



ΜΟΝΟΠΑΤΙ ΠΑΡΝΑΣΣΟΥ

ΟΡΕΙΝΟΣ ΑΓΩΝΑΣ ΔΡΟΜΟΥ

ΠΡΟΚΗΡΥΞΗ

Ο Αθλητικός Σύλλογος Αμφίκλειας «Ο Διόνυσος» προκηρύσσει τους Ορεινούς Αγώνες Δρόμου «**Μονοπάτι Παρνασσού 2023**».

Το πρόγραμμα των αγώνων περιλαμβάνει συνολικά 7 αγώνες.

Κυριακή 30 Απριλίου 2023

Θα διεξαχθούν 3 ορεινοί αγώνες:

1. Αγώνας 24,2 χιλιομέτρων με την ονομασία “**Μονοπάτι Παρνασσού**”
2. Αγώνας 10,9 χιλιομέτρων με την ονομασία “**Μικρό Μονοπάτι Παρνασσού**”
3. Αγώνας 6 χιλιομέτρων με την ονομασία “**Μονοπάτι Αμφίκλειας**”

Σάββατο 29 Απριλίου 2023

Θα διεξαχθούν 4 αγώνες οι οποίοι θα πραγματοποιηθούν στους δρόμους της Αμφίκλειας:

A) Αγώνας 4 χιλιομέτρων με την ονομασία “Αμφίκλεια City Trail”

Στον αγώνα μπορούν να λάβουν μέρος άνδρες, γυναίκες και παιδιά που έχουν συμπληρώσει το **15^ο** έτος της ηλικίας τους την ημέρα διεξαγωγής του αγώνα.

B) Παιδικοί αγώνες

1. Αγώνας 1300 μέτρων για παιδιά Γυμνασίου (γεν. 2008, 2009, 2010)
2. Αγώνας 1000 μέτρων για παιδιά Δ-Ε-ΣΤ Δημοτικού (γεν. 2011, 2012, 2013)
3. Αγώνας 800 μέτρων για παιδιά Α-Β-Γ Δημοτικού (γεν. 2014, 2015, 2016)

ΕΚΚΙΝΗΣΗ και ΤΕΡΜΑΤΙΣΜΟΣ ΤΩΝ ΑΓΩΝΩΝ

Πλατεία 25^{ης} Μαρτίου (κάτω Πλατεία) Αμφίκλειας



ΑΘΛΗΤΙΚΟΣ ΣΥΛΛΟΓΟΣ ΑΜΦΙΚΛΕΙΑΣ

ΔΙΟΝΥΣΟΣ

“το μέλλον ανήκει στα παιδιά”



ΜΟΝΟΠΑΤΙ ΠΑΡΝΑΣΣΟΥ

ΟΡΕΙΝΟΣ ΑΓΩΝΑΣ ΔΡΟΜΟΥ

ΟΡΕΙΝΟΙ ΑΓΩΝΕΣ (Κυριακή 30 Απριλίου 2023)

ΑΓΩΝΑΣ 24,2 ΧΙΛΙΟΜΕΤΡΩΝ “Μονοπάτι Παρνασσού”

ΩΡΑ ΕΚΚΙΝΗΣΗΣ ΑΓΩΝΑ : 10 : 00 π.μ.

ΧΑΡΑΚΤΗΡΙΣΤΙΚΑ ΑΓΩΝΑ

Ο αγώνας είναι ορεινός δρόμος απόστασης 24,2 χιλιομέτρων σε μονοπάτια, δασικούς δρόμους και άσφαλτο με συνολική υψομετρική ανάβαση 1610 μέτρων περίπου. Είναι δρόμος με σημαντικές απαιτήσεις αντοχής και εμπειρίας κίνησης σε ορεινό πεδίο, ενώ σε ορισμένα σημεία απαιτεί την ιδιαίτερη προσοχή των αθλητών. Χρήσιμη θα ήταν για τους αθλητές η προηγούμενη εμπειρία σε ορεινούς αγώνες.

Ο αγώνας κινείται σε περιβάλλον ευαίσθητο στην ανθρώπινη παρέμβαση και πρέπει οι αθλητές να δείξουν ιδιαίτερη προσοχή για την προστασία του!

Οργανωτές και αθλητές πρέπει να λειτουργήσουν με τέτοιο τρόπο ώστε να μειωθεί στο ελάχιστο η επίδραση του αγώνα στο φυσικό περιβάλλον!

Οι διοργανωτές θα φροντίσουν να υπάρχουν στους σταθμούς υποστήριξης και μετά από αυτούς στην πορεία των αθλητών, σημεία απόθεσης σκουπιδιών και θα φροντίσουν για τον καθαρισμό της διαδρομής μετά τον αγώνα. Οι αθλητές έχουν την υποχρέωση να μην ρυπαίνουν και να αποφεύγουν ενέργειες που υποβαθμίζουν με οποιοδήποτε τρόπο το περιβάλλον. Η οργανωτική επιτροπή διατηρεί το δικαίωμα να αποκλείσει από τον αγώνα αθλητή/τρια που επιβάρυνε το περιβάλλον ή επέδειξε αντιαθλητική συμπεριφορά.

ΔΙΑΔΡΟΜΗ

Είναι η ίδια με τη διαδρομή του αγώνα του 2022.

Το χρονικό όριο έγκυρου τερματισμού είναι 5 ώρες.

Ενδιάμεσα θα υπάρχουν 3 σημεία αποκλεισμού (Πόρτες):

1. Στα 5,5 χλμ με χρονικό όριο 1 ώρα και 45 λεπτά (2^{ος} σταθμός τροφοδοσίας).
2. Στα 10,8 χλμ με χρονικό όριο 3 ώρες και 30 λεπτά (4^{ος} σταθμός τροφοδοσίας).
3. Στα 14,5 χλμ με χρονικό όριο 4 ώρες (5^{ος} σταθμός τροφοδοσίας).



ΑΘΛΗΤΙΚΟΣ ΣΥΛΛΟΓΟΣ ΑΜΦΙΚΛΕΙΑΣ

ΔΙΟΝΥΣΟΣ

“το μέλλον ανήκει στα παιδιά”



ΜΟΥΠΆΤΙ ΠΑΡΑΣΣΟΥ

ΟΡΕΙΝΟΣ ΑΓΩΝΑΣ ΔΡΟΜΟΥ

Αθλητές που φθάνουν στα σημεία αποκλεισμού μετά το αντίστοιχο χρονικό όριο ή δηλώνουν επιθυμία να εγκαταλείψουν τον αγώνα, θα πρέπει να παραδώσουν τον αριθμό τους στον υπεύθυνο ενός σταθμού τροφοδοσίας αγώνα, να συμπληρώσουν το έντυπο εγκατάλειψης που θα τους δοθεί και να μετακινηθούν στον τερματισμό με αυτοκίνητο της διοργάνωσης ή να συνεχίσουν στη διαδρομή του αγώνα αποκλειστικά με δική τους ευθύνη.

ΣΗΜΑΝΣΗ

Η διαδρομή έχει σημειωθεί σε όλες τις διασταυρώσεις με μόνιμη σήμανση ενώ, αναλόγως των συνθηκών, θα υπάρχει και μη μόνιμη σήμανση. Υπάρχουν επίσης στη διαδρομή πινακίδες ανά χιλιόμετρο.

ΕΠΑΘΛΑ

Κύπελλα για τους-τις τρεις πρώτους-ες των γενικών κατηγοριών και τους πρώτους των ηλικιακών κατηγοριών ανδρών.

Μετάλλια (χρυσό, αργυρό, χάλκινο) για τους-τις τρεις πρώτους-ες όλων των κατηγοριών και αναμνηστικά για όλους-ες τους-τις συμμετέχοντες-ουσες.

ΔΙΚΑΙΩΜΑ ΣΥΜΜΕΤΟΧΗΣ

Στον αγώνα μπορούν να συμμετέχουν άνδρες και γυναίκες που έχουν συμπληρώσει το **18^ο** έτος της ηλικίας τους την ημέρα διεξαγωγής του αγώνα.

Θα υπάρχουν οι κατηγορίες : Ανδρών και Γυναικών.

Μόνο για τους άνδρες θα υπάρχουν και οι ηλικιακές κατηγορίες :

1. **A1** από **18** έως **29** ετών (γεννηθέντες από το 1994 έως το 2005).
2. **A2** από **30** έως **39** ετών (γεννηθέντες από το 1984 έως και το 1993).
3. **A3** από **40** έως **49** ετών (γεννηθέντες από το 1974 έως και το 1983).
4. **A4** άνω των **50** ετών (γεννηθέντες από το 1973 και πριν).

ΚΟΣΤΟΣ ΣΥΜΜΕΤΟΧΗΣ

Το κόστος συμμετοχής στον αγώνα για τους/τις αθλητές/τριες είναι **20 ευρώ**. Στο κόστος περιλαμβάνονται: δικαίωμα συμμετοχής στον αγώνα, τροφοδοσία και υποστήριξη, παροχή Α' βοθητών, ηλεκτρονική χρονομέτρηση, μετάλλιο, αναμνηστικά, ελαφρύ γεύμα στον τερματισμό.



ΑΘΛΗΤΙΚΟΣ ΣΥΛΛΟΓΟΣ ΑΜΦΙΚΛΕΙΑΣ
ΔΙΟΝΥΣΟΣ

"το μέλλον ανήκει στα παιδιά"



ΜΟΝΟΠΑΤΙ ΠΑΡΝΑΣΣΟΥ

ΟΡΕΙΝΟΣ ΑΓΩΝΑΣ ΔΡΟΜΟΥ

ΑΡΙΘΜΟΣ ΣΥΜΜΕΤΟΧΩΝ

Ο μέγιστος αριθμός συμμετοχών που θα δεχθούν οι διοργανωτές για τον αγώνα είναι **400 αθλητές/τριες**. Σε περίπτωση που ο αριθμός αυτός συμπληρωθεί πριν τη λήξη των εγγραφών, οι εγγραφές θα διακοπούν.

ΑΓΩΝΑΣ 10,9 ΧΙΛΙΟΜΕΤΡΩΝ “Μικρό Μονοπάτι Παρνασσού”

ΩΡΑ ΕΚΚΙΝΗΣΗΣ ΑΓΩΝΑ : 9 : 15 π.μ.

ΧΑΡΑΚΤΗΡΙΣΤΙΚΑ ΑΓΩΝΑ

Ο αγώνας είναι ορεινός δρόμος απόστασης 10,9 χιλιομέτρων σε μονοπάτια, δασικούς δρόμους και ασφαλτο με συνολική υψομετρική ανάβαση 790 μέτρων. Παρά το μικρό σχετικά μήκος της διαδρομής, αυτή κινείται σε πεδίο δύσκολο και σε ορισμένα σημεία απαιτεί την ιδιαίτερη προσοχή των αθλητών. Χρήσιμη θα ήταν για τους αθλητές η προηγούμενη εμπειρία σε ορεινούς αγώνες.

Ο αγώνας κινείται σε περιβάλλον ευαίσθητο στην ανθρώπινη παρέμβαση και πρέπει οι αθλητές να δείξουν ιδιαίτερη προσοχή για την προστασία του!

Οργανωτές και αθλητές πρέπει να λειτουργήσουν με τέτοιο τρόπο ώστε να μειωθεί στο ελάχιστο η επίδραση του αγώνα στο φυσικό περιβάλλον!

Οι διοργανωτές θα φροντίσουν να υπάρχουν στους σταθμούς υποστήριξης και μετά από αυτούς στην πορεία των αθλητών, σημεία απόθεσης σκουπιδιών και θα φροντίσουν για τον καθαρισμό της διαδρομής μετά τον αγώνα. Οι αθλητές έχουν την υποχρέωση να μην ρυπαίνουν και να αποφεύγουν ενέργειες που υποβαθμίζουν με οποιοδήποτε τρόπο το περιβάλλον. Η οργανωτική επιτροπή διατηρεί το δικαίωμα να αποκλείσει από τον αγώνα αθλητή/τρια που επιβάρυνε το περιβάλλον ή επέδειξε αντιαθλητική συμπεριφορά.

ΔΙΑΔΡΟΜΗ

Η διαδρομή του αγώνα αποτελείται από το πρώτο και το τελευταίο κομμάτι του μεγάλου αγώνα. Προσεγγίζοντας το 2^ο σταθμό τροφοδοσίας (5,5 χλμ, υψόμετρο 990 μ.) η διαδρομή ακολουθεί τα τελευταία χιλιόμετρα της διαδρομής του μεγάλου αγώνα και επιστρέφει στην Αμφίκλεια.



ΑΘΛΗΤΙΚΟΣ ΣΥΛΛΟΓΟΣ ΑΜΦΙΚΛΕΙΑΣ

ΔΙΟΝΥΣΟΣ

“το μέλλον ανήκει στα παιδιά”



ΜΟΥΟΠΑΤΙ ΠΑΡΥΑΣΣΟΥ

ΟΡΕΙΝΟΣ ΑΓΩΝΑΣ ΔΡΟΜΟΥ

Χρονικό όριο τερματισμού δεν υπάρχει. Υπάρχει όμως ενδιάμεσο σημείο αποκλεισμού στα 5,5 χλμ με χρονικό όριο 1 ώρα και 45 λεπτά (2^{ος} σταθμός τροφοδοσίας).

Αθλητές που φθάνουν στο σημείο αποκλεισμού μετά το αντίστοιχο χρονικό όριο ή δηλώνουν επιθυμία να εγκαταλείψουν τον αγώνα, θα πρέπει να παραδώσουν τον αριθμό τους στον υπεύθυνο ενός σταθμού τροφοδοσίας αγώνα, να συμπληρώσουν το έντυπο εγκατάλειψης που θα τους δοθεί και να μετακινηθούν στον τερματισμό με αυτοκίνητο της διοργάνωσης ή να συνεχίσουν στη διαδρομή του αγώνα με αποκλειστικά δική τους ευθύνη.

ΣΗΜΑΝΣΗ

Η διαδρομή έχει σημανθεί σε όλες τις διασταυρώσεις με μόνιμη σήμανση ενώ, αναλόγως των συνθηκών, θα υπάρχει και μη μόνιμη σήμανση.

ΕΠΑΘΛΑ

Κύπελλα και μετάλλια (χρυσό, αργυρό, χάλκινο) για τους-τις τρεις πρώτους-ες στην κατηγορία Ανδρών και Γυναικών καθώς και αναμνηστικά μετάλλια για όλους-ες τους-τις συμμετέχοντες-ουσες.

ΔΙΚΑΙΩΜΑ ΣΥΜΜΕΤΟΧΗΣ

Στον αγώνα μπορούν να συμμετέχουν άνδρες, γυναίκες και παιδιά που έχουν συμπληρώσει το **15^ο έτος** της ηλικίας τους την ημέρα διεξαγωγής του αγώνα.

Για τους αθλητές και αθλήτριες που δεν έχουν συμπληρώσει το 18^ο έτος της ηλικίας τους είναι απαραίτητη εκτός από την ηλεκτρονική εγγραφή και πληρωμή τους και η αποστολή της υπεύθυνης δήλωσης συγκατάθεσης του γονέα/κηδεμόνα τους, με θεωρημένο το γνήσιο της υπογραφής του από επίσημη αρχή ή μέσω gov.gr, στο email του Α.Σ. Διόνυσος Αμφίκλειας info@dionysosamfiklias.gr, ώστε να εγκριθεί η συμμετοχή τους.

ΚΟΣΤΟΣ ΣΥΜΜΕΤΟΧΗΣ

Το κόστος συμμετοχής στον αγώνα για τους/τις αθλητές/τριες είναι **15 ευρώ**. Στο κόστος περιλαμβάνονται : δικαίωμα συμμετοχής στον αγώνα, τροφοδοσία και υποστήριξη, παροχή Α' βοηθειών, ηλεκτρονική χρονομέτρηση, μετάλλιο, αναμνηστικά, ελαφρύ γεύμα στον τερματισμό.



ΑΘΛΗΤΙΚΟΣ ΣΥΛΛΟΓΟΣ ΑΜΦΙΚΛΕΙΑΣ

ΔΙΟΝΥΣΟΣ

"το μέλλον ανήκει στα παιδιά"



ΜΟΝΟΠΑΤΙ ΠΑΡΑΣΣΟΥ

ΟΡΕΙΝΟΣ ΑΓΩΝΑΣ ΔΡΟΜΟΥ

ΑΡΙΘΜΟΣ ΣΥΜΜΕΤΟΧΩΝ

Ο μέγιστος αριθμός συμμετοχών που θα δεχθούν οι διοργανωτές για τον αγώνα είναι **300 αθλητές/τριες**. Σε περίπτωση που ο αριθμός αυτός συμπληρωθεί πριν τη λήξη των εγγραφών, οι εγγραφές θα διακοπούν.

ΑΓΩΝΑΣ 6 ΧΙΛΙΟΜΕΤΡΩΝ “Μονοπάτι Αμφίκλειας”

ΩΡΑ ΕΚΚΙΝΗΣΗΣ ΑΓΩΝΑ : 10 : 30 π.μ.

ΧΑΡΑΚΤΗΡΙΣΤΙΚΑ ΑΓΩΝΑ

Ο αγώνας είναι ορεινός δρόμος απόστασης 6 χιλιομέτρων σε μονοπάτια, δασικούς δρόμους και ασφάλτο με συνολική υψομετρική ανάβαση 400 μέτρων. Η διαδρομή προσφέρεται για αθλητές που δεν έχουν προηγούμενη εμπειρία από ορεινό πεδίο, σε ορισμένα όμως σημεία απαιτεί την προσοχή τους.

Ο αγώνας κινείται σε περιβάλλον ευαίσθητο στην ανθρώπινη παρέμβαση και πρέπει οι αθλητές να δείξουν ιδιαίτερη προσοχή για την προστασία του!

Οργανωτές και αθλητές πρέπει να λειτουργήσουν με τέτοιο τρόπο ώστε να μειωθεί στο ελάχιστο η επίδραση του αγώνα στο φυσικό περιβάλλον!

Οι διοργανωτές θα φροντίσουν να υπάρχουν στους σταθμούς υποστήριξης και μετά από αυτούς στην πορεία των αθλητών, σημεία απόθεσης σκουπιδιών και θα φροντίσουν για τον καθαρισμό της διαδρομής μετά τον αγώνα. Οι αθλητές έχουν την υποχρέωση να μην ρυπαίνουν και να αποφεύγουν ενέργειες που υποβαθμίζουν με οποιοδήποτε τρόπο το περιβάλλον. Η οργανωτική επιτροπή διατηρεί το δικαίωμα να αποκλείσει από τον αγώνα αθλητή/τρια που επιβάρυνε το περιβάλλον ή επέδειξε αντιαθλητική συμπεριφορά.

ΔΙΑΔΡΟΜΗ

Η διαδρομή του αγώνα βγαίνοντας από την Αμφίκλεια και αφού κινηθεί παράλληλα με τον άνω περιφερειακό δρόμο, ακολουθεί μια αριστερόστροφη κυκλική ανάβαση στο ύψωμα πάνω από την Αμφίκλεια. Στη συνέχεια



ΑΘΛΗΤΙΚΟΣ ΣΥΛΛΟΓΟΣ ΑΜΦΙΚΛΕΙΑΣ

ΔΙΟΝΥΣΟΣ

“το μέλλον ανήκει στα παιδιά”



ΜΟΥΟΠΑΤΙ ΠΑΡΥΑΣΣΟΥ

ΟΡΕΙΝΟΣ ΑΓΩΝΑΣ ΔΡΟΜΟΥ

προσεγγίζει τον 7^ο σταθμό τροφοδοσίας του μεγάλου αγώνα και επιστρέφει στην Αμφίκλεια.

Χρονικό όριο τερματισμού δεν υπάρχει.

ΣΗΜΑΝΣΗ

Η διαδρομή έχει σημειωθεί σε όλες τις διασταυρώσεις με μόνιμη σήμανση ενώ, αναλόγως των συνθηκών, θα υπάρχει και μη μόνιμη σήμανση.

ΔΙΚΑΙΩΜΑ ΣΥΜΜΕΤΟΧΗΣ

Στον αγώνα μπορούν να συμμετέχουν άνδρες, γυναίκες και παιδιά που έχουν συμπληρώσει το 15^ο έτος της ηλικίας την ημέρα διεξαγωγής του αγώνα.

Για τους αθλητές και αθλήτριες που δεν έχουν συμπληρώσει το 18^ο έτος της ηλικίας τους είναι απαραίτητη εκτός από την ηλεκτρονική εγγραφή και πληρωμή τους και η αποστολή της υπεύθυνης δήλωσης συγκατάθεσης του γονέα/κηδεμόνα τους, με θεωρημένο το γνήσιο της υπογραφής του από επίσημη αρχή ή μέσω gov.gr, στο email του Α.Σ. Διόνυσος Αμφίκλειας info@dionysosamfiklias.gr, ώστε να εγκριθεί η συμμετοχή τους.

ΕΠΑΘΛΑ

Κύπελλα και **μετάλλια** (χρυσό, αργυρό, χάλκινο) για τους-τις τρεις πρώτους-ες στην κατηγορία Ανδρών και Γυναικών καθώς και αναμνηστικά μετάλλια για όλους-ες τους-τις συμμετέχοντες-ουσες.

ΚΟΣΤΟΣ ΣΥΜΜΕΤΟΧΗΣ

Το κόστος συμμετοχής στον αγώνα για τους/τις αθλητές/τριες είναι **10 ευρώ**.

Στο κόστος περιλαμβάνονται : δικαίωμα συμμετοχής στον αγώνα, τροφοδοσία και υποστήριξη, παροχή Α' βοηθειών, ηλεκτρονική χρονομέτρηση, μετάλλιο, αναμνηστικά, ελαφρύ γεύμα στον τερματισμό.

ΑΡΙΘΜΟΣ ΣΥΜΜΕΤΟΧΩΝ

Ο μέγιστος αριθμός συμμετοχών που θα δεχθούν οι διοργανωτές για τον αγώνα είναι **100 αθλητές/τριες**. Σε περίπτωση που ο αριθμός αυτός συμπληρωθεί πριν τη λήξη των εγγραφών, οι εγγραφές θα διακοπούν.



ΑΘΛΗΤΙΚΟΣ ΣΥΛΛΟΓΟΣ ΑΜΦΙΚΛΕΙΑΣ

ΔΙΟΝΥΣΟΣ

"το μέλλον ανήκει στα παιδιά"



μουσάτι Παρυσσού

ΟΡΕΙΝΟΣ ΑΓΩΝΑΣ ΔΡΟΜΟΥ

Και για τους 3 Ορεινούς αγώνες ισχύουν οι παρακάτω όροι :

ΙΑΤΡΙΚΟΣ ΕΛΕΓΧΟΣ

Οι αθλητές/τριες πρέπει με δική τους πρωτοβουλία να έχουν πρόσφατα υποβληθεί σε κατάλληλες **ιατρικές εξετάσεις**, να έχουν εξεταστεί από ιατρό κατάλληλης ειδικότητας ο οποίος να επιτρέπει τη συμμετοχή τους στον αγώνα, **μετέχουν δε με δική τους ευθύνη στον αγώνα.**

ΔΗΛΩΣΕΙΣ ΣΥΜΜΕΤΟΧΗΣ

Διάρκεια εγγραφών: Τρίτη 7 Μαρτίου 2023 – Πέμπτη 20 Απριλίου 2023

Οι δηλώσεις συμμετοχής θα γίνονται **ΜΟΝΟ** μέσω των ιστοσελίδων <https://www.myrace.gr/event/4601/registrations.html> και <https://www.dionysosamfiklias.gr/page.aspx?Id=32> συμπληρώνοντας την αίτηση συμμετοχής και επιλέγοντας σε ποιον αγώνα αφορά αυτή.

Για να είναι έγκυρη η εγγραφή θα πρέπει να ακολουθήσει η κατάθεση του ποσού συμμετοχής μέσα σε **3 ημέρες** σε έναν από τους λογαριασμούς του διοργανωτή Αθλητικού Συλλόγου Αμφίκλειας "Ο Διόνυσος":

- 1) στην **Εθνική Τράπεζα** με αριθμό λογαριασμού **31129601097** και **IBAN : GR4701103110000031129601097** ή
- 2) στην **Τράπεζα Πειραιώς** με αριθμό λογαριασμού **6288147158870**, και **IBAN : GR8401712880006288147158870** .

Δικαιούχος : Αθλητικός Σύλλογος Αμφίκλειας "Ο Διόνυσος".

Στην κατάθεση πρέπει να δηλώνονται πρώτα το **ονοματεπώνυμο αθλητή/τριας** και μετά **ο αγώνας** για τον οποίο πληρώνει (π.χ. ΚΟΛΛΙΑΣ ΛΟΥΚΑΣ 24,2 χλμ).

Σε περίπτωση εξάντλησης του μέγιστου αριθμού θέσεων συμμετοχής για κάποιον από τους αγώνες, η σειρά προτεραιότητας καθορίζεται από την ημερομηνία κατάθεσης του ποσού συμμετοχής στο λογαριασμό του Συλλόγου.



ΑΘΛΗΤΙΚΟΣ ΣΥΛΛΟΓΟΣ ΑΜΦΙΚΛΕΙΑΣ
ΔΙΟΝΥΣΟΣ

"το μέλλον ανήκει στα παιδιά"



ΜΟΥΟΠΑΤΙ ΠΑΡΑΣΣΟΥ

ΟΡΕΙΝΟΣ ΑΓΩΝΑΣ ΔΡΟΜΟΥ

ΠΑΡΑΔΟΣΗ ΑΡΙΘΜΩΝ

Η παράδοση των πακέτων συμμετοχής θα γίνεται από την Γραμματεία των αγώνων:

- το Σάββατο 29 Απριλίου 2023, 16:00 – 20:00 και
- την Κυριακή 30 Απριλίου 2023, 07:00 – 09:00

μόνο με την επίδειξη:

α) της αστυνομικής ταυτότητας ή άδειας οδήγησης ή διαβατηρίου (των γονέων/κηδεμόνων για αθλητές/τριες κάτω των 18 ετών, αν οι ίδιοι/ες δεν έχουν) και

β) της απόδειξης τραπέζης από την καταβολή της συμμετοχής.

ΑΣΦΑΛΙΣΗ ΤΩΝ ΑΘΛΗΤΩΝ/ΤΡΙΩΝ

Οι αθλητές και οι αθλήτριες συμμετέχουν στον αγώνα με δική τους ευθύνη και η ασφάλιση επιβαρύνει τους ίδιους.

ΥΠΟΣΤΗΡΙΞΗ ΤΩΝ ΑΘΛΗΤΩΝ/ΤΡΙΩΝ ΚΑΤΑ ΤΗ ΔΙΑΡΚΕΙΑ ΤΩΝ ΑΓΩΝΩΝ

Οι αθλητές δεν είναι υποχρεωμένοι να μεταφέρουν συγκεκριμένο εξοπλισμό. Κατά τη διάρκεια των αγώνων θα υπάρχει ικανοποιητικός αριθμός σταθμών υποστήριξης. Στους σταθμούς θα υπάρχουν ενεργειακά τρόφιμα και νερό. Στη διαδρομή των αγώνων υπάρχουν σημεία με πόσιμο τρεχούμενο νερό.

Για οικολογικούς λόγους, η Οργανωτική Επιτροπή των αγώνων αποφάσισε να μην διαθέσει πλαστικά ποτήρια στους σταθμούς για νερό και ισοτονικό. Οι αθλητές θα πρέπει να μεταφέρουν δοχείο με το οποίο θα τροφοδοτούνται στους σταθμούς.

ΤΕΧΝΙΚΗ ΕΝΗΜΕΡΩΣΗ ΓΙΑ ΤΟΥΣ/ΤΙΣ ΑΘΛΗΤΕΣ/ΤΡΙΕΣ

Το βράδυ του Σαββάτου 29/4/2023, μετά την ολοκλήρωση του Αμφίκλεια City Trail, θα πραγματοποιηθεί Τεχνική Ενημέρωση για τους/τις αθλητές/τριες των 3 ορεινών αγώνων της Κυριακής.



ΑΘΛΗΤΙΚΟΣ ΣΥΛΛΟΓΟΣ ΑΜΦΙΚΛΕΙΑΣ
ΔΙΟΝΥΣΟΣ

“το μέλλον ανήκει στα παιδιά”



ΜΟΥΠΆΤΙ ΠΑΡΑΣΣΟΥ

ΟΡΕΙΝΟΣ ΑΓΩΝΑΣ ΔΡΟΜΟΥ

ΑΓΩΝΕΣ στους δρόμους της ΑΜΦΙΚΛΕΙΑΣ (Σάββατο 29 Απριλίου 2023)

ΑΓΩΝΑΣ 4 ΧΙΛΙΟΜΕΤΡΩΝ “Αμφίκλεια City Trail” **ΩΡΑ ΕΚΚΙΝΗΣΗΣ ΑΓΩΝΑ : 18 : 40**

ΔΙΑΔΡΟΜΗ

Ο αγώνας διεξάγεται μέσα στους δρόμους της Αμφίκλειας. Αποτελεί έναν **απαιτητικό αγώνα που έχει 150 μέτρα υψομετρικής ανάβασης**, με στοιχεία “vertical” και “downhill”, σε πλακόστρωτους δρόμους και στενά σοκάκια του Παραδοσιακού Οικισμού της Αμφίκλειας, που θα σας οδηγήσουν σε παραδοσιακές βρύσες, πετρόχτιστα ξωκλήσια και Ιερούς Ναούς 200 ετών. Με αλλεπάλληλα καγκέλια θα ταξιδέψετε στον χρόνο, θα γνωρίσετε το παλιό Δαδί και θα αθληθείτε ευχάριστα!

ΣΗΜΑΝΣΗ

Η διαδρομή θα σημειωθεί σε όλες τις διασταυρώσεις με μόνιμη σήμανση ενώ, αναλόγως των συνθηκών, θα υπάρχει και μη μόνιμη σήμανση.

ΔΙΚΑΙΩΜΑ ΣΥΜΜΕΤΟΧΗΣ

Στον αγώνα μπορούν να συμμετέχουν άνδρες, γυναίκες και παιδιά που έχουν συμπληρώσει το **15^ο έτος** της ηλικίας τους την ημέρα διεξαγωγής του αγώνα. Για τους αθλητές και αθλήτριες που δεν έχουν συμπληρώσει το **18^ο έτος** της ηλικίας τους είναι απαραίτητη εκτός από την ηλεκτρονική εγγραφή τους και η αποστολή της υπεύθυνης δήλωσης συγκατάθεσης του γονέα/κηδεμόνα τους, με θεωρημένο το γνήσιο της υπογραφής του από επίσημη αρχή ή μέσω gov.gr, στο email του Α.Σ. Διόνυσος Αμφίκλειας info@dionysosamfiklias.gr, ώστε να εγκριθεί η συμμετοχή τους.

ΕΠΑΘΛΑ

Θα δοθούν αναμνηστικά μετάλλια για όλους-ες τους-τις συμμετέχοντες-ουσες.



ΑΘΛΗΤΙΚΟΣ ΣΥΛΛΟΓΟΣ ΑΜΦΙΚΛΕΙΑΣ
ΔΙΟΝΥΣΟΣ

“το μέλλον ανήκει στα παιδιά”



μουσάτι Παρυσσού

ΟΡΕΙΝΟΣ ΑΓΩΝΑΣ ΔΡΟΜΟΥ

ΚΟΣΤΟΣ ΣΥΜΜΕΤΟΧΗΣ

Η συμμετοχή στον αγώνα για τους/τις αθλητές/τριες είναι **ΔΩΡΕΑΝ**.

ΠΑΙΔΙΚΟΙ ΑΓΩΝΕΣ

- 1 Αγώνας 1300 μέτρων για παιδιά Γυμνασίου (γεν. 2008,2009,2010)
- 2 Αγώνας 1000 μέτρων για παιδιά Δ-Ε-ΣΤ Δημοτικού (γεν. 2011,2012,2013)
- 3 Αγώνας 800 μέτρων για παιδιά Α-Β-Γ Δημοτικού (γεν. 2014,2015,2016)

ΩΡΕΣ ΔΙΕΞΑΓΩΓΗΣ ΑΓΩΝΩΝ : 18 : 00 – 18 : 30

ΔΙΑΔΡΟΜΗ

Οι αγώνες διεξάγονται μέσα στους δρόμους της Αμφίκλειας, πέριξ του χώρου εκκίνησης.

ΣΗΜΑΝΣΗ

Η διαδρομή θα σημειωθεί σε όλες τις διασταυρώσεις με μόνιμη σήμανση ενώ, αναλόγως των συνθηκών, θα υπάρχει και μη μόνιμη σήμανση.

ΔΙΚΑΙΩΜΑ ΣΥΜΜΕΤΟΧΗΣ

Στους Παιδικούς αγώνες μπορούν να συμμετέχουν **μόνο παιδιά με έτος γέννησης από το 2008 ως και το 2016.**

Για όλους-ες τους συμμετέχοντες-σες είναι απαραίτητη εκτός από την ηλεκτρονική εγγραφή τους και η αποστολή της υπεύθυνης δήλωσης συγκατάθεσης του γονέα/κηδεμόνα τους, με θεωρημένο το γνήσιο της υπογραφής του από επίσημη αρχή ή μέσω gov.gr, στο email του Α.Σ. Διώνυσος Αμφίκλειας info@dionysosamfiklias.gr, ώστε να εγκριθεί η συμμετοχή τους.

ΕΠΑΘΛΑ

Θα δοθούν αναμνηστικά μετάλλια για όλους-ες τους-τις συμμετέχοντες-ουσες.

ΚΟΣΤΟΣ ΣΥΜΜΕΤΟΧΗΣ

Η συμμετοχή στον αγώνα για τους/τις αθλητές/τριες είναι **ΔΩΡΕΑΝ**.



ΑΘΛΗΤΙΚΟΣ ΣΥΛΛΟΓΟΣ ΑΜΦΙΚΛΕΙΑΣ

ΔΙΟΝΥΣΟΣ

"το μέλλον ανήκει στα παιδιά"



μουσάτι Παρυσσού

ΟΡΕΙΝΟΣ ΑΓΩΝΑΣ ΔΡΟΜΟΥ

Για όλους τους Αγώνες Αμφίκλειας ισχύουν οι παρακάτω όροι :

ΙΑΤΡΙΚΟΣ ΕΛΕΓΧΟΣ

Οι αθλητές/τριες πρέπει με δική τους ή των γονέων/κηδεμόνων τους πρωτοβουλία να έχουν πρόσφατα υποβληθεί σε κατάλληλες **ιατρικές εξετάσεις**, να έχουν εξεταστεί από ιατρό κατάλληλης ειδικότητας ο οποίος να επιτρέπει τη συμμετοχή τους στον αγώνα, **μετέχουν δε με δική τους ή των γονέων/κηδεμόνων τους ευθύνη στον αγώνα.**

ΔΗΛΩΣΕΙΣ ΣΥΜΜΕΤΟΧΗΣ

Διάρκεια εγγραφών: Τρίτη 7 Μαρτίου 2023 – Πέμπτη 20 Απριλίου 2023

Οι δηλώσεις συμμετοχής θα γίνονται **ΜΟΝΟ** μέσω των ιστοσελίδων <https://www.myrace.gr/event/4601/registrations.html> και <https://www.dionysosamfiklias.gr/page.aspx?Id=32> συμπληρώνοντας την αίτηση συμμετοχής και επιλέγοντας σε ποιον αγώνα αφορά αυτή.

ΠΑΡΑΔΟΣΗ ΑΡΙΘΜΩΝ

Η παράδοση των πακέτων συμμετοχής θα γίνεται από την Γραμματεία των αγώνων:

- για τους Παιδικούς Αγώνες: Σάββατο 29 Απριλίου 2023 16:00 – 17:30
- για το Αμφίκλεια "City Trail": Σάββατο 29 Απριλίου 2023 16:00 – 18:15

μόνο με την επίδειξη της αστυνομικής ταυτότητας ή άδειας οδήγησης ή διαβατηρίου και της υπεύθυνης δήλωσης γονέων/κηδεμόνων για τα παιδιά.

ΑΣΦΑΛΙΣΗ ΤΩΝ ΑΘΛΗΤΩΝ

Οι αθλητές και οι αθλήτριες συμμετέχουν στον αγώνα με δική τους ή των γονέων/κηδεμόνων τους ευθύνη και η ασφάλιση επιβαρύνει τους ίδιους.

Αθλητικός Σύλλογος Αμφίκλειας «Ο Διόνυσος»
Οργανωτική επιτροπή αγώνων



ΑΘΛΗΤΙΚΟΣ ΣΥΛΛΟΓΟΣ ΑΜΦΙΚΛΕΙΑΣ
ΔΙΟΝΥΣΟΣ

"το μέλλον ανήκει στα παιδιά"