



Τρίπολη, 17/11/2022

Αρ. Πρωτ: 26

ΠΡΟΚΗΡΥΞΗ

1^ο Christmas run Τρίπολης

Ο Γ.Σ. Αρκαδίας σε συνεργασία με τον Δήμο Τρίπολης και την ΕΑΣ ΣΕΓΑΣ Περιφ. Πελοποννήσου προκηρύσσουν αγώνα τρεξίματος 5.000μ. με το διακριτικό τίτλο: «1ο ChristmasrunΤρίπολης».

1. **ΗΜΕΡΟΜΗΝΙΑ ΔΙΕΞΑΓΩΓΗΣ:** Κυριακή 18/12/2022

2. **ΤΟΠΟΣ ΔΙΕΞΑΓΩΓΗΣ:** Τρίπολη, Αρκαδίας.

3. **Δρόμος 5 χλμ. ΕΚΚΙΝΗΣΗ:** 10:00 πμ. Πλατεία Άρεως Τρίπολης.

➤ Η διαδρομή του αγώνα 5.000 μέτρα. Η διαδρομή αποτελείται από ασφάλτινο δρόμο χωρίς ιδιαίτερες υψομετρικές διαφορές. Οι δρομείς θα ξεκινήσουν μπροστά από το Δικαστικό Μέγαρο στην πλατεία του Άρεως και μέσω της οδού Αγίου Κωνσταντίνου θα κατευθυνθούν βορειοανατολικά μέχρι το γήπεδο του Παναρκαδικού. Εκεί θα στρίψουν αριστερά στην Λεωφόρο Μίκη Θεοδωράκη. Μόλις φτάσουν στο ΔΑΚ Δήμου Τρίπολης θα στρίψουν δεξιά στην οδό Καλαβρύτων και σε λίγα μέτρα αριστερά με κατεύθυνση το άλσος Αγίου Γεωργίου. Στο τέλος του άλσους θα γίνει αναστροφή (**θα υπάρχει checkpoint**) και από τον ίδιο δρόμο θα επιστρέψουν στο ΔΑΚ Δήμου Τρίπολης όπου θα στρίψουν δεξιά και θα τρέξουν την οδό Καλαβρύτων μέχρι να φτάσουν στον πεζόδρομο Δεληγιάνη στον οποίο και θα στρίψουν αριστερά. Πάλι αριστερά στην οδό Τάσου Σεχιώτη όπου και θα φτάσουν στην αψίδα τερματισμού. Ο χάρτης της διαδρομής **ΕΔΩ**.

Σήμανση και χιλιομετρικοί δείκτες θα υπάρχουν ανά χιλιόμετρο κατά μήκος της διαδρομής με **άσπρο χρώμα**. Σε συγκεκριμένα σημεία θα υπάρχουν κόκκινες κορδέλες σήμανσης.

4. **Κατηγορίες αθλητών:** Άνδρες: Γενική, 15 – 19, 20 – 39, 40 – 59, 60 ετών και άνω.

Γυναίκες: Γενική, 15 – 19, 20 – 39, 40 – 59, 60 ετών και άνω

5. **Έπαθλα και Δώρα:** Όλοι οι συμμετέχοντες θα λάβουν αναμνηστικό μετάλλιο του αγώνα. Οι τρεις πρώτοι νικητές κάθε κατηγορίας θα λάβουν μετάλλιο και οι πρώτοι νικητές κύπελλο και άλλα δώρα που έχουν προγραμματιστεί από τους διοργανωτές.

6. **Δικαίωμα συμμετοχής:** Στον αγώνα μπορούν να συμμετέχουν όλοι και όλες που έχουν συμπληρώσει το 15^ο έτος της ηλικίας τους και έχουν πρόσφατα υποβληθεί στις απαραίτητες ιατρικές εξετάσεις που τους επιτρέπουν τη συμμετοχή σε τέτοιου είδους αγώνες δρόμου.

7. **Υδροδοσία:** Θα υπάρχει 1 σταθμός υδροδοσίας στο ύψος της αναστροφής (checkpoint). Στον τερματισμό θα υπάρχουν εκτός από νερά, χυμοί και φρούτα για τους αθλούμενους.
8. **Χρονικό όριο τερματισμού:** Ο αγώνας έχει χρονικό όριο τερματισμού τα 90 λεπτά (μέχρι τις 11:30 πμ.).
9. **Παράλληλος δρόμος 1χλμ. ΕΚΚΙΝΗΣΗ:** 10:05 πμ. Πλατεία Άρεως
Οι αθλητές που θα συμμετέχουν στον αγώνα 1000μ. όπου θα ξεκινήσει από την αψίδα του αγώνα μπροστά από τα Δικαστήρια Τρίπολης, θα στρίψουν αριστερά στην οδό Ιωσήφ Ανδρούσης, αριστερά στην Καλαβρύτων και αριστερά στην Δεληγιάννη, πάλι αριστερά στην Τάσου Σεχιώτη και θα τερματίσουν στην αψίδα.
10. **Δήλωση συμμετοχής:** Οι δηλώσεις συμμετοχής των αθλητών των μικρών ηλικιών για τον αγώνα των 1.000 μέτρων, θα πραγματοποιηθούν την ημέρα της διοργάνωσης, **μία (1) ώρα πριν** την έναρξη του αγώνα.
11. **Έπαθλα:** Στον αγώνα των 1.000 μέτρων, θα είναι μία κατηγορία για τα αγόρια και μία για τα κορίτσια και όλοι οι αθλητές – τρεις θα πάρουν μετάλλιο του αγώνα. Το πρώτο αγόρι και το πρώτο κορίτσι θα λάβουν κύπελλο ενώ οι τρεις πρώτοι θα λάβουν τιμητικό μετάλλιο.
12. **Γραμματεία:** Η γραμματεία των αγώνων θα λειτουργήσει για την παραλαβή του αριθμού συμμετοχής και του αναμνηστικού T-Shirt, την Κυριακή 18/12/2022 στην Πλατεία Άρεως (δίπλα από τον χώρο εκκίνησης) **1 ώρα πριν την ώρα εκκίνησης (09:00 πμ.)**.
- ΣΗΜΕΙΩΣΗ: Την ημέρα διεξαγωγής του Αγώνα δε θα πραγματοποιηθούν εγγραφές (πλήν των αθλητών που θα συμμετέχουν στα 1000μ.).
13. **Κόστος συμμετοχής:**
I. **Αγώνας 5000μ: 8 ευρώ** η κάθε εγγραφή.
II. **Παιδικός Δρόμος: Δωρεάν**
14. **Δηλώσεις Συμμετοχής (ατομικές):** Συμμετοχές για τον αγώνα θα γίνονται δεκτές μέχρι και την Τετάρτη 14/12/2022 **ΜΟΝΟ** ηλεκτρονικά συμπληρώνοντας τη φόρμα εγγραφής πατώντας **ΕΔΩ**
15. **Κατάθεση ποσού συμμετοχής:** Τράπεζα EUROBANK - IBAN: GR9502606680000910200146531
δικαίωμα συμμετοχής στον αγώνα έχουν όσοι έχουν καταθέσει το ποσό συμμετοχής, μέχρι και την Τετάρτη 14/12/2022.
16. **Ασφάλεια δρομέων:** Οι συμμετέχοντες δρομείς θα πρέπει να είναι ιδιαίτερα προσεκτικοί στην κίνηση τη διάρκεια της διαδρομής και οφείλουν να σέβονται τους υπόλοιπους συναθλητές τους, να μην αλληλοεμποδίζονται στην προσπάθεια τους, να επιτρέπουν σε πιο γρήγορους δρομείς να τους προσπεράσουν ώστε να μην εμποδίζουν την ομαλή διεξαγωγή του αγώνα. Σε περίπτωση τραυματισμού αθλητή, όποιοι αντιληφθούν το περιστατικό θα πρέπει να ειδοποιήσουν **άμεσα** το προσωπικό της διοργάνωσης καθώς και τους Εθελοντές – Διασώστες που καλύπτουν τη διαδρομή.
17. **Πληροφορίες:** Για πληροφορίες σχετικά με τη διοργάνωση δίνονται στο τηλ. 6932535498 Μπόρα – Δημογέροντα Μάχη.
18. **Τεχνικός Υπεύθυνος:** Τεχνικός υπεύθυνος των αγώνων ορίζεται ο κος Τριανταφυλλόπουλος Σπύρος Τεχνικός Σύμβουλος ΕΑΣ Περιφέρειας Πελοποννήσου και Γεωργόπουλος Δημήτρης Προπονητής – ΚΦΑ.

19.Γενικές διατάξεις:

- Οι αγωνιζόμενοι θα φέρουν τον αριθμό στο στήθος και όχι στην πλάτη, για να διευκολυνθεί το έργο των κριτών.
- Οι δρομείς που δεν θα περάσουν μέσα από την αψίδα του τερματισμού, δεν θα συμπεριλαμβάνονται στα αποτελέσματα.
- Εκπρόσωποι, προπονητές, αθλητές και αθλήτριες παρακαλούνται να μη συγκεντρώνονται στο χώρο της γραμματείας κατά την έκδοση των αποτελεσμάτων για να αποφευχθούν τυχόν λάθη.
- Στους αγώνες θα ισχύσουν οι επίσημοι κανονισμοί του Σ.Ε.Γ.Α.Σ. 2022.
- Στους αγώνες, ότι δεν προβλέπεται από την προκήρυξη, θα ρυθμίζεται από τους Τεχνικούς Υπεύθυνους και τον Αλυτάρχη των αγώνων, σύμφωνα με τους κανονισμούς 2022.

Ο Πρόεδρος

Ο Γραμματέας

Βινατσέλας Κώστας

Μπόρα - Δημογόροντα Μάχη