



ΠΡΟΚΗΡΥΞΗ

Η Οργανωτική Επιτροπή του «*Armeno Gate Trail*» με συν διοργανωτές το Αθλητικό Σωματείο «*Αθλητική Ακαδημία Χαλκίδας*» και το Αθλητικό Σωματείο «*ΑΣ Αγών*» υπό την αιγίδα του *Δήμου Καρύστου* και της *Περιφέρειας Στερεάς Ελλάδας – Π.Ε. Ευβοίας*,

ΠΡΟΚΗΡΥΣΣΟΥΝ:

τον 3^ο Ορεινό αγώνα «*Armeno Gate Trail Race*» 2024

(1^{ος} αγώνας διαδρομή μήκους 20 χλμ)
(2^{ος} αγώνας διαδρομή μήκους 9,5 χλμ)
(3^{ος} αγώνας μαθητών – τριών Δημοτικών σχολείων μήκους 1000μ.)

Ημερομηνία διεξαγωγής: Κυριακή 19/05/2024

Τόπος διεξαγωγής: Στύρα, Δήμου Καρύστου, στο νομό Ευβοίας

Ωρα διεξαγωγής:

- Για τον 1^ο αγώνα των 20 χλμ η εκκίνηση θα δοθεί στις 09:15 π.μ.
- Για τον 1^ο αγώνα των 9,5 χλμ η εκκίνηση θα δοθεί στις 09:30 π.μ.
- Για τον αγώνα των Δημοτικών σχολείων η εκκίνηση θα δοθεί στις 09:40 π.μ.

ΠΛΗΡΟΦΟΡΙΕΣ ΔΙΑΔΡΟΜΩΝ

Οι δύο διαδρομές έχουν αφητηρία και τερματισμό στο ίδιο σημείο, την κεντρική πλατεία των Στύρων. Οι διαδρομές του αγώνα ξεκινούν από υψόμετρο 120 μέτρων και φθάνουν στο υψηλότερο σημείο τα 650μ. για την 1^η διαδρομή των 20χλμ. και τα 320μ. για τη 2^η διαδρομή των 9,5χλμ.

- Στη 1^η διαδρομή των 20χλμ., τα 11χλμ. είναι μονοπάτια, τα 7χλμ. δασικοί δρόμοι, το 1χλμ. άσφαλτος και το 1χλμ πλακόστρωτο με θετική υψομετρική που ξεπερνά τα 1.150μ.
- Στη 2^η διαδρομή των 9,5χλμ., τα 3,5χλμ. είναι μονοπάτια, τα 3χλμ. δασικοί δρόμοι, τα 2χλμ. πλακόστρωτο και το 1χλμ άσφαλτος με θετική υψομετρική που ξεπερνά τα 400μ.

ΣΗΜΑΝΣΗ ΔΙΑΔΡΟΜΩΝ

Οι διαδρομές θα έχουν σήμανση με:

- Μεταλλικές πινακίδες **πορτοκαλί χρώματος** με βελάκι κατεύθυνσης.
- Ταινία έργου (άσπρο-κόκκινο) σε εμφανή σημεία των διαδρομών.
- **Πορτοκαλί σημαϊάκι** καρφωμένο στο έδαφος στα «ξέφωτα» κάθε διαδρομής.

Μετά τον τελευταίο δρομέα και στις δύο διαδρομές θα ακολουθεί έμπειρος συνοδός («σκούπα») έχοντας μαζί του υγρά, τρόφιμα και φαρμακευτικό υλικό.

ΔΙΚΑΙΩΜΑ ΣΥΜΜΕΤΟΧΗΣ

Στον αγώνα μπορούν να συμμετάσχουν άνδρες και γυναίκες, που έχουν συμπληρώσει το δέκατο όγδοο (18) έτος της ηλικίας τους. Η διαδρομή των 9,5 χλμ προτείνεται και σε δρομείς που δεν έχουν εμπειρία σε αγώνες ορεινού τρεξίματος καθώς ο συντελεστής δυσκολίας δεν είναι ιδιαίτερα υψηλός. Η διαδρομή των 20 χλμ προτείνεται σε δρομείς που έχουν εμπειρία από παρόμοιους ορεινούς αγώνες.

Ο κάθε αθλούμενος αναλαμβάνει προσωπικά την ευθύνη του απαραίτητου ιατρικού ελέγχου, πριν τον αγώνα και υποχρεούται να συμπληρώσει την σχετική υπεύθυνη δήλωση κατά τη διάρκεια της ηλεκτρονικής εγγραφής.

Στον αγώνα των 1.000 μέτρων δικαίωμα συμμετοχής έχουν όσοι και όσες είναι γεννημένοι από το 2014 και μεγαλύτεροι (δηλαδή από 9 ετών) μαθητές-τριες Δημοτικών Σχολείων με προσκόμιση κατά την εγγραφή τους υπεύθυνη δήλωση γονέα ή κηδεμόνα ή συλλόγου του οποίου είναι μέλη.

ΕΓΓΡΑΦΕΣ, ΚΟΣΤΟΣ ΣΥΜΜΕΤΟΧΗΣ & ΠΑΡΟΧΕΣ

Εγγραφές:

Οι εγγραφές ανοίγουν την **Δευτέρα 11 Μαρτίου 2024** και θα ολοκληρωθούν την **Τρίτη 14 Μαΐου 2024**.

Οι εγγραφές μπορούν να πραγματοποιηθούν μόνο ηλεκτρονικά, συμπληρώνοντας τη σχετική φόρμα στο site: <https://armenogatetrailrace.gr>.

Κόστος συμμετοχής και παροχές

Για την 1η διαδρομή των 20 χλμ., είναι 22€ και περιλαμβάνει τα ακόλουθα:

- Ηλεκτρονική χρονομέτρηση από την εταιρία «Α.Σ. ΑΓΩΝ Χρονομέτρηση αγώνων»
- Αριθμός συμμετοχής με chip.
- Μετάλλιο για όλους τους αθλητές που θα τερματίσουν στον προβλεπόμενο χρόνο.
- Τεχνική κάλτσα της εταιρίας «De Socks».
- Τεχνικό headband.
- Αναμνηστικό καπέλο της εταιρίας «rennie».
- Τροφοδοσία σε 5 σταθμούς.
- Έκπτωση στα ακτοπλοϊκά εισιτήρια της γραμμής: Αγ. Μαρίνα-Νέα Στύρα.
- Έκπτωση σε συγκεκριμένα καταλύματα.
- Ιατρικές υπηρεσίες κατά την διάρκεια και μετά το τέλος του αγώνα.
- Snack αποκατάστασης.

Για την 2η διαδρομή των 9,5 χλμ., είναι 15€ και περιλαμβάνει τα ακόλουθα:

- Ηλεκτρονική χρονομέτρηση από την εταιρία «Α.Σ. ΑΓΩΝ Χρονομέτρηση αγώνων»
- Αριθμός συμμετοχής με chip.
- Μετάλλιο για όλους τους αθλητές που θα τερματίσουν στον προβλεπόμενο χρόνο.
- Τεχνικό headband.
- Αναμνηστικό καπέλο της εταιρίας «rennie».
- Τροφοδοσία σε 3 σταθμούς.
- Έκπτωση στα ακτοπλοϊκά εισιτήρια της γραμμής: Αγ. Μαρίνα-Νέα Στύρα.
- Έκπτωση σε συγκεκριμένα καταλύματα.
- Ιατρικές υπηρεσίες κατά την διάρκεια και μετά το τέλος του αγώνα.
- Snack αποκατάστασης.

Για την 3η διαδρομή των 1000 μέτρων, η συμμετοχή είναι δωρεάν και περιλαμβάνει τα ακόλουθα:

- Μετάλλιο για όλα τα παιδιά.
- Αριθμός συμμετοχής.
- Βράβευση για τα 3 πρώτα αγόρια και τα 3 πρώτα κορίτσια.

Σημειώσεις:

- Οι πληρωμές γίνονται με κατάθεση σε τραπεζικό λογαριασμό της διοργάνωσης: **GR62 0171 5790 0065 7916 2247 034(EUR) / BIC: PIRBGRAA της ΤΡΑΠΕΖΑΣ ΠΕΙΡΑΙΩΣ. Δικαιούχος του λογαριασμού: ΜΗΤΡΟΠΕΤΡΟΣ, ΕΛΕΥΘΕΡΙΟΣ του ΧΡΗΣΤΟΥ.**
- Σε περίπτωση κατά την οποία η κατάθεση πραγματοποιηθεί από διαφορετική τράπεζα, τα διατραπεζικά έξοδα βαραινουν τον εντολέα.
- Σε περίπτωση ακύρωσης συμμετοχής γίνονται επιστροφές χρημάτων **έως 15 ημέρες πριν** (4 Μαΐου 2024) με επιβάρυνση 3,00 ευρώ.
- Αντικατάσταση θέσης θα γίνεται δεκτή από άλλον αθλούμενο μόνο με εξουσιοδότηση, αυστηρά μέχρι την ημερομηνία αυτή.

Το **χρονικό όριο αποκλεισμού**, για την 1^η διαδρομή των 20χλμ., είναι οι 5 ώρες και είναι κοινό για άνδρες και γυναίκες. Στη 2^η διαδρομή των 9,5χλμ., δεν υπάρχει χρονικό όριο αποκλεισμού, αλλά όριο 3 ωρών για την ολοκλήρωση.

Αθλούμενος που τυχόν εγκαταλείπει τον αγώνα, πρέπει να απευθυνθεί στον πλησιέστερο σταθμό ελέγχου, να παραδώσει τον αριθμό συμμετοχής του, όπου θα ενημερωθεί για τον τρόπο επιστροφής του στον τερματισμό.

ΣΤΑΘΜΟΙ ΤΡΟΦΟΔΟΣΙΑΣ

Για την 1η διαδρομή των 20χλμ., θα υπάρχουν σταθμοί τροφοδοσίας στα εξής σημεία:

1. **3,6km** (total ascent: 300m/total descent: 100m) μόνο νερό
2. **5,7km** (total ascent: 610m/total descent: 120m) πλήρης
3. **10 km** (total ascent: 950m/total descent: 380m) νερό, ισοτονικό, Coca-Cola
4. **14 km** (total ascent: 970m/total descent: 790m) πλήρης
5. **17,8 km** (total ascent: 1080m/total descent: 930m) νερό, ισοτονικό, Coca-Cola

Για την 2η διαδρομή των 9,5χλμ., θα υπάρχουν σταθμοί τροφοδοσίας στα εξής σημεία:

1. **3,6km** (total ascent: 300m/total descent: 100m) μόνο νερό
2. **5,5km** (total ascent: 390m/total descent: 350m) πλήρης
3. **8,2km** (total ascent: 440m/total descent: 430m) νερό, ισοτονικό, Coca-Cola

ΕΞΟΠΛΙΣΜΟΣ

Δεν απαιτείται υποχρεωτικός εξοπλισμός από τους αθλητές και τις αθλήτριες, συστήνεται όμως να έχουν ελάχιστο εξοπλισμό, όπως καπέλο, υδροδοχείο. Όσοι αθλούμενοι εκτιμούν ότι θα βοηθήσουν κατά τη διάρκεια του αγώνα η χρήση Baton θα επιτρέπεται κανονικά.

Νερό θα προσφέρεται μόνο σε υδροδοχείο και ισοτονικά, coca-cola σε κύπελο μιας χρήσης.

ΕΠΑΘΛΑ

Αναμνηστικά – έπαθλα:

- α. Για τους **τρεις πρώτους νικητές Γενικής Κατάταξης**, άνδρες & γυναίκες και των δύο διαδρομών – Έπαθλο – Μετάλλιο τερματισμού και δώρα χορηγών.
- β. Για όσους τερματίσουν εμπρόθεσμα στην 1^η διαδρομή των 20χλμ., καθώς επίσης και σε αυτούς της 2^{ης} διαδρομής των 9,5χλμ., θα δοθεί αναμνηστικό μετάλλιο.
- γ. Για το παιδικό αγώνα θα δοθεί μετάλλιο σε όλα τα παιδιά που θα συμμετάσχουν, καθώς επίσης θα δοθεί κύπελλο στα τρία πρώτα αγόρια και στα τρία πρώτα κορίτσια.
- δ. Θα βραβευτεί η πολυπληθέστερη ομάδα που θα πάρει μέρος και στις δύο διαδρομές.

ΑΣΦΑΛΕΙΑ

Σε κάθε περίπτωση όλοι 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 υγείας που οφείλονται σε έλλειψη προληπτικού ιατρικού ελέγχου. Η διοργανώτρια αρχή δεν ευθύνεται σε περίπτωση τραυματισμού, όπως ρητά αναφέρεται και στην υπεύθυνη δήλωση, για τον καλύτερο έλεγχο και την παροχή άμεσης βοήθειας, θα υπάρχει κατά μήκος της διαδρομής του αγώνα Εθελοντική Ομάδα Διάσωσης.

Την ευθύνη για την ασφάλεια των αθλητών, θα εγγυάται η παρουσία **«των εθελοντών του Τομέα Υγείας και τομέα των Σαμαρειτών του Ελληνικού Ερυθρού Σταυρού, περιφερειακού τμήματος Χαλκίδας»**, που θα βρίσκεται σε ετοιμότητα κατά μήκος της διαδρομής, καθώς επίσης στο χώρο εκκίνησης-τερματισμού θα υπάρχει γιατρός.

Ο κάθε αθλούμενος οφείλει να είναι προσεκτικός στην κίνηση του, ιδιαίτερα στα μονοπάτια και να παραχωρεί τη σειρά του σε πιο γρήγορους αθλητές, που ζητούν να προσπεράσουν. Σε περίπτωση τραυματισμού, θα πρέπει να ειδοποιηθεί άμεσα η οργανωτική επιτροπή, από δρομείς που αντιληφθούν σχετικό περιστατικό. Η Οργανωτική Επιτροπή δεν φέρει καμία ευθύνη σε τυχόν προβλήματα υγείας ή σωματικής ακεραιότητας των αθλούμενων που θα συμμετάσχουν στον αγώνα.

ΠΟΙΝΕΣ

Αθλούμενοι που δεν περάσουν από τα σημεία ελέγχου θα ακυρωθούν, μετά τον τελικό έλεγχο του ενδιάμεσου αποτελέσματος και τα ονόματα τους θα αφαιρεθούν από τον πίνακα αποτελεσμάτων. Αποκλεισμός προβλέπεται για εκούσια απόρριψη ανόργανων σκουπιδιών (συσκευασίες από μη ανακυκλώσιμο υλικό) στις διαδρομές του αγώνα, όπως επίσης και για άρνηση σε υποδείξεις ατόμων της Οργανωτικής Επιτροπής.

ΕΝΣΤΑΣΕΙΣ

Ενστάσεις θα γίνονται μόνο από τον ίδιο τον αθλούμενο, μέχρι και 30 λεπτά μετά τον τερματισμό. Η απόφαση της επιτροπής, η οποία αποτελείται από τον Διευθυντή του αγώνα, τον υπεύθυνο χάραξης των διαδρομών και τον υπεύθυνο της γραμματείας, είναι τελική και δεν επιδέχεται αμφισβήτηση.

ΜΑΤΑΙΩΣΗ-ΑΝΑΒΟΛΗ-ΤΡΟΠΟΠΟΙΗΣΗ

Σε περίπτωση ακύρωσης του αγώνα η Οργανωτική Επιτροπή θα ορίσει νέα ημερομηνία διεξαγωγής.

ΦΥΛΑΞΗ ΡΟΥΧΩΝ

Στο χώρο της γραμματείας θα υπάρχει φροντίδα φύλαξης προσωπικών αντικειμένων.

ΜΕΤΑΚΙΝΗΣΗ

Η Διοργανώτρια Αρχή θα έχει μεριμνήσει για την μεταφορά των αθλητών από και προς το Λιμάνι των Νέων Στύρων, στο χώρο της εκκίνησης στην πλατεία των Στύρων.

ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ

- Κυριακή 19-05-2024, από 07:00 μέχρι 09:00 παράδοση αριθμών.
- Κυριακή 19-05-2024, στις 09:15 εκκίνηση 1^{ου} αγώνα των 20χλμ.
- Κυριακή 19-05-2024, στις 09:30 εκκίνηση 2^{ου} αγώνα των 9,5χλμ.
- Κυριακή 19-05-2024, στις 09:40 εκκίνηση 3^{ου} αγώνα των 1000 μέτρων.
- Κυριακή 19-05-2024, στις 12:00 απονομές στο χώρο του τερματισμού.
- Κυριακή 19-05-2024, στις 14:00 κλείσιμο του αγώνα.

ΠΛΗΡΟΦΟΡΙΕΣ

Για περισσότερες πληροφορίες οι ενδιαφερόμενοι μπορούν να απευθύνονται στον Κο Λευτέρη Μητροπέτρο, τηλ. 693 6960328, τόσο για τεχνικές πληροφορίες, όσο και για πληροφορίες σχετικά με τις εγγραφές.

Η Οργανωτική Επιτροπή