

# မြန်မာနိုင်ငံစက်ဘီးအဖွဲ့ချုပ်

## ၆၂ကြိမ်မြောက်အမျိုးသားတံခွန်စိုက် Individual Time Trials ပြိုင်ပွဲနေရာ အပြင်အဆင်

1. ပြိုင်ပွဲစာရင်းသွင်းနေရာ - ပြိုင်ပွဲဝင်တိုင်းသည် ရောက်ရောက်ချင်း check-in ပြုလုပ်ရန်၊ ပြိုင်ပွဲအတွက် စာရင်း အသေးစိတ်အချက်အလက်များကို အတည်ပြုရန်နှင့် ၎င်းတို့၏ ပြိုင်ပွဲမှပေးသော package များကို လက်ခံရယူရန်အတွက်နေရာဖြစ်သည်။
2. စောင့်ဆိုင်းခန်း (ကြည့်ရှုသူအခန်း): ပြိုင်ပွဲခန်းမနှင့် ကပ်လျက်ဖြစ်သည်။ ပြိုင်ပွဲမစမီ စောင့်ဆိုင်းရန် နှင့် ပြိုင်ပွဲကြည့်ရှုရန် ပရိသတ်များအတွက် သတ်မှတ်ထားသည်။ ပြိုင်ပွဲအပြီးတွင် relax ဇုန်အဖြစ်လည်း သတ်မှတ်ထားသည်။
3. စက်ဘီးစစ်ဆေးခြင်းနေရာ (စက်ပစ္စည်းစစ်ဆေးသည့်ဇုန်)- ပြိုင်ပွဲခန်းမထဲသို့ မဝင်မီ၊ ပြိုင်ပွဲဝင်များသည် ပြိုင်ပွဲစည်းမျဉ်းများနှင့် ကိုက်ညီမှု ရှိစေရန်အတွက် ၎င်းတို့၏ စက်ဘီးများကို စစ်ဆေးသည့် နေရာကို ဖြတ်သန်းသွားရမည်ဖြစ်သည်။
4. ပြိုင်ပွဲခန်းမ - ဤသည်မှာ ပြိုင်ပွဲဝင်များသည် ယှဉ်ပြိုင်ရန် အခန်းတွင်ပတ်ဝန်းကျင်၊ သင်တန်းဆရာများနှင့် ဖန်သားပြင်များ တပ်ဆင်ထားသည်။
5. ဆေးဘက်ဆိုင်ရာနေရာ - ကျန်းမာရေးဝန်ထမ်းများအတွက် သီးသန့်နေရာတစ်ခုဖြစ်ပြီး ကျန်းမာရေးနှင့်ပတ်သက်သည့် လိုအပ်ချက်များကို ကူညီဆောင်ရွက်ပေးရန်ဖြစ်သည်။
6. Commissaire များနှင့် ပြိုင်ပွဲစောင့်ကြည့်ရေးနေရာ - ပြိုင်ပွဲကို စောင့်ကြည့်ရန်နှင့် ပြိုင်ပွဲအား စီမံခန့်ခွဲရန် နေရာဖြစ်သည်။
7. အထောက်အကူများ- ပြိုင်ပွဲနေရာများနှင့် စောင့်ဆိုင်းခန်းများဘေးတွင်တည်ရှိပါသည်။



ပြိုင်ပွဲဝင်များစာရင်းသွင်းရန်ညွှန်ကြားချက်များ

နိုင်ငံသားစိစစ်ရေးကတ်ပြား

အမှတ် .....  
 ရက်စွဲ .....  
 အမည် .....  
 ဖခင်အမည် .....  
 မွေးသက္ကရာဇ် .....  
 လူမျိုး/ဘာသာ .....  
 အရပ် .....  
 ထင်ရှားသည့်အမှတ်အသား: .....  
 ဆုတံဆိပ်သွင်းရန်အတွက်  
 အမည် ဦးစီးအရာရှိ  
 ရာထူး လူပုဂ္ဂိုလ်

မှတ်ပုံတင်/သန်းခေါင်စာရင်း

ပြိုင်ပွဲဝင်တိုင်းမှတ်ပုံတင် ယူခဲ့ရမည်၊ မှတ်ပုံတင်မရှိလျှင် သန်းခေါင်စာရင်း copy ယူခဲ့ရမည်။

ပြိုင်ပွဲစာရင်းသွင်းဌာန

၉ ရက်နေ့ထိ စာရင်းပေးထားသော ပြိုင်ပွဲဝင်တိုင်း စာရင်းသွင်းဌာနနဲ့ တိုက်ရိုက်သွားရောက်စာရင်းသွင်းရန်

### **ပြိုင်ပွဲဝင်အတွက် rider kit**

UCI နံပါတ်, ပြိုင်ပွဲစည်းကမ်း, ပြိုင်ပွဲ နံပါတ်, MSP CAT မှ towel ရယူရန်

### **MyWhoosh account**

MyWhoosh account မရသေးပါက, တာဝန်ရှိသူမှာ ကူညီဆောင်ရွက်ပေးမည်ဖြစ်သည်။

### **အရပ်အမြင့် နှင့် ကိုယ်အလေးချိန်**

တာဝန်ရှိသူမှ ပြိုင်ပွဲဝင်၏ အရပ်နှင့် ကိုယ်အလေးချိန်ကို တိုင်းတာမည်ဖြစ်သည်။

### **ပြိုင်ပွဲဝင် record form ရယူခြင်း**

စာရင်းသွင်းခြင်းများပြုလုပ်ပြီးပါက record form ကိုရယူပြီး လိုအပ်ချက်များကို ဖြည့်ရပါမည်။

### **Record form ကို ပြိုင်ပွဲပြီးလျှင်ပြန်ပေးရန်**

ပြိုင်ပွဲဝင်တိုင်းသည် ပြိုင်ပွဲပြီးစီးပါက record form တွင် race record ကိုခိုင်က ဖြည့်ပေးမည်ဖြစ်ပြီး ပြိုင်ပွဲဝင်မှလဲ ဖုန်းဖြင့် record လုပ်ထားရန် လိုအပ်သည်။



**စာရင်းသွင်းခြင်းလုပ်ငန်းများ ပြီးစီးပါက**

Bike check နေရာသို့ သွားရမည်ဖြစ်ပြီး၊ တာဝန်ရှိခိုင်များမှ ပြိုင်ပွဲဝင် စက်ဘီးနှင့် ဂီယာများအား စစ်ဆေးခြင်းကိုခံယူရမည်။

**အစစ်ဆေးမခံမီ**

စက်ဘီးဂီယာအား အကောင်းဆုံးပုံစံအနေအထား သို့ ထားထားရန် နှင့် တာဝန်ရှိ  
ဒိုင်၏မေးမြန်းချက်များကို ပူးပေါင်းဆောင်ရွက်ရန်ဖြစ်သည်။



**Commissionaire in charge**  
***Mr. Ko Oo***

**Bike Checking UCI Compliance**

Clean Chain

Cassettes Type

- 9 Speed
- 10 Speed
- 11 Speed

Other Compliance





# Time Trial Run

ပြိုင်ပွဲခန်းမ သို့ ဝင်ရောက်ပြီး ပြိုင်ပွဲဝင်မည့် စက်ဘီး၊ ဦးထုတ်, heart beat sensor, MyWhoosh account များအတွက်အဆင့်သင့်ဖြစ်နေရမည့် နေရာဖြစ်သည်



## ပြိုင်ပွဲပြီးစီးချိန်

ပြိုင်ပွဲပြီးစီးပါက commissaire မှ ပြိုင်ပွဲဝင်၏အမှတ်ကို record form တွင် မှတ်တမ်းတင်မည်ဖြစ်သည်။ ပြိုင်ပွဲဝင်မှ လည်း ဖုန်းဖြင့် မှတ်တမ်းတင်ထားရန် လိုအပ်ပြီး, record form တွင်လက်မှတ်ထိုးရန်လိုအပ်သည်။ ပြိုင်ပွဲ တာဝန်ရှိသူမှ ပြိုင်ပွဲဝင်၏ ရမှတ်နှင့် အဆင့်ကို သတ်မှတ်မည်ဖြစ်သည်။ ဆုပေးပွဲရလဒ်နှင့် အခန်းအနားအချိန်အား ပြန်လည်သတ်မှတ် ကြေညာပေးမည်ဖြစ်သည်။