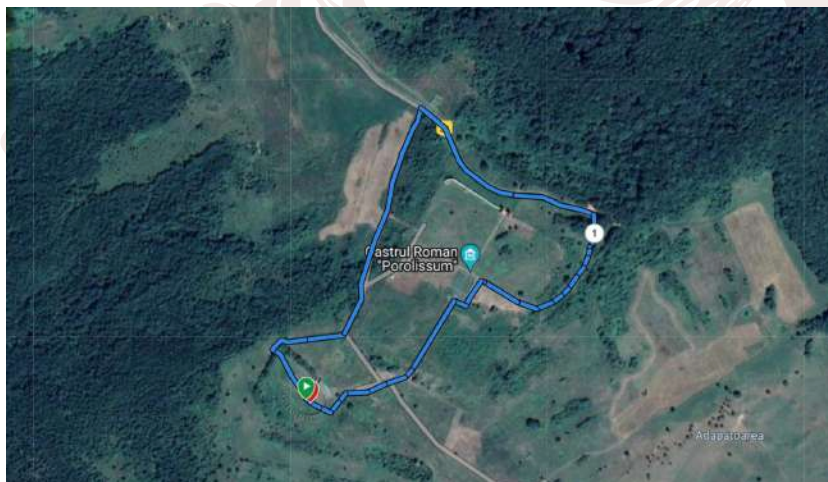
CURSA SALAMANDRELOR 12KM



HĂRȚI



TURUL SANTINELELOR 1,6KM

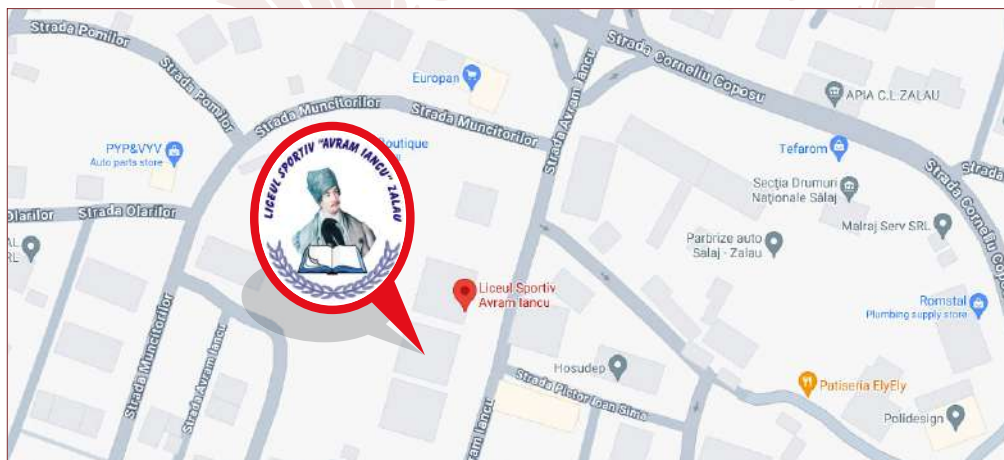


11 OCTOMBRIE 2025

RIDICAREA PACHETULUI DE CONCURS

VINERI 10 OCTOMBRIE ORELE 15:00 – 20:00

SALA DE SPORT A LICEULUI CU PROGRAM SPORTIV **"AVRAM IANCU"** ZĂLAU,
strada Avram Iancu, nr. 38 - Brădet, județul Sălaj



INFORMAȚII GENERALE

Vineri 10 octombrie orele 15:00 - 20:00

Pachetul și numărul de concurs pot fi ridicate de la sala de sport a Liceului cu Program Sportiv „Avram Iancu” Zalău situat pe strada Avram Iancu, Nr. 38, Zalău, Județul Sălaj.

Sâmbătă 11 octombrie orele 7:30 – 11:30

Pachetul și numărul de concurs vor putea fi ridicate de la Castrul Roman Porolissum, zona Amfiteatru.

Pachetul de concurs poate fi ridicat și de către terți, cu autorizație scrisă și fotocopie a unui act de identitate valabil.

Pentru a asigura siguranța și asistență maximă, sportivii sunt rugați să completeze pe spatele numărului de concurs informațiile indicate: grupa sanguină și număr de telefon a persoanei de contact în caz de urgență.

CULORI NUMERE DE CONCURS

-  SEMIMARATON HIDRONIC 23 KM - CURSĂ COMPETITIVĂ **ALBASTRU**
-  CURSA SALAMANDELORE 12 KM - CURSĂ COMPETITIVĂ **GALBEN**
-  TURUL SANTINELELOR 1,6 KM - CURSĂ NECOMPETITIVĂ **ROȘU**

11 OCTOMBRIE 2025

BĂUTURI RĂCORITOARE

Sunt oferite următoarele băuturi răcoritoare:

SEMIMARATON HIDRONIC 23KM

- km 5** - apă, cola, săruri;
 - km 7,5** - apă, săruri, fructe și suplimente;
 - km 12** - apă, cola, săruri, fructe și suplimente;
 - km 14,5** - apă, cola, săruri, fructe;
 - km 19** - apă, cola, săruri, fructe;
-

CURSA SALAMANDRELOR 12KM

- Km 3** - apă, cola săruri;
- Km 5** - apă, cola, săruri, fructe și suplimente;
- Km 8** - apă, cola, săruri;

După zona de sosire va fi amenajat și asigurat un punct de răcoritoare cu lichide, săruri, alimente solide dulci și sărate, fructe.

Paharele puse la dispoziție vor fi din material reciclabil, pentru a limita consumul de plastic în cadrul evenimentului.



Descoperiți produsele recomandate de
PARTENERII NOȘTRII
HIGH ENERGY ROMANIA și **PERKINDOL**
pentru a profita la maxim de concurs!



Planul corect de utilizare
al produselor poate fi
decisiv în succesul
performanței tale.
Excelența produselor
HIGH ENERGY ROMANIA
și **PERKINDOL**
vor fi aliații tăi în
această provocare.

11 OCTOMBRIE 2025

TIMP LIMITĂ

Pentru cursele programate sunt stabilite următoarele limite de timp:

-  **SEMIMARON HIDRONIC 23KM : 4h 00 minute**
-  **CURSA SALAMANDRELOR 12km: 2h 30 minute**
-  **TURUL SANTINELELOR 1,6km: 30 minute**

DEPOZITAREA BAGAJELOR

SÂMBĂȚĂ 11 OCTOMBRIE orele 7:30 - 13:00 la cortul special amenajat pentru bagaje.

TIMP ȘI CLASAMENTE

Clasamentul și ordinea de sosire la **SEMIMARATON POROLISSUM 2025**, vor fi disponibile în timp real pe un monitor HD cât și pe contul de Facebook al evenimentului Semimaraton Porolissum, **porolissumtrail.ro** sau pe **my-run.ro**.

Înregistrarea timpilor și prelucrarea clasamentelor vor fi realizate printr-un sistem electronic cu chip de unică folosință.

PREMII

Următoarele premii oferite de către organizatori la **SEMIMARATON POROLISSUM**, în cursele competitive:

- Premii în bani pentru primii trei bărbați la OPEN și primele trei femei la OPEN;
- Premii în bani pentru primii trei bărbați și primele trei femei, din fiecare categorie de vârstă.

CATEGORII

- **BĂRBAȚI** - OPEN, CATEGORIE: 16 - 29, 30 - 39, 40 - 49, 50 - 59, 60+
- **FEMEI** - OPEN, CATEGORIE: 16 - 29, 30 - 39, 40 - 49, 50 - 59, 60+
- CATEGORIE: 6 - 10, 11 - 14 ANI **BĂIEȚI**
- CATEGORIE: 6 - 10, 11 - 14 ANI **FETE**

PREMII ÎN BANI OPEN, **SEMIMARON HIDRONIC 23KM**

LOCUL I - 1700 LEI	LOCUL II - 1400 LEI	LOCUL III - 1000 LEI
--------------------	---------------------	----------------------

PREMII ÎN BANI CATEGORIE, **SEMIMARON HIDRONIC 23KM**

LOCUL I - 350 LEI	LOCUL II - 250 LEI	LOCUL III - 150 LEI
-------------------	--------------------	---------------------

PREMII ÎN BANI OPEN, **CURSA SALAMANDRELOR 12KM**

LOCUL I - 1200 LEI	LOCUL II - 1000 LEI	LOCUL III - 800 LEI
--------------------	---------------------	---------------------

PREMII ÎN BANI CATEGORIE, **CURSA SALAMANDRELOR 12KM**

LOCUL I - 250 LEI	LOCUL II - 150 LEI	LOCUL III - 100 LEI
-------------------	--------------------	---------------------

PREMII ÎN BANI, **TURUL SANTINELELOR 1,6KM, CATEGORIA 6-10 ANI**

LOCUL I - 300 LEI	LOCUL II - 250 LEI	LOCUL III - 200 LEI	LOCUL IV - 150 LEI	LOCUL V - 100 LEI
-------------------	--------------------	---------------------	--------------------	-------------------

PREMII ÎN BANI, **TURUL SANTINELELOR 1,6KM, CATEGORIA 11-14 ANI**

LOCUL I - 300 LEI	LOCUL II - 250 LEI	LOCUL III - 200 LEI	LOCUL IV - 150 LEI	LOCUL V - 100 LEI
-------------------	--------------------	---------------------	--------------------	-------------------

11 OCTOMBRIE 2025

TRICOUL OFICIAL AL COMPETIȚIEI

DESCOPERĂ inclus în pachetul
NOUL TRICOU competiției
SEMIMARATON POROLISSUM pentru participanți!



MEDALIA DE FINISHER

Toți participanții care termină cursa, sunt așteptați la linia de sosire cu **MEDALIA DE FINISHER.**



TROFEU



11 OCTOMBRIE 2025



INFO LOGISTICĂ

Plecarea și sosirea sunt amplasate la **Castrul Roman Porolissum** în **Amfiteatru**.

Mijloace recomandate: mașină personală.

Accesibil pe jos, 10 minute de la parcare special amenajată până la Amfiteatru.

Deoarece nu există parări amenajate se va putea parca pe marginea șoselei pe un singur sens de mers.



SERVICII FOTO

Fotografiile vor fi încărcate pe pagina evenimentului:

 porolissumtrail.ro

și pe pagina de facebook:

 **Semimaraton Porolissum**



Apa minerală naturală plată

Perla Harghitei

Apa minerală
naturală plată
Perla Harghitei
va fi la punctele
de hidratare din
timpul cursei,
pentru a sprijini
și hidrata toți
participanții.



11 OCTOMBRIE 2025

Vă mulțumim pentru cooperarea
dumneavoastră în realizarea
acestei curse speciale!

ORGANIZATOR



PARTENERI PRINCIPALI



CONSILIUL JUDEȚEAN SĂLAJ



SPONSORI



PLATINUM

GEROVITAL®



AGAMEDS

GOLD



ZALĂU
REZIDENȚIAL

SILVER



BRONZ

11 OCTOMBRIE 2025

SUȚINĂTORI



PERSKINDOL



FLEXION

SIS
SCIENCE IN SPORT

alienbike.ro

ALROMED
KINETIC CENTER

Dr.Max+



PARTENERI



11 OCTOMBRIE 2025

Mulțumim tuturor participanților!
Ne vedem la următoarea ediție!

Site-ul competiției:  **porolissumtrail.ro**

Facebook:  **Semimaraton Porolissum**



11 OCTOMBRIE 2025



CASTRUL ROMAN POROLISSUM | ISTORIE | NATURĂ | PASIUNE PENTRU ALERGARE



11 OCTOMBRIE 2025



SEMIMARATON POROLISSUM

PASIUNE PENTRU ALERGARE

11 OCTOMBRIE 2025

