



Επιτροπή Αγώνων σε Δημόσιο Δρόμο & Βουνό

Πληροφορίες: Άγγελος Προβατάς

Παναγιώτης Παπούλιας

Τηλέφωνα: 211 187 7737

E-mail: roadraces@segas.gr

Αθήνα, 21/1/2025
Αριθ. Πρωτ. 620

Προς:

Ε.Α.Σ. Σ.Ε.Γ.Α.Σ.

(Για άμεση ενημέρωση των Σωματείων τους)

ΠΡΟΚΗΡΥΞΗ

11^ο ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΟΥ ΠΡΩΤΑΘΛΗΜΑΤΟΣ ΟΡΕΙΝΟΥ ΔΡΟΜΟΥ ΑΝΔΡΩΝ - ΓΥΝΑΙΚΩΝ

ΔΟΜΝΙΣΤΑ ΕΥΡΥΤΑΝΙΑΣ

Κυριακή 8 Ιουνίου 2025

Ο ΣΕΓΑΣ προκηρύσσει το **11^ο ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΟ ΠΡΩΤΑΘΛΗΜΑ ΟΡΕΙΝΟΥ ΔΡΟΜΟΥ ΑΝΔΡΩΝ – ΓΥΝΑΙΚΩΝ** με τη συνεργασία και υποστήριξη της Περιφερειακής Ενότητας Ευρυτανίας και του Δήμου Καρπενησίου, σύμφωνα με τους παρακάτω όρους:

1. ΤΟΠΟΣ – ΗΜΕΡΟΜΗΝΙΑ ΔΙΕΞΑΓΩΓΗΣ

Ο αγώνας θα διεξαχθεί στη Δομνίστα Ευρυτανίας, **την Κυριακή 8 Ιουνίου 2025.**

2. ΑΠΟΣΤΑΣΕΙΣ

Ανδρες: 30χλμ.

Γυναίκες: 30χλμ.

3. ΩΡΕΣ ΕΚΚΙΝΗΣΗΣ ΑΓΩΝΩΝ

ΩΡΑ	ΑΓΩΝΑΣ
09:00	30χλμ. Πανελληνίου Πρωτ. Ορεινού Δρόμου Ανδρών
09:00	30χλμ. Πανελληνίου Πρωτ. Ορεινού Δρόμου Γυναικών

Η Εκκίνηση και τερματισμός του αγώνα των 30χλμ. στις 09:00πμ. την Κυριακή 8 Ιουνίου από το δασύλλιο του προφήτη Ηλία, 200m από την κεντρική πλατεία της ΔΟΜΝΙΣΤΑΣ.

ΕΠΙΣΗΜΟΙ ΧΟΡΗΓΟΙ ΣΕΓΑΣ

Stoiximan **RENAULT**

METROPOLITAN
HOSPITAL

ΤΡΑΠΕΖΑ ΠΕΙΡΑΙΩΣ

Dole

POWERRIDE

ΑΥΡΑ

ΜΕΓΑΛΟΙ ΧΟΡΗΓΟΙ ΣΕΓΑΣ

οπαπ

AEGEAN

ERGO



EPT

4. ΗΛΙΚΙΕΣ ΣΥΜΜΕΤΕΧΟΝΤΩΝ

Στο Πανελλήνιο Πρωτάθλημα Ορεινού Δρόμου Α-Γ έχουν δικαίωμα συμμετοχής:
Οι αθλητές – αθλήτριες που έχουν γεννηθεί το 2007 και οι μεγαλύτεροι – μεγαλύτερες.

5. ΔΙΚΑΙΩΜΑ ΣΥΜΜΕΤΟΧΗΣ

5.1 Δικαίωμα συμμετοχής στο Πανελλήνιο Πρωτάθλημα έχουν οι αθλητές – αθλήτριες που είναι εγγεγραμμένοι σε Σωματεία – Μέλη του ΣΕΓΑΣ, σύμφωνα με την τελευταία Υπουργική απόφαση (Περί εγγραφής αθλητών-αθλητριών) και τους έχει εκδοθεί ΔΕΛΤΙΟ αθλητικής ιδιότητας.

5.2 Στους αθλητές – αθλήτριες που θα συμμετάσχουν στο Πανελλήνιο Πρωτάθλημα Ορεινού Δρόμου **ΔΕΝ** αφαιρείται ένα ατομικό αγώνισμα από το σύνολο των αγωνισμάτων που έχουν δικαίωμα συμμετοχής στο Πανελλήνιο Πρωτάθλημα Α-Γ για το 2025.

ΠΡΟΣΟΧΗ: Παράλληλα με το Πανελλήνιο Πρωτάθλημα Ορεινού Δρόμου διεξάγεται ο 4^{ος} αγώνας Ορεινού Δρόμου του συλλόγου “Ε4-Το Πάντα Βρέχει” με την επωνυμία «Envytania Trail Races» αποστάσεων απόστασης 20χλμ., 30χλμ., 60χλμ. και 80χλμ. για ανεξάρτητους αθλητές και αθλήτριες. Για τη συμμετοχή στον αγώνα έχουν αναρτηθεί στην ιστοσελίδα του συλλόγου <https://www.e4-topantavrexai.gr/> όλες οι σχετικές πληροφορίες που αναφέρονται στις προϋποθέσεις συμμετοχής.

6. ΔΗΛΩΣΕΙΣ ΣΥΜΜΕΤΟΧΗΣ

6.1 Οι δηλώσεις συμμετοχής πρέπει να σταλούν στον Σ.Ε.Γ.Α.Σ. αποκλειστικά και μόνο με email το αργότερο μέχρι και τη Τετάρτη, 28 Μαΐου 2025 και ώρα 14.00 στην ηλεκτρονική διεύθυνση entries@segas.gr

Μετά την παρέλευση αυτής της προθεσμίας δεν θα γίνεται δεκτή καμία δήλωση συμμετοχής.

Σημείωση: σε περίπτωση προβλήματος θα πρέπει να επικοινωνήσετε με την κ. Φωτεινή Κασσιδή στο τηλέφωνο 211.187.7737

6.2 Η υποβολή της δήλωσης θα γίνεται **αποκλειστικά ηλεκτρονικά** στη συνημμένη φόρμα εγγραφής (Excel) που έχει αναρτηθεί στο site της Ομοσπονδίας.

6.3 Ταυτόχρονα με την υποβολή της δήλωσης συμμετοχής το σωματείο δηλώνει ΑΝΕΠΙΦΥΛΑΚΤΑ ότι αποδέχεται τους όρους της Γενικής και Ειδικής Προκήρυξης του Πρωταθλήματος και την εφαρμογή των Κανονισμών του Σ.Ε.Γ.Α.Σ.

ΠΡΟΣΟΧΗ! Όλα τα στοιχεία που αναφέρονται στη συνημμένη δήλωση συμμετοχής θα πρέπει να είναι **πλήρως συμπληρωμένα**.

6.4 Στον αγώνα θα λάβουν μέρος μόνο οι αθλητές – τριες που έχουν δηλωθεί από το σύλλογό τους όπως προβλέπει η Προκήρυξη.

6.5 Οι εκπρόσωποι των Σωματείων ή οι συμμετέχοντες πρέπει να έχουν μαζί τους τα αθλητικά δελτία και τις κάρτες υγείας σφραγισμένες προκειμένου να γίνει ο απαραίτητος έλεγχος. Σε αντίθετη περίπτωση δεν θα γίνει δεκτή η συμμετοχή τους.

Στην εκκίνηση και στον τερματισμό θα υπάρχουν τουαλέτες (πλησίον του Δημοτικού Σχολείου Δομνίστας).

7. ΣΤΑΘΜΟΙ ΥΠΟΣΤΗΡΙΞΗΣ ΑΘΛΗΤΩΝ-ΣΗΜΕΙΑ ΕΛΕΓΧΟΥ

Η τροφοδοσία των δρομέων στη διαδρομή του αγώνα, θα πραγματοποιείται από 7 σταθμούς υποστήριξης αθλητών, όπου θα προσφέρεται νερό ενεργειακές μπάρες, ηλεκτρολύτες και ξηροί

καρποί. Επίσης, σταθμός τροφοδοσίας και υποστήριξης αθλητών θα υπάρχει και στην Αφετηρία – Τερματισμό του αγώνα.

Οι σταθμοί τροφοδοσίας είναι ταυτόχρονα και σημεία ελέγχου. Οι αθλητές είναι υποχρεωμένοι να έχουν σε εμφανές σημείο τον αριθμό τους, ώστε να τους καταγράφουν οι κριτές. Σε περίπτωση που κάποιος αθλητής φέρει τον αριθμό κάτω από ρούχα, θα πρέπει φτάνοντας στο σταθμό ελέγχου να φροντίσει να επιδείξει τον αριθμό του. Άρνηση επίδειξης του αριθμού σημαίνει αποκλεισμό. Όποιος αθλητής δεν περάσει από έναν σταθμό ελέγχου θα θεωρείται άκυρος.

8. ΠΕΡΙΓΡΑΦΗ ΑΓΩΝΑ

Απόσταση: 30χλμ.

Υψομετρική: 1500μ.

Σταθμοί τροφοδοσίας: υπόμνημα.

Εκκίνηση και τερματισμός του αγώνα των **30χλμ.** στις **09:00πμ.** την **Κυριακή 8 Ιουνίου** από το δασύλλιο του προφήτη Ηλία, **200μ.** από την κεντρική πλατεία της ΔΟΜΝΙΣΤΑΣ. Η διαδρομή απευθύνεται σε αθλητές με αρκετή εμπειρία στο ορεινό τρέξιμο ή σε αθλητές μικρότερων αποστάσεων που αποφάσισαν να δοκιμάσουν τις δυνάμεις τους στα **30χλμ.** Η διαδρομή έχει **1500μ.** θετική υψομετρική με χρονικό όριο τερματισμού τις **6 ώρες**. Δεν απαιτείται υποχρεωτικός εξοπλισμός, συστήνεται ελάχιστος εξοπλισμός επιβίωσης και μπουκαλάκι ή φλασκί με νερό.

Λόγω καιρικών αλλαγών μπορεί να απαιτηθεί από την διοργάνωση υποχρεωτικός εξοπλισμός.

Απευθύνεται σε ηλικίες από 18 ετών και άνω. Εκκίνηση από το δασύλλιο στα **1000μ.** υψόμετρο τρέχουμε σε άσφαλο για **1200μ.** περνώντας από την κεντρική πλατεία της ΔΟΜΝΙΣΤΑΣ φτάνουμε σε μονοπάτι σε υψόμετρο **950μ.** Από εκεί ξεκινάει μονοπάτι κατηφορικό για 100m και ανηφορικό στην συνέχεια και μετά από **200μ.** βγαίνουμε σε χωματόδρομο σε υψόμετρο **1300μ.** Εκεί κάνουμε ΑΡΙΣΤΕΡΑ και μετά από **4000μ.** σε χωματόδρομο φτάνουμε στην κεντρική πλατεία του χωριού ΣΤΑΒΛΟΙ στα **1230μ.** υψόμετρο και **1ο σταθμό τροφοδοσίας**. Η συγκεκριμένη πλατεία είναι η υψηλότερη της Ευρυτανίας. Συνεχίζουμε στο διεθνές μονοπάτι Ε4 και κατεβαίνουμε στον ΚΡΙΚΕΛΛΟΠΟΤΑΜΟ στα **800μ.** υψομετρική στην συνέχεια ανεβαίνουμε στο χωριό ΚΡΙΚΕΛΛΟ σε υψόμετρο **1150μ.** διανύοντας έτσι **6000μ.** μονοπάτι συνολικά. Στην κεντρική πλατεία στο ΚΡΙΚΕΛΛΟ είναι ο **2ος σταθμός τροφοδοσίας**. Στην συνέχεια μπαίνουμε σε κατηφορικό μονοπάτι για **4000μ.** και φτάνουμε στην γέφυρα του ΚΡΙΚΕΛΛΟΠΟΤΑΜΟΥ στα **800μ.** υψόμετρο. Συνεχίζουμε σε ανηφορικό μονοπάτι για **1000μ.** και συναντάμε τον **3ο σταθμό τροφοδοσίας** σε υψόμετρο **900μ.** Συνεχίζουμε σε χωματόδρομο για **7000μ.** με θετική υψομετρική **300μ.** και φτάνουμε στον **4ο σταθμό τροφοδοσίας** στην κεντρική πλατεία του χωριού ΣΚΟΠΙΑ σε υψόμετρο **1100μ.** Συνεχίζουμε για **200μ.** άσφαλο, μπαίνουμε για **300μ.** σε χωματόδρομο και εκεί βρίσκουμε μονοπάτι που μετά από **1800μ.** ανάβασης φτάνουμε στο ψηλότερο σημείο της διαδρομής στα **1400m** υψόμετρο. Συνεχίζουμε σε κατηφορικό μονοπάτι για **2500μ.** και βγαίνουμε σε άσφαλο. Τρέχουμε τα τελευταία **800μ.** και τερματίζουμε στο δασύλλιο του προφήτη Ηλία.

9. ΧΡΟΝΙΚΑ ΟΡΙΑ

Οι αθλητές που θα συμμετέχουν στον αγώνα, θα πρέπει να έχουν ολοκληρώσει τον αγώνα τους εντός του χρονικού ορίου των 6:00 ωρών, δηλαδή έως τις 15:00. Οι αθλητές πέραν των χρονικών ορίων θα υποστηρίζονται από τη διοργάνωση, αλλά είναι πιθανό να μην εμφανίζονται στα επίσημα αποτελέσματα.

10. ΗΛΕΚΤΡΟΝΙΚΗ ΧΡΟΝΟΜΕΤΡΗΣΗ - ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ

Θα υπάρχει ηλεκτρονική χρονομέτρηση (με αναμεταδότες). Για το λόγο αυτό όλοι οι συμμετέχοντες δρομείς θα πρέπει να φορούν το chip χρονομέτρησης που θα παραλάβουν μαζί με τον αριθμό συμμετοχής τους από την αίθουσα κλήσης.

Η κατάταξη των αθλητών θα γίνει με βάση την επίδοση που καταγράφηκε με το πιστόλι εκκίνησης (gun time) και όχι με την επίδοση διέλευσης από την γραμμή εκκίνησης (net time).

Είναι ευθύνη των αθλητών να διασφαλίσουν ότι τα παπούτσια που θα χρησιμοποιηθούν στον αγώνα περιέχονται στην τρέχουσα λίστα των εγκεκριμένων μοντέλων παπουτσιών της World Athletics (<https://www.worldathletics.org/about-iaaf/documents/technical-information>).

Σε περίπτωση μη συμμόρφωσης με το Άρθρο 5 (TR5) ή τη λίστα των εγκεκριμένων παπουτσιών, μπορεί να μην επιτραπεί σε αθλητή να αγωνιστεί ή να αποκλειστεί μετά τον αγώνα και η επίδοσή του στο αγώνισμα ή στα αγωνίσματα που συμμετείχε να ακυρωθεί.

11. ΔΙΑΧΕΙΡΙΣΗ ΠΡΟΣΩΠΙΚΩΝ ΑΝΤΙΚΕΙΜΕΝΩΝ & ΙΜΑΤΙΣΜΟΥ

Το αργότερο 15' πριν την εκκίνηση οι δρομείς θα πρέπει να παραδώσουν τους πλαστικούς σάκους, που θα δοθούν από τους διοργανωτές, με τα ρούχα και τα προσωπικά τους αντικείμενα, πάνω στον οποίο θα έχουν τοποθετήσει το αυτοκόλλητο με τον αριθμό συμμετοχής τους για να τα παραλάβουν μετά τον τερματισμό.

Η παράδοση των σάκων στους δρομείς θα γίνεται με την επίδειξη του αριθμού συμμετοχής τους.

ΠΡΟΣΟΧΗ: Ο σάκος πρέπει να είναι καλά κλεισμένος και δεν πρέπει να περιέχει χρήματα, τιμαλφή ή φάρμακα. Οι διοργανωτές δεν φέρουν καμία ευθύνη σε περίπτωση απώλειας αντικειμένων αξίας.

12. ΕΠΑΘΛΑ

Στον πρώτο νικητή – νικήτρια του 11^{ου} Πανελληνίου Πρωταθλήματος Ορεινού Δρόμου θα απονεμηθούν κύπελλο – μετάλλιο Πανελληνιονίκη επίχρυσο και δίπλωμα, στον δεύτερο – δεύτερη μετάλλιο Πανελληνιονίκη επάργυρο και δίπλωμα και στον τρίτο – τρίτη μετάλλιο Πανελληνιονίκη χάλκινο και δίπλωμα.

Σε όλους τους δρομείς που θα τερματίσουν θα δοθεί αναμνηστικό μετάλλιο.

13. ΓΕΝΙΚΕΣ ΔΙΑΤΑΞΕΙΣ

13.1 Οι αθλητές – αθλήτριες θα παραλάβουν τους αριθμούς τους από το Κέντρο Εγγραφών που θα λειτουργήσει στο Δημοτικό σχολείο Δομνίστας, το Σάββατο 7 Ιουνίου από τις 10:00-13:00 και 18:00-20.00 και την Κυριακή 8 Ιουνίου, από τις 07.15-08.00πμ.

Σημείωση: Οι υπεύθυνοι της Γραμματείας θα ελέγχουν τα δελτία των αγωνιζομένων του Πανελληνίου πρωταθλήματος και δεν θα καταχωρούν στα πινάκια κανένα αθλητή του οποίου το δελτίο δεν είναι θεωρημένο ιατρικώς, σύμφωνα με όσα αναφέρονται παρακάτω στην παράγραφο 15.

13.2 Οι αγώνες θα διεξαχθούν σύμφωνα με τους κανονισμούς της World athletics έκδοσης 2023-2024, της Παγκόσμιας Ομοσπονδίας τρεξίματος σε Βουνό (World Mountain Running Association) και το Γενικό Κανονισμό Οργάνωσης και Διεξαγωγής Πρωταθλημάτων και Αγώνων του ΣΕΓΑΣ (Αντίγραφα των παραπάνω Κανονισμών είναι διαθέσιμα στην επίσημη ιστοσελίδα της Ομοσπονδίας).

13.3 Ότι δεν προβλέπεται από την Προκήρυξη θα ρυθμίζεται από τον Αλυτάρχη και τον Τεχνικό Υπεύθυνο των Αγώνων με βάση τους Κανονισμούς.

13.4 Οι αθλητές – τριες πρέπει να φορούν τη στολή του Συλλόγου τους. Τα νούμερα των δρομέων που παραλαμβάνονται για τον αγώνα θα πρέπει να φορεθούν αναλλοίωτα, από όλους τους

συμμετέχοντες στο στήθος και όχι οπουδήποτε αλλού, για να διευκολυνθεί το έργο των κριτών στους σταθμούς ελέγχου και στον τερματισμό.

Οι αριθμοί δεν πρέπει να διπλωθούν, να κοπούν ή να διπλωθούν. Ο αριθμός πρέπει να φορεθεί από το πρόσωπο για το οποίο έγινε η εγγραφή στον αγώνα.

13.5 Θα διενεργηθεί έλεγχος DOPING στους αθλητές – αθλήτριες που θα λάβουν μέρος στο παραπάνω αγώνα, σύμφωνα με τους όρους και τις διατάξεις της Παγκόσμιας Ομοσπονδίας Στίβου.

14. ΚΡΙΤΗΡΙΑ ΕΠΙΛΟΓΗΣ: Παγκόσμιο Πρωτάθλημα Ορεινού Τρεξίματος 2025

Η διαδικασία επιλογής της αντιπροσωπευτικής Εθνικής Ομάδας Ανδρών-Γυναικών που θα μας εκπροσωπήσει στο Παγκόσμιο Πρωτάθλημα Ορεινού τρεξίματος (World Mountain & Trail Running Championships, Canfranc, Spain, (short trail 45km), 25-28 Σεπτεμβρίου 2025, θα γίνει σύμφωνα με το παρακάτω σύστημα αξιολόγησης:

Οι αθλητές/αθλήτριες με τον καλύτερο Μ.Ο της βαθμολογίας*, σύμφωνα με το επίσημο σύστημα βαθμολογίας επιδόσεων (PI Scoring) της ITRA (International Trail Running Association), που θα συγκεντρώσουν (με ανώτερο το όριο των τριών αθλητών-αθλητριών για κάθε κατηγορία) από την συμμετοχή τους στην παρακάτω σειρά αγώνων.

Οι αγώνες: (με την σειρά ημερομηνίας διεξαγωγής τους)

1. Ursa Trail 20χλμ.
2. Evrytania Trail Races, 30χλμ. (**Πανελλήνιο πρωτάθλημα Ορεινού Τρεξίματος 2025**)
3. Olympus Marathon 44χλμ.
4. Zagori Race 33χλμ.

Οι αθλητές/τριες θα πρέπει να συμμετάσχουν σε τρεις από τους τέσσερις αγώνες της σειράς η συμμετέχοντας και στους τέσσερις θα αξιολογηθούν για τους τρεις καλύτερους βαθμολογικά.

Η συμμετοχή στον αγώνα του Πανελληνίου Πρωταθλήματος (**Evrytania Trail Races, 30χλμ.**) κρίνεται ως υποχρεωτική και αποτελεί προϋπόθεση για την ένταξη των αθλητών/τριων στην διαδικασία επιλογής. Στην περίπτωση που κανένας από τους αθλητές η αθλήτριες δεν καταφέρει να πετύχει τα αναφερόμενα κριτήρια επιλογής, η στελέχωση της Εθνικής Ομάδας Ανδρών-Γυναικών, που θα συμμετάσχει στο Παγκόσμιο Πρωτάθλημα Ορεινού τρεξίματος, θα γίνει με ένα αθλητή και μια αθλήτρια, αυτούς με τον καλύτερο ΜΟ. Βαθμολογίας.

* Για την επιλογή των αθλητών-αθλητριών απαιτείται η επίτευξη ίση ή μεγαλύτερη του παρακάτω (PI Scoring) βαθμολογίας της ITRA.

Σύστημα αξιολόγησης ITRA	Άνδρες	Γυναίκες
Μ.Ο Βαθμολογίας (τρεις αγώνες)	840 βαθμοί	700 βαθμοί

15. ΙΑΤΡΙΚΕΣ ΕΞΕΤΑΣΕΙΣ:

Με τη φροντίδα και την ευθύνη των συλλόγων οι αθλητές και οι αθλήτριες θα πρέπει να έχουν εξετασθεί ιατρικώς πριν από τους αγώνες και να έχουν στην κατοχή τους την Κάρτα Υγείας Αθλητή, θεωρημένη σύμφωνα με την ισχύουσα νομοθεσία.

Η έκδοση της Κάρτας Υγείας Αθλητή (πιστοποίηση της υγείας των αθλητών και αθλητριών) είναι υποχρεωτική και αποτελεί προϋπόθεση για τη συμμετοχή τους σε προπονήσεις και αγώνες,

σύμφωνα με τα οριζόμενα στο άρθρο 16 του νόμου 4479/2017 και τον Γενικό Κανονισμό Οργάνωσης και Διεξαγωγής Πρωταθλημάτων και Αγώνων του Σ.Ε.Γ.Α.Σ.

Η Κάρτα Υγείας Αθλητή ισχύει για ένα (1) έτος από την θεώρησή της.

ΣΕ ΚΑΘΕ ΠΕΡΙΠΤΩΣΗ ΓΙΑ ΘΕΜΑΤΑ ΠΟΥ ΑΦΟΡΟΥΝ ΤΗΝ ΥΓΕΙΑ ΤΩΝ ΑΘΛΗΤΩΝ – ΤΡΙΩΝ ΑΛΛΑ ΚΑΙ ΓΙΑ ΚΑΘΕ ΠΙΘΑΝΟ ΠΡΟΒΛΗΜΑ ΠΟΥ ΘΑ ΠΑΡΟΥΣΙΑΣΤΕΙ ΚΑΤΑ ΤΗ ΔΙΑΡΚΕΙΑ ΤΩΝ ΑΓΩΝΩΝ ΚΑΙ ΟΦΕΙΛΕΤΑΙ ΣΕ ΕΛΛΕΙΨΗ ΠΡΟΛΗΠΤΙΚΟΥ ΙΑΤΡΙΚΟΥ ΕΛΕΓΧΟΥ, ΥΠΕΥΘΥΝΟΙ ΕΙΝΑΙ Ο ΕΚΠΡΟΣΩΠΟΣ ΤΟΥ ΣΩΜΑΤΕΙΟΥ ΚΑΘΩΣ ΚΑΙ Ο ΠΡΟΠΟΝΗΤΗΣ ΠΟΥ ΔΗΛΩΝΟΥΝ ΑΥΤΟΥΣ ΤΟΥΣ ΑΘΛΗΤΕΣ ΚΑΙ ΣΕ ΚΑΜΜΙΑ ΠΕΡΙΠΤΩΣΗ Η ΔΙΟΡΓΑΝΩΤΡΙΑ ΑΡΧΗ ΠΟΥ ΕΙΝΑΙ Ο ΣΕΓΑΣ.

16. ΥΓΕΙΟΝΟΜΙΚΟ ΠΡΩΤΟΚΟΛΛΟ ΔΙΕΞΑΓΩΓΗΣ ΔΙΟΡΓΑΝΩΣΗΣ:

Σε κάθε περίπτωση όλοι οι εμπλεκόμενοι με τη διοργάνωση θα πρέπει να τηρούν τα Υγειονομικά Πρωτόκολλα του Ε.Ο.Δ.Υ. και τα αντίστοιχα Υγειονομικά Πρωτόκολλα διεξαγωγής αγώνων που ισχύουν για τους αγώνες δρόμου, με τις οποιεσδήποτε τροποποιήσεις που θα ισχύουν μέχρι την ημερομηνία διεξαγωγής των αγώνων και αφορούν την πρόληψη της μετάδοσης της COVID – 19.

17. ΥΓΕΙΟΝΟΜΙΚΗ ΚΑΛΥΨΗ

Η υγειονομική κάλυψη της διοργάνωσης θα πραγματοποιηθεί από τις Υγειονομικές Υπηρεσίες του Δήμου Καρπενησίου. Οι διοργανωτές, σε συνεργασία με τον Επικεφαλής Ιατρό, τις Υπηρεσίες Έκτακτης Ανάγκης, το προσωπικό Πρώτων Βοηθειών και τις Εθελοντικές Ομάδες αναζήτησης και διάσωσης, θα λάβουν όλα τα απαραίτητα μέτρα, λόγω των ιδιαίτερων απαιτήσεων της διαδρομής, για την ασφάλεια των συμμετεχόντων αθλητών.

Σε κάθε σημείο ελέγχου και στη διαδρομή θα υπάρχουν Εθελοντές – Διασώστες, που θα παρέχουν πρώτες βοήθειες σε περίπτωση που παραστεί ανάγκη.

Η ασφάλιση των αθλητών επιβαρύνει τους ίδιους.

18. ΟΙΚΟΝΟΜΙΚΑ:

Ο Σ.Ε.Γ.Α.Σ. **ΔΕΝ** θα καλύψει έξοδα μετακίνησης στους αθλητές – τρεις που θα συμμετάσχουν στο Πανελλήνιο πρωτάθλημα Ορεινού δρόμου, αφού το αγώνισμα ΔΕΝ συμπεριλαμβάνεται στη Βαθμολογία – αξιολόγηση των αντίστοιχων Πανελληνίων Πρωταθλημάτων.

Διαμονή: Οι διοργανωτές έχουν εξασφαλίσει έκπτωση στα καταλύματα και ξενοδοχεία της περιοχής προκειμένου να εξυπηρετήσει τους συμμετέχοντες δρομείς και τους συνοδούς τους.

19. ΚΥΡΩΣΕΙΣ - ΑΡΝΗΤΙΚΗ ΒΑΘΜΟΛΟΓΙΑ:

19.1 Ενστάσεις που αφορούν την συμμόρφωση αθλητή-αθλήτριας με τους κανονισμούς και επηρεάζουν την κατάταξη των έξι (6) πρώτων νικητών και νικητριών του Πανελληνίου Πρωταθλήματος θα μπορούν να υποβάλλονται, εκτός των όσων αναφέρονται παρακάτω και κατά την διάρκεια διεξαγωγής του αγώνα και μέχρι τριάντα (30) λεπτά από την ανακοίνωση των έξι (6) πρώτων νικητών-νικητριών του Πανελληνίου Πρωταθλήματος.

Οι υπόλοιπες ενστάσεις, λόγω της ιδιομορφίας της διοργάνωσης, ως προς τα αποτελέσματα και την κατάταξη μπορούν υποβληθούν και μέχρι το αργότερο πέντε (5) εργάσιμες ημέρες μετά την λήξη του αγωνίσματος. Ως προθεσμία υποβολής ενστάσεων ορίζεται η **Παρασκευή 14 Ιουνίου 2025, ώρα 15:00.**

Οι ενστάσεις υποβάλλονται **ΜΟΝΟ** στα γραφεία του ΣΕΓΑΣ (Συγγρού 137, Νέα Σμύρνη) - τμήμα πρωτοκόλλου, απευθύνονται στην Ελλανόδικο Επιτροπή της Αγωνοδίκου του Πανελληνίου

Πρωταθλήματος και θα πρέπει να συνοδεύονται από το αντίστοιχο παράβολο που ορίζεται από τον κανονισμό.

19.2 Για οποιαδήποτε άλλη παράβαση όπως αντικανονική συμμετοχή με βάση την προκήρυξη ή την Κωδικοποίηση, πλαστοπροσωπία κλπ., επιλαμβάνεται η Επιτροπή Ελέγχου σωστής διεξαγωγής των Πανελληνίων Πρωταθλημάτων.

Η ανωτέρω Επιτροπή επιλαμβάνεται των ζητημάτων που προκύπτουν μετά από σχετική έγγραφη καταγγελία που υποβάλλεται στον ΣΕΓΑΣ, **μέχρι την Παρασκευή 14/06/2024** και ώρα 15:00 ή από ελέγχους που διεξάγει η ίδια μετά το πέρας των αγώνων.

Οι κυρώσεις που θα επιβάλλονται για τις παραπάνω περιπτώσεις αντικανονικής συμμετοχής θα είναι οι εξής:

- 1) Ο αθλητής-αθλήτρια τιμωρείται με ένα (1) χρόνο αποκλεισμό από όλες τις διοργανώσεις.
- 2) Το σωματείο τιμωρείται με μείον είκοσι (-20) βαθμούς, από την αξιολόγηση του αντίστοιχου πρωταθλήματος (Α/Γ) και εάν δεν υπάρχουν βαθμοί για αφαίρεση, αφαιρούνται από το σωματείο εκατό (100) βαθμοί διασυλλογικού πρωταθλήματος.

Υπολογίζουμε κάθε φορά την ετήσια αντιστοιχία των βαθμών των διασυλλογικών με την αντίστοιχη των πανελληνίων πρωταθλημάτων.

Εάν όμως έχει π.χ. μόνο 5 βαθμούς στο συγκεκριμένο πανελλήνιο πρωτάθλημα, τότε του αφαιρούνται αυτοί οι 5 βαθμοί και του αφαιρούνται και άλλοι 85 από το σύνολο των βαθμών των διασυλλογικών πρωταθλημάτων.

(Υπολογίζουμε με μια αναλογία ότι, 1 βαθμός πανελληνίου πρωταθλήματος αντιστοιχεί με 3 - 4 βαθμούς διασυλλογικών, ανάλογα φυσικά και με την αξιολόγηση κάθε χρονιάς).

- 3) Ειδικά σε περίπτωση πλαστοπροσωπίας και παραποίησης των στοιχείων με τα οποία δηλώνεται ο αθλητής-αθλήτρια θα ισχύουν όσα αναφέρονται παραπάνω στην παράγραφο 1 και επί πλέον το σωματείο θα μηδενίζεται και στις δύο Κατηγορίες των αθλητών-αθλητριών του πρωταθλήματος και επομένως δεν θα παίρνει κανένα βαθμό στο σύνολο των αγωνισμάτων αυτού του πρωταθλήματος.

Εάν το σωματείο έχει λιγότερους από είκοσι (20) βαθμούς, τότε του αφαιρούνται οι βαθμοί του πανελληνίου πρωταθλήματος και επί πλέον του αφαιρούνται και από το σύνολο των διασυλλογικών πρωταθλημάτων τόσοι βαθμοί όσοι είναι απαραίτητοι για να συμπληρώσει συνολικά, εκατό (100) βαθμούς διασυλλογικών. Υπολογίζουμε κάθε φορά την ετήσια αντιστοιχία των βαθμών των διασυλλογικών με την αντίστοιχη των πανελληνίων πρωταθλημάτων.

Π.χ. υπολογίζουμε με μια αναλογία, ότι 1 βαθμός πανελληνίου αντιστοιχεί με 3-4 βαθμούς διασυλλογικών, ανάλογα φυσικά και με την ετήσια αξιολόγηση της κάθε κατηγορίας.

20. ΜΕΤΡΑ ΑΣΦΑΛΕΙΑΣ ΔΡΟΜΕΩΝ

Δεν απαιτείται υποχρεωτικός εξοπλισμός, συστήνεται ελάχιστος εξοπλισμός επιβίωσης και τουλάχιστον 2 μπουκαλάκια ή φλασκί με νερό. Λόγω καιρικών αλλαγών μπορεί να απαιτηθεί από την διοργάνωση υποχρεωτικός εξοπλισμός.

Οι συμμετέχοντες δρομείς θα πρέπει να είναι ιδιαίτερα προσεκτικοί στην κίνησή τους στα δύσκολα σημεία της διαδρομής και οφείλουν να σέβονται τους υπόλοιπους συναθλητές τους, να μην αλληλοεμποδίζονται στην προσπάθειά τους, να επιτρέπουν σε πιο γρήγορους δρομείς να τους προσπεράσουν και γενικά να μην εμποδίζουν την ομαλή διεξαγωγή του αγώνα.

Η εποπτεία - επιτήρηση της διαδρομής του αγώνα θα γίνεται με ειδικές ομάδες ασφάλειας, αναζήτησης και διάσωσης και παροχής ιατρικής βοήθειας. Το προσωπικό ασφάλειας και οι κριτές θα έχουν την δυνατότητα να υποδείξουν στους αθλητές ότι πρέπει να αλλάξουν κατεύθυνση για λόγους ασφάλειας ή να διακόψουν την προσπάθεια εφόσον ο γιατρός κρίνει ότι κάποιος αθλητής κινδυνεύει. Άρνηση συμμόρφωσης θα σημαίνει αποκλεισμό από τον αγώνα. Σε περίπτωση έκτακτης ανάγκης και μετά από σχετική εισήγηση των γιατρών του αγώνα θα επεμβαίνει όχημα έκτακτης ανάγκης κατά μήκος της διαδρομής προκειμένου να γίνει περισυλλογή και διακομιδή.

Σε περίπτωση τραυματισμού αθλητή, θα πρέπει να ειδοποιηθεί άμεσα το προσωπικό της διοργάνωσης καθώς και οι Εθελοντές – Διασώστες που καλύπτουν τη διαδρομή, από τους αθλητές που θα αντιληφθούν τέτοιο περιστατικό.

Δεν επιτρέπεται η χρήση μπατόν πεζοπορίας από τους αθλητές και εξωτερική βοήθεια ή συνοδεία προς τους αθλητές.

Αν παραστεί ανάγκη (εξαιρετικά επικίνδυνες καιρικές συνθήκες), θα εξεταστεί το ενδεχόμενο τροποποίησης της διαδρομής ή και αναβολής για μικρό χρονικό διάστημα της εκκίνησης, ή και ματαίωσης ή και διακοπής του αγώνα, προκειμένου να μη τεθεί σε κίνδυνο η σωματική ακεραιότητα των συμμετεχόντων.

Τέλος, οι συμμετέχοντες αθλητές δεν επιτρέπεται να χρησιμοποιούν φορητές συσκευές ήχου (MP3 κ.α.) προκειμένου να είναι σε θέση να αντιληφθούν καταστάσεις κινδύνου (πτώσεις βράχων, πτώση συναθλητών, κάλεσμα σε βοήθεια κ.α.), ιδιαίτερα αν οι καιρικές συνθήκες την ημέρα διεξαγωγής του αγώνα είναι δύσκολες (έντονη βροχόπτωση κ.α.)

Θα υπάρχει διαδικασία περισυλλογής δρομέων που εγκαταλείπουν τον αγώνα.

21. ΟΡΓΑΝΩΤΙΚΟΙ ΕΚΠΡΟΣΩΠΟΙ ΣΕΓΑΣ

Οργανωτικοί Εκπρόσωποι του Πρωταθλήματος ορίζονται οι κ.κ. **Ιάκωβος Πετσούλας**, Μέλος του ΣΕΓΑΣ και **Ιωάννης Μίγας**, Ταμίας της ΕΑΣ ΣΕΓΑΣ Ανατ. Στερεάς-Εύβοιας.

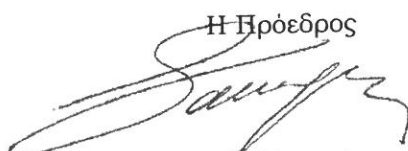
22. ΤΕΧΝΙΚΟΙ ΥΠΕΥΘΥΝΟΙ ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΟΥ ΠΡΩΤΑΘΛΗΜΑΤΟΣ

Τεχνικοί υπεύθυνοι ορίζονται, **οι τεχνικοί της επιτροπής Αγώνων Σε Δημόσιο Δρόμο και Βουνό Σ.Ε.Γ.Α.Σ. κ. Άγγελος Προβατάς και κ. Παναγιώτης Παπούλιας**, με αρμοδιότητες όσα αναφέρει το άρθρο 112 των κανονισμών αγώνων στίβου έκδοσης Σ.Ε.Γ.Α.Σ. 2024, καθώς και το άρθρο 14 του γενικού κανονισμού οργάνωσης και διεξαγωγής πρωταθλημάτων και αγώνων στίβου και σε συνεργασία με τον Αλυτάρχη του πρωταθλήματος και τον Υπεύθυνο της Υπηρεσίας του προσωπικού του Σ.Ε.Γ.Α.Σ.

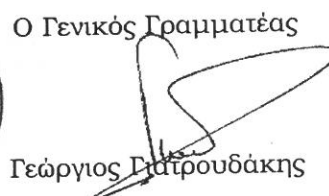
23. ΥΠΕΥΘΥΝΟΙ ΔΙΑΔΡΟΜΗΣ & ΕΓΚΑΤΑΣΤΑΣΗΣ

Υπεύθυνοι Διαδρομής & Εγκατάστασης ορίζονται, **ο τεχνικός σύμβουλος της ΕΑΣ ΣΕΓΑΣ Αν.Στερεάς & Εύβοιας κ. Ντίνος Μπουλούκος και ο Πρόεδρος του Συλλόγου «Ε4 Το Πάντα Βρέχει» κ. Γιώργος Τσακίρης**, οι οποίοι σε συνεργασία με τον Οργανωτικό Εκπρόσωπο, τον Τεχνικό Υπεύθυνο, τον Αλυτάρχη και τον Γυμνασίαρχο θα ασχοληθούν επί θεμάτων προετοιμασίας και σήμανσης της αγωνιστικής διαδρομής καθώς και του αθλητικού εξοπλισμού.

Με αθλητικούς χαιρετισμούς

Η Πρόεδρος

Σοφία Σακοράφα



Ο Γενικός Γραμματέας

Γεώργιος Πατρουδάκης

Συνημμένα:

- Σταθμοί Υποστήριξης διαδρομής
- Γράφημα διαδρομής
- Χάρτης διαδρομής
- Υψομετρικό διάγραμμα
- Όροι - Κανονισμοί
- Δήλωση συμμετοχής

Κοινοποίηση:

- Περιφερειακή Ενότητα Ευρυτανίας
- Δήμο Καρπενησίου
- ΕΑΣ ΣΕΓΑΣ Αν.Στερεάς & Εύβοιας

Εσωτερική Διανομή:

- Υγειονομική Υπηρεσία ΣΕΓΑΣ
- ΚΕΚ / ΣΕΓΑΣ
- Γραφείο Τύπου ΣΕΓΑΣ
- Γραφείο Υψηλού Αθλητισμού
- Γραφείο Ανάπτυξης
- Γραφείο Μάρκετινγκ – Λογιστήριο
- Χάρτης διαδρομής
- Υψομετρικό διάγραμμα

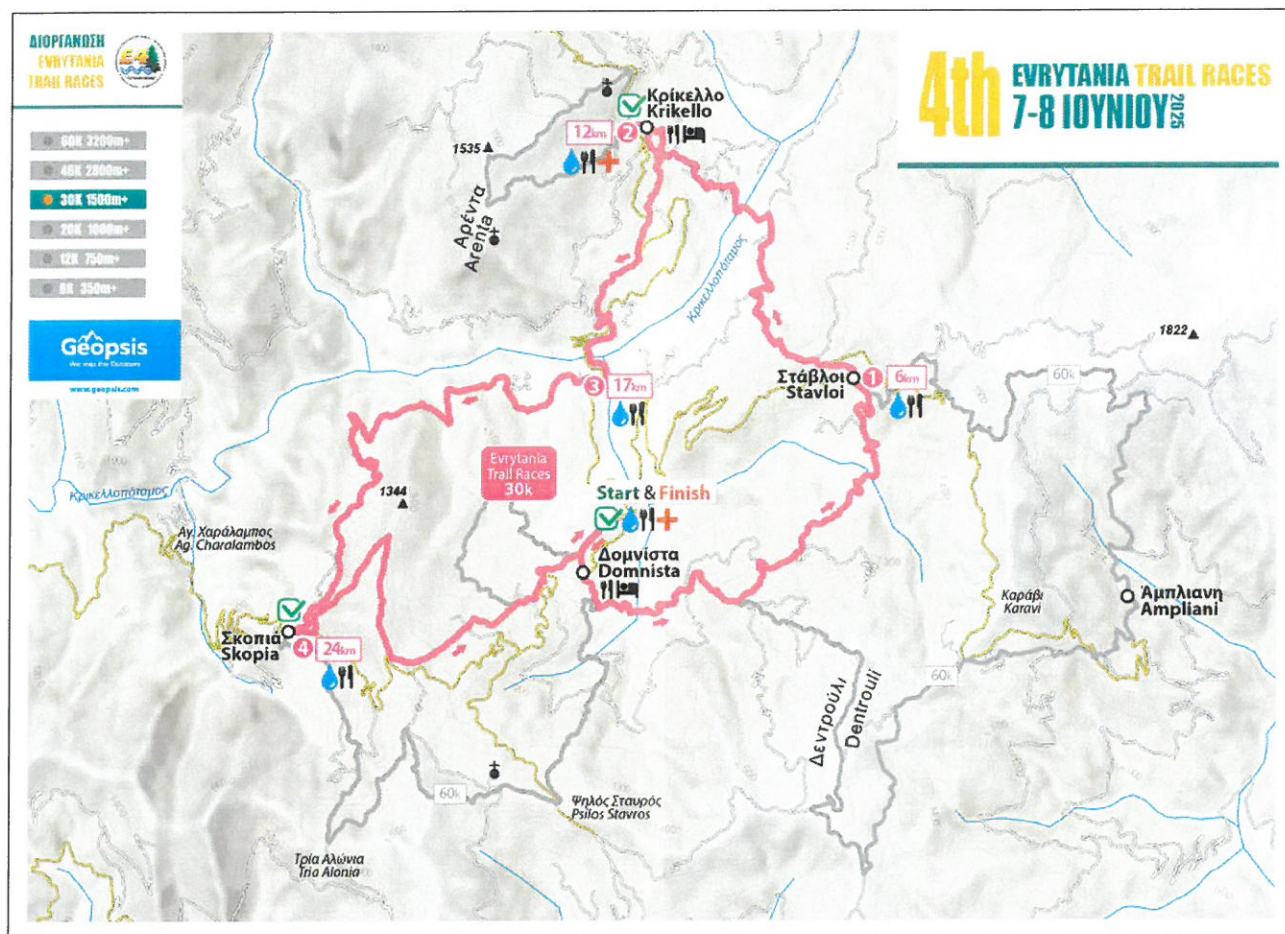
ΣΤΑΘΜΟΙ ΥΠΟΣΤΗΡΙΞΗΣ ΤΩΝ ΑΘΛΗΤΩΝ-ΣΗΜΕΙΑ ΕΛΕΓΧΟΥ

ΣΤΑΘΜΟΣ		ΧΛΜ.	ΥΨΟΜΕΤΡΟ	ΤΡΟΦΟΔΟΣΙΑ ΑΓΩΝΑ			
				ΝΕΡΟ	ΤΖΕΛ	ΜΠΑΡΑ	ΞΗΡΟΙ ΚΑΡΠΟΙ
1	ΣΤΑΒΛΟΙ	6χλμ.	1.250μ.	+	+	+	+
2	ΚΡΙΚΕΛΛΟ	12χλμ.	1.100μ.	+	+	+	+
3	ΚΡΙΚΕΛΛΟΠΟΤΑΜΟΣ	17χλμ.	900μ.	+	+	+	+
4	ΣΚΟΠΙΑ	24χλμ.	1.100μ.	+	+	+	+

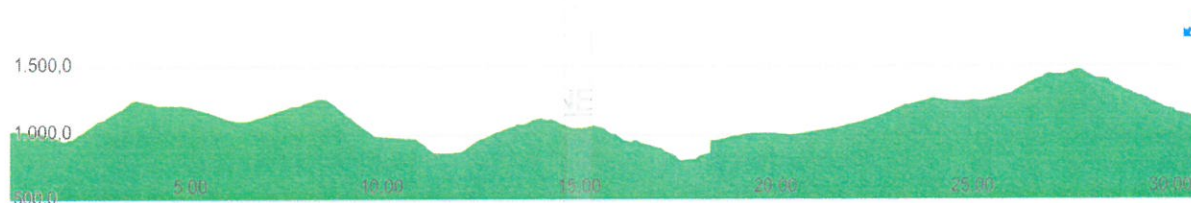
Γράφημα διαδρομής:

Link: [ΓΡΑΦΗΜΑ ΔΙΑΔΡΟΜΗΣ- GARMIN CONNECT](#)

Χάρτης Διαδρομής:



Υψομετρικό γράφημα διαδρομής:



Πίνακας Α'

ΑΓΩΝΙΣΤΙΚΗ ΕΜΦΑΝΙΣΗ ΣΥΛΛΟΓΟΥ ΣΤΑ ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΑ & ΔΙΑΣΥΛΛΟΓΙΚΑ ΠΡΩΤΑΘΛΗΜΑΤΑ

ΠΡΟΔΙΑΓΡΑΦΕΣ

ΑΝΩ ΙΜΑΤΙΣΜΟΣ

ΣΥΝΟΛΟ ΜΕΧΡΙ 4 ΛΟΓΟΤΥΠΑ

1x ΣΗΜΑ ΣΥΛΛΟΓΟΥ

1x ΛΟΓΟΤΥΠΟ ΚΑΤΑΣΚΕΥΑΣΤΗ

2x ΕΜΠΟΡΙΚΟΙ ΧΟΡΗΓΟΙ

μέχρι 5εκ ύψος ή μέχρι 10εκ πλάτος με μέγιστο εμβαδό 40εκ² (π.χ. 5x8 ή 4x10)

Το λογότυπο κατασκευαστή μπορεί να εμφανίζεται μόνο μπροστά. Όλες οι άλλες θέσεις είναι προαιρετικές και μπορούν να εμφανιστούν στα μανίκια ή πίσω.

ΟΝΟΜΑ ΣΥΛΛΟΓΟΥ

Μπροστά ή πίσω

Κατακόρυφο μεγ. πλάτος 10cm; Οριζόντιο μεγ. ύψος 10cm

ΚΑΤΩ ΙΜΑΤΙΣΜΟΣ

ΣΥΝΟΛΟ ΜΕΧΡΙ 4 ΛΟΓΟΤΥΠΑ

1x ΣΗΜΑ ΣΥΛΛΟΓΟΥ

1x ΛΟΓΟΤΥΠΟ ΚΑΤΑΣΚΕΥΑΣΤΗ

μέχρι 5εκ ύψος ή μέχρι 10εκ πλάτος με μέγιστο εμβαδό 40εκ² (π.χ. 5x8 ή 4x10)

Το λογότυπο κατασκευαστή μπορεί να εμφανίζεται μόνο μπροστά. Όλες οι άλλες θέσεις είναι προαιρετικές και μπορούν να εμφανιστούν μπροστά ή πίσω.

ΟΝΟΜΑ ΣΥΛΛΟΓΟΥ

Μπροστά ή πίσω

Κατακόρυφο μεγ. πλάτος 5cm; Οριζόντιο μεγ. ύψος 5cm

ΟΛΑ ΤΑ ΑΛΛΑ ΡΟΥΧΑ / ACCESSORIES

ΣΥΝΟΛΟ ΜΕΧΡΙ 2 ΛΟΓΟΤΥΠΑ

1x ΣΗΜΑ/ΟΝΟΜΑ ΣΥΛΛΟΓΟΥ

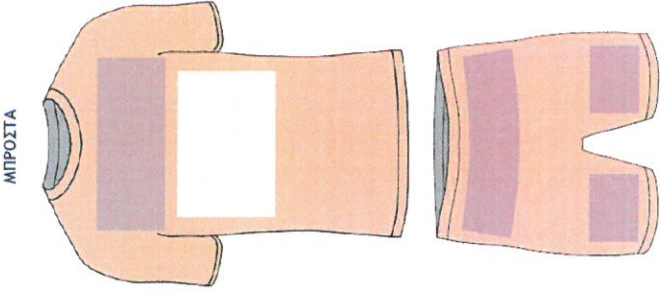
1x ΚΑΤΑΣΚΕΥΑΣΤΗΣ

Σήμα/όνομα συλλόγου μεγ. 5cm ύψος

Σήμα κατασκευαστή 4cm ύψος ή πλάτος, μεγ. 10cm²

ΤΟΠΟΘΕΤΗΣΗ

ΜΠΡΟΣΤΑ

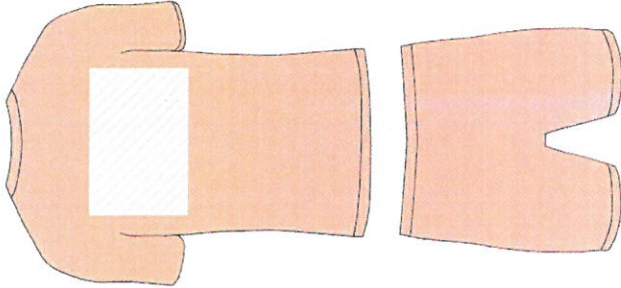


Καθορισμένοι χώροι για:
Λογότυπο κατασκευαστή

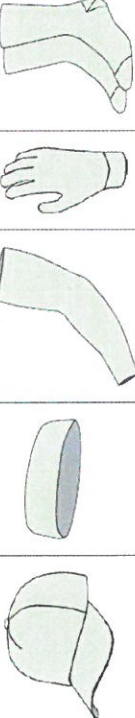
Καθορισμένοι χώροι για:
Σήμα συλλόγου
Εμπορικοί χορηγοί
Σύλλογος

Τοποθέτηση Bib

ΠΙΣΩ



Καθορισμένοι χώροι για:
Σήμα/Όνομα συλλόγου
Λογότυπο κατασκευαστή



ΥΠΟΜΗΝΗΜΑ ΓΙΑ ΤΟΠΟΘΕΤΗΣΕΙΣ

Όλες οι θέσεις εξαρτώνται από τον τύπο/στυλ του αθλητικού kit αγώνων π.χ. αν έχει μανίκια, φερμουάρ, γιλέκα, κ.λπ.