

ΠΡΟΚΗΡΥΞΗ ΑΓΩΝΑ

“Koutouki trail run 2023”

Κυριακή 28 Μαΐου 2023 & Ώρα 09:00

Θέση Σπήλαιο Κουτούκι στην Παιανία

Ο Πολιτιστικός Αθλητικός Οργανισμός του Δήμου Παιανίας (Π.Α.Ο.Δ.Η.Π) προκηρύσσει το 2^ο χωμάτινο αγώνα δρόμου με την ονομασία «Koutouki trail run».

Σκοπός του Αγώνα:

Σκοπός και βασική επιδίωξη του αγώνα είναι η γνωριμία των συμμετεχόντων με το ιδιαίτερο φυσικό κάλος, τη διάδοση της Οικολογικής συνείδησης, μέσα από την υιοθέτηση φιλικής στάσης απέναντι στο περιβάλλον, προάγοντας έτσι την προστασία του.

Ο αγώνας απευθύνεται σε αθλητές αλλά και σε όλους τους αθλούμενους και μη, ανεξαρτήτως φυσικής κατάστασης που θέλουν να νιώσουν τη χαρά της άθλησης και να βελτιώσουν τη σωματική και ψυχική τους υγεία.

Ημερομηνία διεξαγωγής: Κυριακή 28 Μαΐου 2023.

Θα διεξαχθούν οι παρακάτω αγώνες:

- Αγώνας δρόμου 10χλμ
- 1000μ. μαθητών Δημοτικού και Γυμνασίου

Ώρα εκκίνησης αγώνα των 10χλμ: 9:00 π.μ. και 1χλμ μαθητών 9:10 π.μ.

Σημείο εκκίνησης – τερματισμού:

Η εκκίνηση και ο τερματισμός θα γίνουν από τη θέση Σπήλαιο Κουτούκι στην Παιανία.

Ώρα προσέλευσης:

Έως και μία ώρα πριν την προγραμματισμένη ώρα έναρξης του αγώνα.

Διαδρομή:

Η διαδρομή είναι χωμάτινη, κυκλική με κοινό σημείο εκκίνησης και τερματισμού τη θέση Σπήλαιο Κουτούκι στην Παιανία.

Το μήκος είναι μετρημένο 10χλμ. και η διαδρομή θα επιτηρείται από εθελοντές.

Κατά μήκος της θα υπάρχουν σημεία πρώτων βοηθειών και παροχής νερού.

Οι συμμετέχοντες θα διασχίζουν διαδρομή η οποία δεν παρουσιάζει αυξημένες δυσκολίες, απολαμβάνοντας έναν μοναδικό τοπίο με απεριόριστη θέα στην Αττική γη, πλούσια σε πανίδα και χλωρίδα.

Ο αγώνας θα διεξαχθεί με οποιεσδήποτε καιρικές συνθήκες και η ώρα εκκίνησης μπορεί να μεταβληθεί εάν αυτό επιβάλλεται, από τις συνθήκες που θα έχουν διαμορφωθεί.

Αγωνίσματα – κατηγορίες συμμετεχόντων:

Στον αγώνα των 10.000μ. Έχουν δικαίωμα να συμμετάσχουν Άνδρες και Γυναίκες οι οποίοι είναι γεννημένοι το έτος 2005 και προγενέστερα, ενώ στον αγώνα των 1000μ. οι μαθητές του Δημοτικού και του Γυμνασίου.

Κόστος συμμετοχής: ΔΩΡΕΑΝ

Έπαθλα:

Τα αποτελέσματα των νικητών θα ανακοινωθούν άμεσα και οι βραβεύσεις θα πραγματοποιηθούν σε σύντομο χρονικό διάστημα, μετά από τον τερματισμό των πρώτων αθλητών.

Όλοι όσοι τερματίσουν θα επιβραβευτούν με αναμνηστικό μετάλλιο και συλλεκτικό μπλουζάκι του αγώνα. Επιπλέον στους νικητές της κατηγορίας Ανδρών και Γυναικών θα απονεμηθούν έπαθλα (μετάλλια σε όλους και κύπελο στο πρώτο νικητή).

Υγειονομικά:

Σε κάθε περίπτωση όλοι οι αγωνιζόμενοι συμμετέχουν με αποκλειστική δική τους ευθύνη.

Οι διοργανωτές δεν έχουν καμία ευθύνη για ότι συμβεί σχετικά με θέματα ΥΓΕΙΑΣ και οφείλεται σε έλλειψη προληπτικού ιατρικού ελέγχου.

Στον αγώνα θα υπάρχει ιατρική κάλυψη με παρουσία ασθενοφόρου καθώς και πρωτοβάθμια περίθαλψη.

Συστήνεται στους συμμετέχοντες να έχουν υποβληθεί πρόσφατα σε ιατρική εξέταση. Υπενθυμίζεται ότι από τον αθλητικό νόμο επιβάλλεται ο καρδιολογικός έλεγχος, καθώς και η έγκριση γιατρού (καρδιολόγου), ότι κάθε συμμετέχον μπορεί να λάβει μέρος στον αγώνα.

Από τους διοργανωτές δε θα ζητηθούν ιατρικές βεβαιώσεις, αφού **όλοι οι συμμετέχοντες αγωνίζονται με δική τους αποκλειστική ευθύνη.**

Οι αθλητές κάτω των 18 ετών συμμετέχουν με ευθύνη των γονέων τους.

Στη διοργάνωση θα τηρηθούν όλα τα υγειονομικά πρωτόκολλα τα οποία θα ισχύουν κατά την ημέρα του αγώνα.

Σταθμοί Ανεφοδιασμού (Υδροδοσία): Θα υπάρχουν σταθμοί ανεφοδιασμού με εμφιαλωμένο νερό κατά μήκος της διαδρομής (Εκκίνηση – Τερματισμός & στο μισό της διαδρομής).

Χρονομέτρηση:

Στον αγώνα θα υπάρχει ηλεκτρονική χρονομέτρηση με σημείο ελέγχου στην εκκίνηση – ενδιάμεσο & τερματισμό. Οι δρομείς θα φέρουν το chip ηλεκτρονικής χρονομέτρησης (μιας χρήσεως) μαζί με τον αριθμό συμμετοχής τους.

Όριο συμμετοχών – Όριο εγγραφών:

Στους αγώνες θα υπάρξει ανώτατο όριο εγγραφών το οποίο ορίζεται στα 200 άτομα.

Δηλώσεις συμμετοχής:

Οι δηλώσεις συμμετοχής θα γίνονται αποκλειστικά και μόνο στο Link εγγραφών πατώντας **ΕΔΩ**, μέχρι τη στιγμή που αυτό θα κλειδώσει.

Παραλαβή αριθμών συμμετοχής:

Στο χώρο της εκκίνησης θα λειτουργεί Γραμματεία και όσοι λάβουν μέρος θα μπορούν να παραλάβουν τον αριθμό συμμετοχής τους

Η διάθεση και παραλαβή των αριθμών συμμετοχής θα ολοκληρωθεί 45' πριν την προγραμματισμένη έναρξη του αγώνα.

Φύλαξη προσωπικών ειδών:

Κοντά στην Εκκίνηση/ Τερματισμό θα υπάρχει χώρος επιτηρήσεις προσωπικών αντικειμένων. Παρόλο που ο χώρος θα επιτηρείται, σας συνιστούμε να μην έχετε αντικείμενα αξίας ή χρήματα, μαζί με τα προσωπικά σας αντικείμενα.

Επικοινωνία:

Για κάθε είδους πληροφορία σχετικά με τον αγώνα μπορείτε να απευθυνθείτε: email: npdd.paodip@gmail.com τηλ.: 213 201 6028.

Για την Οργανωτική Επιτροπή
Κωνσταντίνα Βλάχου
Πρόεδρος Πολιτιστικού & Αθλητικού Οργανισμού
Δήμου Παιανίας (Π.Α.Ο.Δ.Π)