



ΕΛΛΗΝΙΚΟΣ ΟΡΕΙΒΑΤΙΚΟΣ ΣΥΛΛΟΓΟΣ ΠΑΝΤΑΒΡΕΧΕΙ

Προκήρυξη Αγώνων Ορεινού τρεξίματος

Eurytania Triantafylia mountain trail races 2024

ΗΜΕΡΟΜΗΝΙΑ: Σάββατο & Κυριακή 8 & 9-Ιουνίου 2024

Οι Αγώνες διεξάγονται για Δεύτερη χρονιά !

ΤΟΠΟΣ ΔΙΕΞΑΓΩΓΗΣ: ΕΥΡΥΤΑΝΙΑ με Ορεινές διαδρομές στην Οροσειρά του Παναιτωλικού και Μαραθώνιος που διασχίζει την Τριανταφυλλιά 1910m υψόμετρο και Προφήτη Ηλία (Μπράσκα) 1660m υψόμετρο, στην κοιλάδα του Κρικελοπόταμου με θέα το Πανταβρέχει και τα φαράγγια Δεκατιάς, Γουρνόρεμα ,Κακαβόρεμα με θέα την Αποκλείστρα στα Χωριά Καστανιά-Τόρνος και Πρόδρομος και Ημιμαραθώνιος που κινείται στα μονοπάτια του Τόρνου (Μονοπάτι Καταρρακτών, Κορυφογραμμής κτλ)

Συνεργάτης και χάραξη διαδρομών Τσαντος Κώστας

Συνδιοργάνωση

Με Περιφερειακή Ενότητα Ευρυτανίας και Δήμο Καρπενησίου

Θα διεξαχθούν 4 αγώνες

- 1) Μαραθώνιος 42km
- 2) Ημιμαραθώνιος 21km
- 3) 9km
- 4) 6km

Εκκίνηση αγώνα Ημιμαραθωνίου 21.300km το Σάββατο 8 - Ιουνίου 2024 ώρα 9:30 π.μ. από την πλατεία Τόρνου με τερματισμό στην πλατεία Τόρνου χρονικό όριο τερματισμού 5,00 ώρες (υψομετρική διαφορά διαδρομής 1450m)

Εκκίνηση αγώνα 9km το Σάββατο 8 Ιουνίου - 2024 ώρα 11 π.μ. από την πλατεία Τόρνου και τερματισμός στην πλατεία Τόρνου. Χρονικό όριο τερματισμού 3 ώρες (υψομετρική διαφορά διαδρομής 650m)

Εκκίνηση αγώνα Μαραθωνίου 42km την Κυριακή 9 Ιουνίου - 2024 ώρα 08:00 π.μ από την πλατεία Καστανιάς και τερματισμός στην πλατεία Καστανιάς χρονικό όριο τερματισμού 10 ώρες (υψομετρική διαφορά διαδρομής 2800m)

Εκκίνηση αγώνα 6km την Κυριακή 9 Ιουνίου - 2024 ώρα 11 π.μ. από την πλατεία Καστανιάς και τερματισμός στην πλατεία Καστανιάς όριο τερματισμού διαδρομής 2 ώρες (υψομετρική διαφορά διαδρομής 350m)

ΔΙΚΑΙΩΜΑ ΣΥΜΜΕΤΟΧΗΣ: Στους αγώνες μπορούν να δηλώσουν συμμετοχή δρομείς που γυμνάζονται συστηματικά αλλά και ερασιτέχνες δρομείς. Ο δρομέας συμμετέχει στον «αγώνα» με απόλυτη προσωπική του ευθύνη, έχοντας προβεί στις απαραίτητες ιατρικές εξετάσεις και έχοντας κάνει τον απαραίτητο καρδιολογικό έλεγχο. Δηλώνει επίσης ότι τα στοιχεία που δηλώνονται στην αίτηση συμμετοχής είναι απολύτως αληθή. Παραιτείται από κάθε απαίτηση εναντίον των διοργανωτών του «αγώνα» για τυχόν σωματική ή άλλη βλάβη ή ζημιά από οποιαδήποτε αιτία. Τέλος, δεσμεύεται ότι σε καμία περίπτωση και για κανένα λόγο δεν θα εκχωρήσει τον αριθμό συμμετοχής που θα του διαθέσει η Οργανωτική Επιτροπή του «αγώνα» σε άλλο άτομο προκειμένου να συμμετάσχει στον «αγώνα». Ο δρομέας αποδέχεται όλους τους ανωτέρω όρους συμμετοχής. (Στην περίπτωση ανηλίκου, συμπληρώνονται υποχρεωτικά τα στοιχεία του γονέα που ασκεί την επιμέλειά του και η υποβολή της αίτησης συμμετοχής σημαίνει ότι ο γονιός δίνει τη συγκατάθεσή του για τη συμμετοχή του παιδιού του στον αγώνα και συμφωνεί με το περιεχόμενο της αίτησης συμμετοχής).

ΙΑΤΡΙΚΗ ΕΞΕΤΑΣΗ: Η οργανωτική επιτροπή των αγώνων συστήνει σε όλους τους συμμετέχοντες να έχουν εξεταστεί από ειδικό γιατρό που να βεβαιώνει ότι μπορούν να συμμετέχουν σε τέτοιου τύπου φυσική δραστηριότητα με ασφάλεια. Οι αγωνιζόμενοι συμμετέχουν με δική τους αποκλειστική ευθύνη. Οι διοργανωτές δεν έχουν καμία ευθύνη για ότι συμβεί, κατά τη διάρκεια του αγώνα, σχετικά με θέματα ΥΓΕΙΑΣ και οφείλεται σε έλλειψη προληπτικού ιατρικού ελέγχου. Από τους διοργανωτές δε θα ζητηθούν ιατρικές βεβαιώσεις για κανένα αθλητή – τρια, αφού όλοι οι συμμετέχοντες – ουσες αγωνίζονται με δική τους αποκλειστική ευθύνη και οι ανήλικοι με ευθύνη των κηδεμόνων τους. Ο κάθε δρομέας οφείλει να είναι προσεκτικός στην κίνηση του, ιδιαίτερα στα μονοπάτια και να παραχωρεί την σειρά του σε πιο γρήγορους που θέλουν να προσπεράσουν. Σε περίπτωση τραυματισμού αθλητή, θα πρέπει να ειδοποιηθεί άμεσα η Οργανωτική Επιτροπή από αθλητές που αντιληφθούν τέτοιο περιστατικό γι αυτό σε κάθε αριθμό συμμετοχής αναγράφεται τηλέφωνο του υπεύθυνου για άμεση επικοινωνία.

ΔΙΑΚΡΙΣΕΙΣ - ΕΠΑΘΛΑ - ΑΠΟΝΟΜΕΣ: Νικητές ανακηρύσσονται οι τρεις (3) πρώτοι αθλητές, άνδρες/γυναίκες, της Γενικής Κατάταξης σε όλα τα αγωνίσματα και θα τους απονεμηθούν έπαθλα

Σε όλους τους αθλητές που θα τερματίσουν, θα δοθεί το αναμνηστικό μετάλλιο του αγώνα και τεχνικό t-shirt.

Ο κάθε αθλητής παραχωρεί το δικαίωμα στο σύλλογο ΕΟΣ Πανταβρέχει ανάρτησης των φωτογραφιών στην ιστοσελίδα του συλλόγου.

ΔΗΛΩΣΕΙΣ ΣΥΜΜΕΤΟΧΗΣ: Οι δηλώσεις συμμετοχής θα γίνουν ΜΟΝΟ μέσω διαδικτύου στη σελίδα του Συλλόγου www.eospantavrexei.gr και κατάθεση των χρημάτων στο λογαριασμό Eurobank: **IBAN:GR5102606790000030200096439**

Μαζί με την δήλωση Συμμετοχής θα υπογραφεί και σχετική Υπεύθυνη δήλωση Πληροφορίες στα τηλέφωνα 6945379506 Ντέκας Βασίλης (πρόεδρος του Ελληνικού Ορειβατικού Συλλόγου ΠΑΝΤΑΒΡΕΧΕΙ) mail. eopantavrexei@gmail.com Η προθεσμία δηλώσεων συμμετοχής θα τηρηθεί αυστηρά για τον καλύτερο προγραμματισμό του αγώνα και λήγει την 2-6-2024

Έναρξη εγγραφών 15 -Μαρτίου 2024

ΚΟΣΤΟΣ ΣΥΜΜΕΤΟΧΗΣ ΑΓΩΝΩΝ

Συμμετοχή στα 6Κ:	12€
Συμμετοχή στα 9Κ:	15€
Συμμετοχή στα 22Κ:	22€
Συμμετοχή στα 44Κ:	40€

ΤΕΧΝΙΚΟΙ ΥΠΕΥΘΥΝΟΙ ΤΩΝ ΑΓΩΝΩΝ

Ντέκας Βασίλης και Παλαιός Γεράσιμος

ΣΥΜΒΟΥΛΟΣ ΚΑΙ ΧΑΡΑΞΗ ΔΙΑΔΡΟΜΩΝ

Τσαντός Κώστας

ΓΕΝΙΚΕΣ ΔΙΑΤΑΞΕΙΣ ΓΙΑ ΟΛΑ ΤΑ ΑΓΩΝΙΣΜΑΤΑ

ΚΑΝΟΝΙΣΜΟΙ

Οτι δεν προβλέπεται από την προκήρυξη θα ρυθμίζεται από τους Τεχνικούς υπεύθυνους των αγώνων.

Η χρονομέτρηση των αγώνων θα γίνει ηλεκτρονικά

Για ιατρική κάλυψη του αγώνα θα υπάρχει γιατρός καθόλη την διάρκεια του κάθε αγώνα καθώς και ομάδα εθελοντών με διασώστες της περιοχής.

Για την ασφαλή διεξαγωγή των αγώνων θα μεριμνήσει η Αστυνομική Διεύθυνση Καρπενησίου.

Στη διαδρομή του αγώνα 9km θα υπάρχει 1 σταθμός τροφοδοσίας και τσεκ.

Στη διαδρομή του αγώνα 22km θα υπάρχουν 2 σταθμοί τροφοδοσίας και τσεκ και 2 επιπλέον σημεία τσεκ.

Στη διαδρομή του αγώνα 42km θα υπάρχουν 5 σταθμοί τροφοδοσίας, τσεκ και 3 επιπλέον σημεία τσεκ

Για την άρτια διεξαγωγή των αγώνων θα χρησιμοποιηθούν επίσης 30 εθελοντές, τόσο στους σταθμούς τροφοδοσίας όσο και στην εκκίνηση/τερματισμό.

ΑΠΟΝΟΜΕΣ

Τόρνος Σάββατο 14:30 μ.μ

Καστανιά Κυριακή 14:30 μ.μ

ΠΑΡΑΛΑΒΗ ΑΡΙΘΜΩΝ

Για τις διαδρομές του Σαββάτου μία ώρα πριν την εκκίνηση στην πλατεία του Τόρνου

Για τις διαδρομές της Κυριακής μία ώρα πριν την εκκίνηση στην πλατεία Καστανιάς ή το Σάββατο 15:00 με 16:00 στην πλατεία του Τόρνου

ΠΑΡΟΧΕΣ

Ηλεκτρονική χρονομέτρηση (chip χρονομέτρησης)

Αναμνηστικό μετάλλιο

Αριθμός συμμετοχής

Νερό και σνακ κατά τον αγώνα στα σημεία ελέγχου

Αναμνηστικό τεχνικό t-shirt

Δωρεάν φωτογραφίες

Φαγητό μετά το τέλος του Αγώνα

ΦΥΛΑΞΗ ΡΟΥΧΩΝ

Στον χώρο εκκίνησης και τερματισμού των αγώνων θα παρέχεται φύλαξη των προσωπικών αντικειμένων των αθλητών-τριών καθώς και αλλαγής ρούχων μετά το πέρας του αγώνα.

Η οργανωτική επιτροπή λόγω της πανδημίας με τον covid -19 εφαρμόζει όλα τα απαραίτητα πρωτόκολλα. Αν συμβούν τροποποιήσεις μετά την δημοσίευση της προκήρυξης θα υπάρξει ενημέρωση από την οργανωτική επιτροπή.

ΜΑΤΑΙΩΣΗ-ΑΝΑΒΟΛΗ-ΤΡΟΠΟΠΟΙΗΣΗ

Σε περίπτωση ακραίων καιρικών συνθηκών η Οργανωτική Επιτροπή διατηρεί το δικαίωμα αναβολής ή και ματαίωσης του αγώνα. Σε περίπτωση έντονων βροχοπτώσεων τις παραμονές του αγώνα ή και κατά την διάρκεια, ο αγώνας θα

διεξαχθεί κανονικά. Σε περίπτωση ακύρωσης του κάθε αγώνα θα οριστεί νέα ημερομηνία διεξαγωγής

Η Οργανωτική επιτροπή διατηρεί το δικαίωμα μετατροπής του ίχνους τής κάθε διαδρομής και εάν προκύψουν διαφορές σε υψομετρικά κλπ θα γίνει έγκαιρα ανακοίνωση στα μέσα κοινωνικής δικτύωσης και στην ιστοσελίδα του Συλλόγου

www.eospantavrexei.gr

ΕΝΣΤΑΣΕΙΣ

Ενστάσεις θα γίνονται από τον ίδιο τον δρομέα μέχρι και 45 λεπτά μετά τον τερματισμό στους υπεύθυνους της Οργανωτικής Επιτροπής.

ΠΟΙΝΕΣ

Δρομείς που δεν θα περάσουν ή δεν θα καταγραφούν στα σημεία ελέγχου ακυρώνονται.

ΕΞΟΠΛΙΣΜΟΣ

Δεν απαιτείται υποχρεωτικός εξοπλισμός από τους αθλητές και τις αθλήτριες, συστήνεται όμως να έχουν ελάχιστο εξοπλισμό επιβίωσης .Ανάλογα των καιρικών συνθηκών μπορεί να απαιτηθεί υποχρεωτικός εξοπλισμός. Σε κάθε περίπτωση θα υπάρξει ενημέρωση από τη διοργάνωση.

ΥΔΡΟΔΟΣΙΑ

Οι αθλητές είναι υποχρεωμένοι να έχουν δικά τους φλασκιά ή μπουκαλάκια τα οποία θα γεμίζονται με νερό από τους εθελοντές στους σταθμούς τροφοδοσίας .

ΕΠΙΚΟΙΝΩΝΙΑ:

6945379506

Για το ΔΣ του ΕΟΣ ΠΑΝΤΑΒΡΕΧΕΙ

Ο Πρόεδρος Ντέκας Βασίλης