



Αρ. Πρωτ.: 2474

Αθήνα, 31 Μαρτίου 2025

Προς: Ε.Α.Σ. Σ.Ε.Γ.Α.Σ.
(Για ενημέρωση σωματείων τους)

ΠΡΟΚΗΡΥΞΗ
ΑΓΩΝΙΣΜΑΤΟΣ
10.000μ. ΑΝΔΡΩΝ - ΓΥΝΑΙΚΩΝ & K23
ΤΩΝ ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΩΝ ΠΡΩΤΑΘΛΗΜΑΤΩΝ
ΑΝΔΡΩΝ - ΓΥΝΑΙΚΩΝ & K23 Α-Γ 2025
ΣΤΗ ΜΝΗΜΗ «ΒΑΣΙΛΗ ΜΑΥΡΑΠΟΣΤΟΛΟΥ»
ΑΙΓΙΟ, Δημοτικό Στάδιο Αιγίου
Σάββατο, 26 Απριλίου 2025

Ο ΣΕΓΑΣ προκηρύσσει τα αγωνίσματα των **10.000μ. Ανδρών - Γυναικών και K23 των Πανελληνίων Πρωταθλημάτων Α-Γ και K23**. Το Πρωτάθλημα διοργανώνεται σε συνεργασία με τον Δήμο Αιγιαλείας, την ΕΑΣ ΣΕΓΑΣ Βόρειας Πελοποννήσου και τον Αθλητικό Σύλλογο «Αθηνόδωρος ο Αιγιεύς», σύμφωνα με τους παρακάτω όρους:

1. ΤΟΠΟΣ - ΗΜΕΡΟΜΗΝΙΑ ΤΕΛΕΣΗΣ :

Ο Αγώνας θα διεξαχθεί στην πόλη του Αιγίου, Δημοτικό Στάδιο Αιγίου, **το Σάββατο 26 Απριλίου 2025.**

2. ΩΡΑ ΔΙΕΞΑΓΩΓΗΣ - ΔΙΑΔΙΚΑΣΙΑ ΔΙΕΞΑΓΩΓΗΣ

Το αγώνισμα των 10.000μ. θα διεξαχθεί σύμφωνα με το παρακάτω πρόγραμμα:

Ωρα έναρξης	Αγώνισμα	Τελικός / Τελική Σειρά
19:15	10.000μ. Ανδρών & K23 Ανδρών	Α' Τελική Σειρά*
20:15	10.000μ. Γυναικών & K23 Γυναικών	Τελικός
21:15	10.000μ. Ανδρών & K23 Ανδρών	Β' Τελική Σειρά

*εφόσον κριθεί απαραίτητη

Μετά την επεξεργασία των δηλώσεων συμμετοχής οι ώρες διεξαγωγής των αγωνισμάτων ενδέχεται να τροποποιηθούν.

ΕΠΙΣΗΜΟΙ ΧΟΡΗΓΟΙ ΣΕΓΑΣ

ΜΕΓΑΛΟΙ ΧΟΡΗΓΟΙ ΣΕΓΑΣ



3. ΔΙΚΑΙΩΜΑ ΣΥΜΜΕΤΟΧΗΣ - ΗΛΙΚΙΕΣ

3.1 Στους Αγώνες δικαίωμα συμμετοχής έχουν αθλητές και αθλήτριες για τους οποίους έχει εκδοθεί **ΔΕΛΤΙΟ ΑΘΛΗΤΙΚΗΣ ΙΔΙΟΤΗΤΑΣ** και είναι ενεργό (έχει εκδοθεί* ή ανανεωθεί κατά την τρέχουσα αγωνιστική περίοδο σύμφωνα με τις δηλώσεις των σωματείων) και ανήκουν οπωσδήποτε στη δύναμη των Σωματείων – Μελών του Σ.Ε.Γ.Α.Σ., που έχουν λάβει ειδική αθλητική αναγνώριση (άρθρο 8 του ν. 2725/1999 όπως τροποποιήθηκε και ισχύει) και είναι εγγεγραμμένα στο Ηλεκτρονικό Μητρώο Ερασιτεχνικών Αθλητικών Σωματείων της ΓΓΑ (άρθρο 142 του ν. 4714/2020).

Διευκρίνιση: επισημαίνεται ότι σύμφωνα με την παρ. 1Α του άρθρου 8 του ν.2725/1999 «Κατά τα πρώτα δύο (2) έτη από την εγγραφή του σε αθλητική ένωση ή ομοσπονδία, το αθλητικό σωματείο μετέχει στην αγωνιστική δραστηριότητα της οικείας ένωσης ή ομοσπονδίας, πλην των Πανελληνίων αγώνων και Πρωταθλημάτων ή των τελικών φάσεων Πανελληνίων Αγώνων και Πρωταθλημάτων, χωρίς να διαθέτει ειδική αθλητική αναγνώριση, την οποία μπορεί να αιτηθεί και να λάβει το αργότερο εντός του ίδιου χρονικού διαστήματος».

* Κάθε νέα έκδοση Δελτίου Αθλητικής Ιδιότητας αθλητή-αθλήτριας εντός του έτους, καθιστά αυτομάτως ενεργό το Δελτίο Αθλητικής Ιδιότητας για την τρέχουσα αγωνιστική περίοδο, από την ημερομηνία εγγραφής στο μητρώο της Ομοσπονδίας έως 31/12/2025 (Λήξη Δελτίου). Η επικαιροποίηση της κατάστασης (ενεργό ή ανενεργό) του Δελτίου Αθλητικής Ιδιότητας αθλητή-αθλήτριας γίνεται με δήλωση του σωματείου προς το τμήμα μητρώου της Ομοσπονδίας, εντός της προθεσμίας που ορίζεται με απόφαση του Διοικητικού Συμβουλίου. Ενεργό Δελτίο Αθλητικής Ιδιότητας για την τρέχουσα αγωνιστική περίοδο, αθλητών και αθλητριών για τους οποίους έχουν καταχωρηθεί αποτελέσματα αγώνων, δεν μπορεί να καταστεί ανενεργό μέχρι τη λήξη του, στις 31/12/2025.

Σχόλια:

Το άρθρο 41 του ν.4809/2021, ΦΕΚ Α` 102/19.06.2021, είναι Τροποποίηση της παρ. 5 του άρθρου 8 του ν. 2725/1999.

3.2 Στον αγώνα δικαίωμα συμμετοχής έχουν οι αθλητές-αθλήτριες:

- ❖ Για τα 10.000μ. K23 Ανδρών οι γεννηθέντες το **2003 – 2004- 2005 - 2006**
- ❖ Για τα 10.000μ. K23 Γυναικών οι γεννηθείσες το **2003 – 2004 – 2005 - 2006**
- ❖ Για τα 10.000μ. Ανδρών – Γυναικών οι γεννηθέντες το **2005** και μεγαλύτεροι

3.2.1 Θα διεξαχθεί ένας αγώνας* 10.000μ. Ανδρών & K23 Ανδρών και ένας αγώνας 10.000μ. Γυναικών & K23 Γυναικών. Στους αγώνες αυτούς θα συμμετέχουν όλες οι παραπάνω αναφερόμενες ηλικίες, αλλά θα γίνει ξεχωριστή κατάταξη και βαθμολόγηση για κάθε κατηγορία.

*ανάλογα με τη συμμετοχή μπορεί να διεξαχθεί σε μία (1) ή δύο (2) τελικές σειρές.

3.2.2 - Οι αθλητές – αθλήτριες της Κατηγορίας K23 Ανδρών - Γυναικών (2003 – 2004 - 2005) **δηλώνονται υποχρεωτικά** και στις αντίστοιχες Κατηγορίες Ανδρών – Γυναικών.

Οι αθλητές που γεννήθηκαν το 2006 δηλώνονται και αγωνίζονται μόνο στα 10.000μ. της κατηγορίας K23 Ανδρών - Γυναικών.

3.3 Στους αγώνες δικαίωμα συμμετοχής έχουν μόνο 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.

3.4 Στον αγώνα θα λάβουν μέρος ΜΟΝΟ εκείνοι οι αθλητές που έχουν δηλωθεί από τους συλλόγους τους όπως προβλέπει η προκήρυξη.

4. ΟΡΙΑ ΠΡΟΚΡΙΣΗΣ

4.1 Στο αγώνισμα των 10.000μ. δικαίωμα συμμετοχής έχουν οι αθλητές-τριες που έχουν επιτύχει καλύτερες επιδόσεις, τα έτη 2023 - 2024 - 2025, σε ένα από τα αγωνίσματα που αναφέρονται στον παρακάτω πίνακα:

Αγώνισμα	Ανδρες	Κ23 Α	Γυναίκες	Κ23 Γ
5.000μ.	15:56.50	16:10.50	20:40.50	20:55.50
10.000μ.	33:20.14	33:33.14	43:00.14	43:30.14
3.000μ. με Φ.Ε.	09:55.24	10:10.24	13:02.24	13:10.24
10χλμ.	33:30	33:45	43:10	43:30
Ημιμαραθώνιος	1:13:54	1:14:10	1:34:54	1:35:35
Μαραθώνιος	2:34:35	2:35:35	3:22:15	3:23:15

4.2 Αγώνες επίτευξης ορίων:

4.2.1 Ως επίσημοι αγώνες για την επίτευξη των ορίων θεωρούνται οι αγώνες που διεξάγονται εντός σταδίου και διοργανώνονται από τον Σ.Ε.Γ.Α.Σ., τις Ε.Α.Σ. Σ.Ε.Γ.Α.Σ. ή από τα Σωματεία μέλη του ΣΕΓΑΣ (με την έγκριση του Σ.Ε.Γ.Α.Σ. και των Ε.Α.Σ. Σ.Ε.Γ.Α.Σ.) ή το Πανελλήνιο Φοιτητικό Πρωτάθλημα, με την προϋπόθεση ότι διεξάγεται με τη συνεργασία του Σ.Ε.Γ.Α.Σ. και τέλος το Πρωτάθλημα Ενόπλων Δυνάμεων και Σωμάτων Ασφαλείας, με την προϋπόθεση ότι διεξάγεται με τη συνεργασία του Σ.Ε.Γ.Α.Σ.

4.2.2 Οι αναγραφόμενες επιδόσεις σε αγωνίσματα εκτός σταδίου θα πρέπει να έχουν επιτευχθεί:

- σε επιλεγμένες από την Ομοσπονδία αγωνιστικές διαδρομές στην Ελλάδα (βλέπε Πίνακα 6) που είναι μετρημένες και πιστοποιημένες από **WA/AIMS και ΣΕΓΑΣ**.
- σε διεθνείς συναντήσεις ή επίσημους αγώνες του εξωτερικού, όταν διοργανώνονται από την WA, την ΕΑΑ ή είναι με την έγκρισή τους, αναφέρονται στο διεθνές καλεντάρι και οι αθλητές - αθλήτριες συμμετέχουν με την άδεια της Ομοσπονδίας. Σε περίπτωση επίτευξης επίδοσης σε αγώνα του εξωτερικού θα πρέπει επιπλέον να επισυνάπτεται βεβαίωση της διοργάνωσης ή απόσπασμα από τα επίσημα αποτελέσματα.

4.3 Επιπλέον προϋποθέσεις

Δικαίωμα συμμετοχής έχουν επίσης οι αθλητές - αθλήτριες που εκπληρώνουν μία από τις παρακάτω προϋποθέσεις :

4.3.1 Να έχουν καταταγεί στη **12αδα** του αγωνίσματος (10.000μ.) στο Πανελλήνιο Πρωτάθλημα που αγωνίστηκαν την προηγούμενη χρονιά 2024.

4.3.2 Να έχουν καταταγεί στη **15αδα** της Ετήσιας Λίστας της κατηγορίας τους στο αγώνισμα (10.000μ.) το προηγούμενο έτος (2024).

4.3.3 Στην περίπτωση **ισοπαλίας** στη **δωδέκατη** θέση της κατάταξης των Πανελληνίων Πρωταθλημάτων ή της Ετήσιας Λίστας του 2024 (15αδα), που εξασφαλίζει τη συμμετοχή στα πρωταθλήματα του 2025, προκρίνονται όλοι οι ισόπαλοι αθλητές - αθλήτριες.

4.4 Συμμετοχή Χωρίς Όριο (Χ.Ο.)

Για το αγώνισμα των 10.000μ. Ανδρών - Γυναικών & K23 Α-Γ, δεν θα ισχύσει η συμμετοχή χωρίς όριο.

4.5 ΤΑ ΣΩΜΑΤΕΙΑ ΠΟΥ ΕΧΟΥΝ ΣΤΗ ΔΥΝΑΜΗ ΤΟΥΣ ΚΥΠΡΙΟΥΣ ΑΘΛΗΤΕΣ (πριν τη συμπλήρωση του 27^{ου} έτους της ηλικίας τους) ΚΑΙ ΟΙ ΟΠΟΙΟΙ ΣΠΟΥΔΑΖΟΥΝ ΣΕ ΕΛΛΗΝΙΚΑ ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΑ ΙΔΡΥΜΑΤΑ (ΑΕΙ - ΤΕΙ) ΘΑ ΠΡΕΠΕΙ ΝΑ ΕΧΟΥΝ ΚΑΤΑΘΕΣΕΙ ΣΤΟΝ ΣΕΓΑΣ ΠΡΙΝ ΤΗ ΔΙΕΞΑΓΩΓΗ ΤΟΥ ΠΡΩΤΑΘΛΗΜΑΤΟΣ ΒΕΒΑΙΩΣΗ ΣΠΟΥΔΩΝ ΓΙΑ ΤΟ ΑΚΑΔΗΜΑΪΚΟ ΕΤΟΣ 2024 - 2025 ΣΥΜΦΩΝΑ ΜΕ ΤΟΝ ΙΣΧΥΟΝΤΑ ΚΑΝΟΝΙΣΜΟ ΕΓΓΡΑΦΩΝ - ΜΕΤΑΓΡΑΦΩΝ ΟΜΟΓΕΝΩΝ ΚΑΙ ΑΛΛΟΔΑΠΩΝ ΑΘΛΗΤΩΝ ΤΟΥ ΣΕΓΑΣ (εφημερίδα της Κυβερνήσεως, αρ. φύλλου 2345/18 Νοεμβρίου 2008, άρθρο 6).

Ειδικά για τους αθλητές - αθλήτριες που έχουν πάρει μεταγραφή το 2024, η σχετική βεβαίωση έχει ήδη κατατεθεί με τα δικαιολογητικά για την έγκριση της μεταγραφής.

5. ΔΗΛΩΣΕΙΣ ΣΥΜΜΕΤΟΧΗΣ

5.1 Οι δηλώσεις συμμετοχής πρέπει να σταλούν με email μέχρι και τη **Δευτέρα 14 Απριλίου 2025 και ώρα 14:00** στον Σ.Ε.Γ.Α.Σ. στην ηλεκτρονική διεύθυνση entries@segas.gr. Μετά την παρέλευση αυτής της προθεσμίας δε θα γίνεται δεκτή καμία δήλωση συμμετοχής.

Σημείωση: σε περίπτωση προβλήματος θα πρέπει να επικοινωνήσετε με την κ. Λία Λέκκα στο τηλέφωνο **211-18.77.737**.

5.2 Η υποβολή της δήλωσης θα γίνεται **αποκλειστικά ηλεκτρονικά** στη συνημμένη φόρμα εγγραφής (Excel) που έχει αναρτηθεί στην ιστοσελίδα της Ομοσπονδίας.

5.3 Σημειώνεται ότι στο έντυπο συμμετοχής πρέπει **ΥΠΟΧΡΕΩΤΙΚΑ** να αναγράφεται και ο αγώνας που έχει επιτευχθεί το όριο συμμετοχής.

5.4 **Μετά από ενημέρωση της ΓΓΑ (επιστολή με αρ. πρωτ.: 6808/05.03.24) είναι ΥΠΟΧΡΕΩΤΙΚΗ η καταχώρηση των στοιχείων των προπονητών ανά αθλητή (ονοματεπώνυμο και κωδ. Γ.Γ.Α. άδειας άσκησης επαγγέλματος προπονητή).**

Η ΕΥΘΥΝΗ ΓΙΑ ΤΗ ΣΩΣΤΗ ΑΝΑΓΡΑΦΗ ΤΩΝ ΠΑΡΑΠΑΝΩ ΣΤΟΙΧΕΙΩΝ ΒΑΡΥΝΕΙ ΤΟ ΣΩΜΑΤΕΙΟ.

5.5 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.

5.6 Μετά την επεξεργασία και καταχώρηση των δηλώσεων συμμετοχής θα ανακοινώνονται στην ιστοσελίδα της Ομοσπονδίας οι λίστες συμμετοχής των αγωνισμάτων προκειμένου να ενημερώνονται όλοι οι ενδιαφερόμενοι.

ΠΡΟΣΟΧΗ!!!: ΜΕΤΑ ΤΗΝ ΑΝΑΚΟΙΝΩΣΗ ΤΩΝ ΣΥΜΜΕΤΟΧΩΝ ΣΤΗΝ ΙΣΤΟΣΕΛΙΔΑ ΤΗΣ ΟΜΟΣΠΟΝΔΙΑΣ ΔΕΝ ΘΑ ΓΙΝΕΤΑΙ ΔΕΚΤΗ ΚΑΜΜΙΑ ΔΗΛΩΣΗ ΣΥΜΜΕΤΟΧΗΣ ΕΣΤΩ ΚΑΙ ΔΙΟΡΘΩΤΙΚΗ ΠΡΟΚΕΙΜΕΝΟΥ ΝΑ ΔΙΑΣΦΑΛΙΣΘΕΙ Η ΕΓΚΥΡΟΤΗΤΑ ΤΟΥ ΠΡΩΤΑΘΛΗΜΑΤΟΣ. Η ΑΡΜΟΔΙΑ ΥΠΗΡΕΣΙΑ ΘΑ ΚΑΤΑΧΩΡΕΙ ΜΟΝΟ ΔΗΛΩΣΕΙΣ ΓΙΑ ΤΙΣ ΟΠΟΙΕΣ ΦΕΡΕΙ ΤΗΝ ΕΥΘΥΝΗ ΤΗΣ ΜΗ ΚΑΤΑΧΩΡΗΣΗΣ.

ΔΙΕΥΚΡΙΝΗΣΗ:

Για την καλύτερη οργάνωση των αγωνισμάτων οι Σύλλογοι θα πρέπει να δηλώσουν **ΑΠΟΚΛΕΙΣΤΙΚΑ ΜΟΝΟ ΤΟΥΣ ΑΘΛΗΤΕΣ-ΤΡΙΕΣ ΠΟΥ ΠΡΑΓΜΑΤΙΚΑ ΘΑ ΛΑΒΟΥΝ ΜΕΡΟΣ.**

6. ΒΑΘΜΟΛΟΓΙΑ - ΑΞΙΟΛΟΓΗΣΗ

6.1 Βαθμολογία Ανδρών - Γυναικών: βαθμολογούνται οι 16 πρώτοι αθλητές - τριες και από τις δύο κατηγορίες μαζί Α-Γ και Κ23 Α-Γ (εκτός από τους γεννηθέντες το 2006) με την κλίμακα: **13-11-10-9-8-7-6-5-4-3-2-1-1-1-1-1**, με την προϋπόθεση ότι θα πετύχουν τα όρια βαθμολόγησης της παραγράφου 6.3.

6.2 Βαθμολογία Κ23 Ανδρών - Γυναικών: βαθμολογούνται οι 16 πρώτοι αθλητές (2003 - 2004 - 2005 - 2006) και οι 16 πρώτες αθλήτριες (2003 - 2004 - 2005 - 2006) με την κλίμακα: **13-11-10-9-8-7-6-5-4-3-2-1-1-1-1-1**, με την προϋπόθεση ότι θα πετύχουν τα όρια βαθμολόγησης της παραγράφου 6.3.

6.3 Όρια βαθμολόγησης

Τα όρια βαθμολόγησης ανά κατηγορία για το αγώνισμα των 10.000μ. είναι:

Κατηγορία	Επίδοση - Όριο βαθμολόγησης
Ανδρών	33:30.14
Γυναικών	43:50.14
Κ23 Ανδρών	33:53.14
Κ23 Γυναικών	44:30.14

Οι βαθμολογίες των αγωνισμάτων των 10.000μ. θα συνυπολογιστούν στη Γενική Βαθμολογία των Πανελληνίων Πρωταθλημάτων Ανδρών - Γυναικών και Κ23 του 2025.

6.4 Οι αθλητές-αθλήτριες που θα λάβουν μέρος στο αγώνισμα των 10.000μ. εξαντλούν ένα από τα αγωνίσματα που έχουν δικαίωμα συμμετοχής στα Πανελλήνια Πρωταθλήματα Ανδρών-Γυναικών και Κ23.

7. ΕΠΑΘΛΑ

Στον πρώτο - πρώτη νικητή-νικήτρια της κάθε Κατηγορίας θα απονεμηθεί Κύπελλο - Δίπλωμα - Μετάλλιο Πανελληνιονίκη επίχρυσο, στον δεύτερο - δεύτερη Δίπλωμα - Μετάλλιο Πανελληνιονίκη επάργυρο και στον τρίτο - τρίτη Δίπλωμα - Μετάλλιο Πανελληνιονίκη χάλκινο.

8. ΠΑΡΟΥΣΙΑ ΣΕ ΑΙΘΟΥΣΑ ΚΛΗΣΗΣ

8.1 Οι αθλητές-αθλήτριες θα προσέρχονται αυτοπροσώπως στην ΑΙΘΟΥΣΑ ΚΛΗΣΕΩΣ, τουλάχιστον 60' πριν από την ώρα διεξαγωγής του αγωνίσματος – σειράς στην οποία έχουν οριστεί να συμμετέχουν, προκειμένου να δηλώσουν την παρουσία τους, προσκομίζοντας **ΑΠΑΡΑΙΤΗΤΑ το ΔΕΛΤΙΟ ΑΘΛΗΤΙΚΗΣ ΙΔΙΟΤΗΤΑΣ** καθώς και την **ΚΑΡΤΑ ΥΓΕΙΑΣ ΑΘΛΗΤΗ**.

8.2 Οι υπεύθυνοι της αίθουσας κλήσης θα ελέγχουν τα Δελτία των αγωνιζομένων καθώς και την Κάρτα Υγείας και δεν θα καταχωρούν στα πινάκια κανένα αθλητή του οποίου η Κάρτα Υγείας Αθλητή, δεν είναι θεωρημένη ιατρικώς, σύμφωνα με όσα αναφέρονται παραπάνω.

9. ΓΕΝΙΚΕΣ ΤΕΧΝΙΚΕΣ ΔΙΑΤΑΞΕΙΣ:

9.1 Κανονισμοί διεξαγωγής Πανελληνίου Πρωταθλήματος

Ο αγώνας θα διεξαχθεί σύμφωνα με τους ισχύοντες Κανονισμούς της **W.A.** καθώς και του **ΣΕΓΑΣ**.

9.2 Έλεγχος αγωνιστικής στολής-εμφάνισης (υπόδειγμα στον Πίνακα 2)

Οι αθλητές-τριες θα πρέπει να φορούν και να αγωνίζονται **ΜΟΝΟ** με την επίσημη στολή (φανέλα & σορτς) του συλλόγου στον οποίο ανήκουν. Οι υπεύθυνοι των συλλόγων θα πρέπει να βεβαιωθούν ότι οι Κανονισμοί της Παγκόσμιας Ομοσπονδίας Στίβου (WA) καθώς του ΣΕΓΑΣ που αφορούν τη Διαφήμιση θα εφαρμόζονται και οι οποίοι είναι διαθέσιμοι στην ηλεκτρονική διεύθυνση:

<https://www.worldathletics.org/about-iaaf/documents/book-of-rules>

Στην περίπτωση που η αγωνιστική εμφάνιση συλλόγου δεν είναι σύμφωνα με όσα ορίζουν οι Κανονισμοί, οι υπεύθυνοι των συλλόγων με δική τους ευθύνη και πριν την είσοδο των αθλητών στην Αίθουσα Κλήσης, θα πρέπει να φροντίσουν να καλύψουν τα μέρη εκείνα της στολής που είναι αντίθετα με τον κανονισμό με κατάλληλο υλικό το οποίο κατά τη διάρκεια του αγώνα δεν θα αποκολλάται.

ΣΤΟΥΣ ΑΘΛΗΤΕΣ-ΤΡΙΕΣ ΠΟΥ Η ΣΤΟΛΗ ΕΙΝΑΙ ΔΙΑΦΟΡΕΤΙΚΗ ΑΠΟ ΑΥΤΗ ΤΗΣ ΕΠΙΣΗΜΗΣ ΣΤΟΛΗΣ ΤΟΥ ΣΥΛΛΟΓΟΥ ΤΟΥΣ ή ΔΕΝ ΣΥΜΜΟΡΦΩΝΟΝΤΑΙ ΜΕ ΟΣΑ ΑΝΑΦΕΡΟΝΤΑΙ ΠΑΡΑΠΑΝΩ ΓΙΑ ΤΗ ΔΙΑΦΗΜΙΣΗ ΔΕΝ ΘΑ ΤΟΥΣ ΕΠΙΤΡΕΠΕΤΑΙ ΝΑ ΑΓΩΝΙΣΤΟΥΝ.

Ο κανονισμός αυτός θα έχει εφαρμογή εκτός από την αγωνιστική εμφάνιση και για τη φόρμα του αθλητή-τριας.

9.3 Μήκος καρφιών αγωνιστικών παπουτσιών

Το μέγιστο μήκος των καρφιών θα πρέπει να είναι **9mm**.

9.4 Έλεγχος αγωνιστικών παπουτσιών άρθρο 5 (πρώην 143) παράγραφοι 5.3, 5.4, 5.5, 5.6 (Πίνακας 1)

Όλα τα αγωνιστικά παπούτσια πρέπει να είναι σύμφωνα με το Άρθρο 5 (TR5) των Τεχνικών Κανονισμών της Παγκόσμιας Ομοσπονδίας Στίβου (World Athletics), συμπεριλαμβανομένων των διαστάσεων της σόλας, του τακουνιού καθώς και των καρφιών (spikes). 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 <http://certcheck.worldathletics.org/>

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. Τα παπούτσια θα ελέγχονται στην Αίθουσα Κλήσης όπως και τα υπόλοιπα είδη (π.χ. ένδυση, αντικείμενα που εισέρχονται στον αγωνιστικό χώρο κ.α.).

Για τον λόγο αυτό:

- προτρέπουμε σωματεία και αθλητές να συμβουλεύονται την παραπάνω επικαιροποιημένη λίστα μοντέλων ΠΡΙΝ προβούν σε αγορά αγωνιστικών παπουτσιών.
- συμβουλεύουμε τους αθλητές που πρόκειται να αγωνιστούν και διατηρούν αμφιβολία ως προς την εγκυρότητα χρήσης των αγωνιστικών τους παπουτσιών, προπάντων για μη spikes, να προσέρχονται στην Αίθουσα Κλήσης έχοντας προνοήσει και για άλλη εναλλακτική και αποδεκτή λύση.

9.4.1 Που θα πραγματοποιείται ο έλεγχος και τι θα αφορά

Ο έλεγχος των αγωνιστικών παπουτσιών θα πραγματοποιείται σε δύο (2) φάσεις:

1η φάση: κατά την παραλαβή του αριθμού συμμετοχής τους από την Αίθουσα κλήσης, όπου θα ελέγχονται και θα φωτογραφίζονται τα αγωνιστικά παπούτσια από τους υπεύθυνους Κριτές της διοργάνωσης.

2η φάση: κατά τον τερματισμό των αθλητών και αθλητριών οι υπεύθυνοι Κριτές θα ελέγχουν αν ο αγωνιζόμενος αθλητής-τρια αγωνίσθηκε με το μοντέλο που ελέγχθηκε και εγκρίθηκε στην Αίθουσα Κλήσης ή κάποιο άλλο.

9.4.2 Παράδοση αγωνιστικών παπουτσιών

Σε περίπτωση επίτευξης Παγκοσμίου ή Ευρωπαϊκού ή Πανελληνίου ρεκόρ, ο αθλητής μετά την ολοκλήρωση του αγωνίσματος, θα πρέπει να παραδίδει τα παπούτσια που χρησιμοποίησε στον αγώνα στους διοργανωτές, για περαιτέρω έλεγχο, εφ' όσον αυτό απαιτείται.

9.5 Χρήσιμες συμβουλές για την εφαρμογή του Άρθρου 5 των Τεχνικών Κανονισμών της Παγκόσμιας Ομοσπονδίας Στίβου που αφορά τα αγωνιστικά παπούτσια των αθλητών και αθλητριών

Όλα τα σωματεία και οι αθλητές θα πρέπει να προβούν στις ακόλουθες χρήσιμες και ουσιώδεις ενέργειες:

- να ενημερωθούν άμεσα για το θέμα από τους σχετικούς συνδέσμους που παρατίθενται στο παρόν κείμενο,
- να διαβάσουν με προσοχή τις σχετικές οδηγίες που θα περιλαμβάνονται πλέον στις Προκηρύξεις όλων των Πρωταθλημάτων,
- να συμβουλεύονται την επικαιροποιημένη λίστα μοντέλων της Παγκόσμιας Ομοσπονδίας Στίβου (W.A.) ΠΡΙΝ προβούν σε αγορά αγωνιστικών παπουτσιών. Η Παγκόσμια Ομοσπονδία Στίβου (W.A.) θα επικαιροποιεί σε τακτά χρονικά διαστήματα λίστες με τα επιτρεπόμενα και μη επιτρεπόμενα μοντέλα που κυκλοφορούν στην αγορά,
- οι αθλητές που πρόκειται να αγωνιστούν και διατηρούν αμφιβολία ως προς την εγκυρότητα χρήσης των αγωνιστικών τους παπουτσιών, να προσέρχονται στον αγώνα έχοντας προνοήσει και για άλλη εναλλακτική και αποδεκτή λύση.

9.6 Δήλωση αθλητή για χρήση αγωνιστικών παπουτσιών

Οι συμμετέχοντες αθλητές θα πρέπει να παραδίδουν συμπληρωμένη στην Αίθουσα Κλήσης τη συνημμένη δήλωση (Πίνακας 4) για τον τύπο των αγωνιστικών παπουτσιών με τα οποία θα αγωνιστούν στη διοργάνωση.

9.7 Αριθμοί συμμετοχής

Κάθε αθλητής θα λαμβάνει έναν (1) προσωπικό αριθμό και ο οποίος θα πρέπει να τοποθετείται στο μπροστινό μέρος της αγωνιστικής ενδυμασίας.

Ο αριθμός συμμετοχής πρέπει να συγκρατείται με τις 4 παραμάνες, μία σε κάθε γωνία, με τέτοιο τρόπο ώστε να μην πέφτει και επιπλέον, πρέπει να τοποθετείται με τέτοιο τρόπο ώστε να είναι απολύτως ορατός κατά τη διάρκεια του αγώνα.

ΠΡΟΣΟΧΗ: ΟΙ ΑΡΙΘΜΟΙ ΣΥΜΜΕΤΟΧΗΣ ΔΕΝ ΠΡΕΠΕΙ ΝΑ ΚΟΒΟΝΤΑΙ, ΝΑ ΔΙΠΛΩΝΟΝΤΑΙ ΚΑΘΩΣ ΚΑΙ ΝΑ ΚΑΛΥΠΤΟΝΤΑΙ ΜΕ ΟΠΟΙΟΝΔΗΠΟΤΕ ΤΡΟΠΟ.

9.8 Αντικείμενα μη εγκεκριμένα για είσοδο στον αγωνιστικό χώρο (Πίνακας 3)

ΟΙ ΥΠΕΥΘΥΝΟΙ ΤΩΝ ΣΥΛΛΟΓΩΝ ΕΙΝΑΙ ΥΠΟΧΡΕΩΜΕΝΟΙ ΝΑ ΕΝΗΜΕΡΩΣΟΥΝ ΤΟΥΣ ΑΘΛΗΤΕΣ - ΑΘΛΗΤΡΙΕΣ ΤΟΥΣ ΠΡΟΚΕΙΜΕΝΟΥ ΝΑ ΜΗΝ ΠΡΟΣΚΟΜΙΖΟΥΝ ΑΠΑΓΟΡΕΥΜΕΝΑ ΕΙΔΗ ΣΤΟΝ ΑΓΩΝΙΣΤΙΚΟ ΧΩΡΟ ΓΙΑ ΝΑ ΔΙΕΥΚΟΛΥΝΕΤΑΙ ΤΟ ΕΡΓΟ ΤΩΝ ΚΡΙΤΩΝ.

9.9 Ενστάσεις και εφέσεις (άρθρο 8 Τεχνικών Κανονισμών πρώην 146)

Οι ενστάσεις - διαμαρτυρίες (protests) και οι εφέσεις (appeals) επιτρέπονται και θα διεκπεραιώνονται σύμφωνα με τον Κανονισμό 8 της World Athletics. Αναλυτικά:

- Αρχικά, οι ενστάσεις θα πρέπει να υποβάλλονται **προφορικά** στον Έφορο από έναν αθλητή ή από κάποιον που ενεργεί για λογαριασμό του ή από έναν επίσημο εκπρόσωπο μιας ομάδας (άρθρο 8.3 πρώην 146.3). Το πρόσωπο ή η ομάδα αυτή θα μπορεί να υποβάλλει ένσταση μόνον αν αγωνίζεται στον ίδιο γύρο του αγωνίσματος με το οποίο η ένσταση (ή η επακόλουθη έφεση) σχετίζεται (ή αγωνίζεται σε έναν αγώνα στον οποίο εφαρμόζεται ομαδική βαθμολογία).
- Στην περίπτωση που ο συγκεκριμένος Έφορος δεν είναι προσβάσιμος ή διαθέσιμος, η ένσταση θα πρέπει να υποβάλλεται σε αυτόν μέσω του Κέντρου Τεχνικών Πληροφοριών (αν υπάρχει) ή μέσω του Αλυτάρχη. Ενστάσεις που αφορούν το αποτέλεσμα ή τη διεξαγωγή ενός αγωνίσματος θα υποβάλλονται **εντός 30 λεπτών από την επίσημη αναγγελία του αποτελέσματος** του αγωνίσματος αυτού.
- Αν η απόφαση του Εφόρου δεν ικανοποιεί τον αθλητή ή την ομάδα τότε θα πρέπει να υποβάλλεται γραπτή έφεση προς την Ελλανόδοκο Επιτροπή είτε μέσω του Κέντρου Τεχνικών Πληροφοριών (αν υπάρχει) ή μέσω του Αλυτάρχη.
- Κάθε γραπτή έφεση προς την Ελλανόδοκο Επιτροπή θα πρέπει να γίνεται με βάση το άρθρο 8.7 (πρώην 146.7) να υπογράφεται από τον εκπρόσωπο της ομάδας, εκ μέρους του αθλητή και να υποβάλλεται **εντός 30 λεπτών από την επίσημη ανακοίνωση της απόφασης του Εφόρου** ή από την ενημέρωση που δόθηκε προς εκείνους που υπέβαλαν την ένσταση, όταν δεν υπάρχει διόρθωση κανενός αποτελέσματος.

- Η γραπτή έφεση θα συνοδεύεται από το ποσό των 75€ το οποίο θα παρακρατείται εάν η έφεση δεν γίνει δεκτή. Η απόφαση της Ελλανοδίκου Επιτροπής θα παρέχεται γραπτώς.

9.10 Επίλυση τεχνικών θεμάτων

Ότι δεν προβλέπεται από την Προκήρυξη θα ρυθμίζεται από τον Τεχνικό Υπεύθυνο και τον Αλυτάρχη των Αγώνων, σύμφωνα με τους κανονισμούς.

10. 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.

11. ΟΙΚΟΝΟΜΙΚΑ (Πίνακας 5)

11.1 Στα σωματεία των αθλητών που θα καταλάβουν μία από τις **5 πρώτες θέσεις** της ενιαίας κατάταξης και θα πετύχουν τα όρια καταβολής εξόδων που αναφέρονται στην παράγραφο 6, θα υπολογισθούν ως έξοδα μετακίνησης τα ποσά που αναφέρονται στον συνημμένο Πίνακα 5.

11.2 Για τους αθλητές που θα καταλάβουν μία από τις θέσεις **6^η - 10^η** της ενιαίας κατάταξης και θα πετύχουν τα αντίστοιχα όρια καταβολής εξόδων που αναφέρονται στην παράγραφο 6, θα υπολογιστεί το 1/2 των χρηματικών ποσών.

11.3 Επίσης, θα υπολογιστούν τα αντίστοιχα ποσά (100%) σ' ένα συνοδό από κάθε Σωματείο εφόσον έστω και ένας αθλητής του κατέλαβε μία από τις **5 πρώτες θέσεις** της ενιαίας κατάταξης και πέτυχε τα παραπάνω όρια βαθμολόγησης ή έναν συνοδό από κάθε Σωματείο, αλλά με το 50 % του αντίστοιχου χρηματικού ποσού, εφόσον έστω και ένας αθλητής του κατέλαβε μία από τις θέσεις **6^η - 10^η** της ενιαίας κατάταξης και πέτυχε τα παραπάνω όρια βαθμολόγησης.

12. ΚΥΡΩΣΕΙΣ - ΑΡΝΗΤΙΚΗ ΒΑΘΜΟΛΟΓΙΑ

Η Επιτροπή Αναπτυξιακού Σωματειακού Αθλητισμού, μετά τη διεξαγωγή των αγώνων, ελέγχει την ορθότητα και εγκυρότητα των συμμετοχών (ηλικίες, αριθμός αγωνισμάτων κ.λπ.) και σε περίπτωση παρατυπιών εισηγείται αντίστοιχα στο Δ.Σ. του Σ.Ε.Γ.Α.Σ.

Έτσι, εκτός των ακυρώσεων που μπορεί να γίνουν κατά τη διάρκεια των αγώνων για διαφόρους λόγους, (αντικανονική συμμετοχή, με βάση τη γενική ή την ειδική προκήρυξη ή τον γενικό κανονισμό οργάνωσης και διεξαγωγής πρωταθλημάτων και αγώνων), θα γίνεται έλεγχος και μετά το τέλος των αγώνων.

Οι βαθμολογικές κυρώσεις που θα επιβάλλονται στα σωματεία για κάθε ένα ξεχωριστά αθλητή – αθλήτρια με αντικανονική συμμετοχή στα Πανελλήνια Πρωταθλήματα είναι:

α) Από τον σύλλογο αφαιρούνται ΟΛΟΙ οι βαθμοί, που κέρδισε ο αθλητής – τρια στους συγκεκριμένους αγώνες.

β) Ο σύλλογος τιμωρείται επιπλέον και με αφαίρεση είκοσι βαθμών (-20), από τη συνολική βαθμολογία του συγκεκριμένου πρωταθλήματος.

γ) Εάν δεν έχει βαθμούς στο συγκεκριμένο πρωτάθλημα για να του αφαιρεθούν, τότε του αφαιρούνται εκατό βαθμοί (100) από το σύνολο των βαθμών των διασυλλογικών αγώνων. Υπολογίζουμε κάθε φορά την ετήσια αντιστοιχία των βαθμών των διασυλλογικών με την αντίστοιχη των Πανελληνίων Πρωταθλημάτων.

π.χ. Εάν έχει μόνο 5 βαθμούς στο συγκεκριμένο Πανελλήνιο Πρωτάθλημα, τότε του αφαιρούνται αυτοί οι 5 βαθμοί και του αφαιρούνται και άλλοι 75 από το σύνολο των βαθμών των διασυλλογικών πρωταθλημάτων.

Υπολογίζουμε με μια αναλογία, ότι 1 βαθμός Πανελληνίου Πρωταθλήματος αντιστοιχεί με 5-6 βαθμούς διασυλλογικών αγώνων, ανάλογα φυσικά και με την αξιολόγηση του αντιστοίχου Πανελληνίου Πρωταθλήματος.

Ειδικά σε περίπτωση πλαστοπροσωπίας και παραποίησης των στοιχείων με τα οποία δηλώνεται ο αθλητής – τρια, θα ισχύουν όσα αναφέρονται αντίστοιχα παραπάνω στις παραγράφους α, β και γ και επιπλέον θα ισχύουν ακόμα οι παρακάτω κυρώσεις, για κάθε αντικανονική συμμετοχή:

1) 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.

2) Εάν το σωματείο έχει λιγότερους από 20 βαθμούς, τότε του αφαιρούνται οι βαθμοί του Πανελληνίου Πρωταθλήματος και επιπλέον του αφαιρούνται και από το σύνολο των διασυλλογικών αγώνων, τόσοι βαθμοί όσοι είναι απαραίτητοι για να συμπληρώσει συνολικά, 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 Πρωταθλήματος αντιστοιχεί με 5 - 6 βαθμούς διασυλλογικών αγώνων, ανάλογα φυσικά και με την αξιολόγηση του αντιστοίχου Πανελληνίου Πρωταθλήματος

α) εάν έχει 25 βαθμούς στο Πανελλήνιο, τότε του αφαιρούνται όλοι αφού το σωματείο μηδενίζεται.

β) εάν έχει 2 βαθμούς στο Πανελλήνιο, τότε του αφαιρούνται οι 2 βαθμοί και επιπλέον του αφαιρούνται και 90 βαθμοί διασυλλογικών.

• Σε περίπτωση συνολικής αποχώρησης ενός σωματείου από αξιολογούμενο πρωτάθλημα (μετά από έγγραφη δήλωσή του) το σωματείο θα τιμωρείται με αφαίρεση του συνόλου των βαθμών και επιπλέον θα παραπέμπεται στη δικαστική επιτροπή του Σ.Ε.Γ.Α.Σ.

13. ΟΡΓΑΝΩΤΙΚΟΣ ΕΚΠΡΟΣΩΠΟΣ ΠΡΩΤΑΘΛΗΜΑΤΟΣ:

Οργανωτικός Εκπρόσωπος του Πρωταθλήματος ορίζεται το μέλος του ΔΣ του ΣΕΓΑΣ κ. **Βασίλειος Καρανάσσης**.

14. ΤΕΧΝΙΚΟΙ ΥΠΕΥΘΥΝΟΙ ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΟΥ ΠΡΩΤΑΘΛΗΜΑΤΟΣ ΚΑΘΩΣ ΚΑΙ ΥΠΕΥΘΥΝΟΙ ΕΓΚΑΤΑΣΤΑΣΗΣ & ΑΘΛΗΤΙΚΟΥ ΕΞΟΠΛΙΣΜΟΥ:

Τεχνικοί Υπεύθυνοι του Πρωταθλήματος ορίζονται ο Συντονιστής Τομέα Αγωνισμάτων Αντοχής κ. **Δημήτρης Θεοδωρίδης** και ο Τεχνικός Σύμβουλος της ΕΑΣ ΣΕΓΑΣ Βόρειας Πελοποννήσου κ. **Κώστας Μπούσιας**, με καθήκοντα και αρμοδιότητες που αναφέρονται στο άρθρο 4 (πρώην άρθρο 121) των Κανονισμών Αγώνων Στίβου της Παγκόσμιας Ομοσπονδίας Στίβου (World Athletics) καθώς και το άρθρο 16 του Γενικού Κανονισμού Οργάνωσης και Διεξαγωγής Πρωταθλημάτων και Αγώνων Στίβου (έκδοση 2024), σε συνεργασία με τον Αλυτάρχη του Πρωταθλήματος.

15. ΥΠΕΥΘΥΝΟΣ ΑΙΘΟΥΣΑΣ ΚΛΗΣΗΣ:

Υπεύθυνη της Αίθουσας Κλήσης ορίζεται η κ. **Λία Λέκκα**.

16. ΙΑΤΡΙΚΗ ΚΑΛΥΨΗ ΠΡΩΤΑΘΛΗΜΑΤΟΣ:

Ο Δήμος Αιγιαλείας σε συνεργασία και τον Αθλητικό Σύλλογο «Αθηνόδωρος ο Αιγιεύς», θα πρέπει να διασφαλίσουν την παροχή ιατρικής φροντίδας κατά την διάρκεια των αγώνων. Γι' αυτό πέρα από την παρουσία γιατρού θα πρέπει να γίνουν όλες οι απαραίτητες ενέργειες ώστε να εξασφαλιστεί η παρουσία ΑΣΘΕΝΟΦΟΡΟΥ καθ' όλη την διάρκεια διεξαγωγής των αγωνισμάτων.

17. ΥΠΕΥΘΥΝΟΣ ΥΓΙΕΙΝΟΜΙΚΗΣ ΥΠΗΡΕΣΙΑΣ:

Υπεύθυνος της Υγειονομικής Υπηρεσίας ορίζεται ο ιατρός κ. **Ιατρόπουλος Κωνσταντίνος**.

Με αθλητικούς χαιρετισμούς

Η Πρόεδρος



Σοφία Σακοράφα



Ο Γενικός Γραμματέας



Γεώργιος Γιατρουδάκης

Συνημμένα : Πίνακας 1: Πάχος σόλας αγωνιστικού παπουτσιού, Πίνακας 2: Αγωνιστική εμφάνιση συλλόγου, Πίνακας 3: Αντικείμενα που δεν επιτρέπονται στον αγωνιστικό χώρο, Πίνακας 4: Δήλωση χρήσης παπουτσιών, Πίνακας 5: Κάλυψης εξόδων και Πίνακας 6: Πιστοποιημένες διαδρομές

Κοινοποίηση: ΕΑΣ ΣΕΓΑΣ Βόρειας Πελοποννήσου, Γραφείο Υψηλού Αθλητισμού, Γραφείο Ανάπτυξης, ΚΕΚ ΣΕΓΑΣ, Γραφείο Τύπου ΣΕΓΑΣ - Οικονομικές Υπηρεσίες ΣΕΓΑΣ

ΠΙΝΑΚΑΣ 1

Πίνακας πάχους σόλας αγωνιστικού παπουτσιού

Αγώνισμα	Μέγιστο πάχος της σόλας (σύμφωνα με το Άρθρο 5.5, Σημειώσεις (i), (ii), (iii) και τα σχήματα (a) & (b) έως το άρθρο 5.5 και Άρθρο 5.13.3).	Επιπλέον απαίτηση του Κανονισμού
Αγωνίσματα Κονίστρας εκτός από Άλμα Τριπλούν	≤20mm	Ισχύει για όλα τα Ρυπτικά Αγωνίσματα τα Κάθετα και Οριζόντια Άλματα εκτός από το Άλμα Τριπλούν. Για όλα τα Αγωνίσματα Κονίστρας, η σόλα στο κέντρο του μπροστινού μέρους του ποδιού του αθλητή δεν πρέπει να είναι ψηλότερη από τη σόλα στο κέντρο της φτέρνας του αθλητή
Άλμα Τριπλούν	≤25mm	Η σόλα στο κέντρο του μπροστινού μέρους του ποδιού του αθλητή δεν πρέπει να είναι ψηλότερη από τη σόλα στο κέντρο της φτέρνας του αθλητή.
Αγωνίσματα Δρόμων (συμπεριλαμβανομένων των αγωνισμάτων με εμπόδια) μέχρι τα 800μ.	≤20mm	Για τις Σκυταλοδρομίες ο κανόνας ισχύει για την απόσταση από την απόσταση που διατρέχει κάθε αθλητής.
Αγωνίσματα Δρόμων από 800μ. και πάνω (συμπεριλαμβανομένων των αγωνισμάτων των Φυσικών Εμποδίων)	≤25mm	Για τις Σκυταλοδρομίες ο κανόνας ισχύει για την απόσταση από την απόσταση που διατρέχει κάθε αθλητής. Για Αγώνες Βάδην το μέγιστο πάχος της σόλας είναι το ίδιο με αυτό για τα Αγωνίσματα Εκτός Σταδίου.
Ανώμαλος Δρόμος	≤25mm	
Αγωνίσματα Δρόμων Εκτός Σταδίου (Δρομικά και Αγωνίσματα Βάδην)	≤40mm	
Αγωνίσματα του Άρθρου 57 των Τεχνικών Κανονισμών	Οποιοδήποτε πάχος	

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

ΌΛΑ 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

ΠΙΝΑΚΑΣ 2

ΤΟΠΟΘΕΤΗΣΗ

ΜΠΡΟΣΤΑ

ΠΙΣΩ

ΥΠΟΜΝΗΜΑ ΓΙΑ
ΤΟΠΟΘΕΤΗΣΕΙΣ

Όλες οι θέσεις
εξαρτώνται από τον
τύπο/στυλ του ατομικού
κιτ αγώνων π.χ. αν έχει
μανίκια, φερμουάρ,
γυλέκα, κ.λπ.

Καθορισμένοι χώροι για:
Λογότυπο κατασκευαστή

Καθορισμένοι χώροι για:
Σήμα συλλόγου
Εμπορικοί χορηγοί
Σύλλογος

Τοποθέτηση Bib

Καθορισμένοι χώροι για:
Σήμα/Όνομα συλλόγου
Λογότυπο κατασκευαστή

ΠΙΝΑΚΑΣ 3

ΚΑΤΑΛΟΓΟΣ ΑΝΤΙΚΕΙΜΕΝΩΝ ΠΟΥ ΔΕΝ ΕΠΙΤΡΕΠΟΝΤΑΙ ΣΤΟΝ ΑΓΩΝΙΣΤΙΚΟ ΧΩΡΟ

- Κινητά τηλέφωνα
- Music Players (MP3s, CD-players, iPod ή συναφή)
- Ράδιο δέκτες ή πομπούς
- Φωτογραφικές μηχανές ή βιντεοκάμερες
- Συστήματα αναπαραγωγής/εγγραφής βίντεο και κασετών
- Συσκευές υπολογιστών
- Παπούτσια με πάρα πολλά spikes
- Μεγάλου μεγέθους επιπλέον παπούτσια
- Όργανα ρίψεων ή τμήματα οργάνων
- Ταινία επικόλλησης, κιμωλία κ.λπ. για να μπαίνουν σημάδια (άλλα από αυτά που παρέχει η ΤΟΕ)
- Κάθε άλλο αντικείμενο θεωρείται ακατάλληλο από το προσωπικό της Αίθουσας Κλήσης και τον Έφορο του αγωνίσματος

ΠΙΝΑΚΑΣ 4
ΠΑΠΟΥΤΣΙΑ ΑΘΛΗΤΩΝ
ΔΗΛΩΣΗ ΑΘΛΗΤΗ

Όνομα και ημερομηνία διοργάνωσης:	ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΟ ΠΡΩΤΑΘΛΗΜΑ 10.000μ. 2025
Σύλλογος αθλητή:	
Επώνυμο αθλητή:	
Όνομα αθλητή:	
Αγώνισμα:	

Δηλώνω, συμφωνώ και αναγνωρίζω ότι:

1. Τα παπούτσια με τα οποία θα αγωνιστώ στη διοργάνωση είναι:

Εταιρεία:	
Μοντέλο:	
Μέγεθος:	
Χρώμα:	
Ανατομικοί πάτοι (δηλαδή αν έχουν εσωτερική σόλα για ιατρικούς λόγους):	

Φωτογραφία 1:	αριθμός συμμετοχής, παπούτσι
Φωτογραφία 2:	παπούτσι – πλάγια όψη
Φωτογραφία 3:	παπούτσι – εξωτερική σόλα
Φωτογραφία 4:	παπούτσι – ετικέτα / γλώσσα
Φωτογραφία 5-6:	ανατομικοί πάτοι (αν υπάρχουν) – πλάγια και κάτω

2. Δεν μπορώ να αλλάξω τα αγωνιστικά παπούτσια μου με άλλα παπούτσια χωρίς τα παπούτσια αντικατάστασης να έχουν ελεγχθεί, σύμφωνα με το Άρθρο 5 των Τεχνικών Κανονισμών και σύμφωνα με την διαδικασία ελέγχου της διοργάνωσης. Καταλαβαίνω ότι ρισκάρω με προσωπική μου ευθύνη αν αλλάξω παπούτσια χωρίς πρωτίτερα να αυτά να έχουν ελεγχθεί,

3. Αφού ολοκληρώσω τον αγώνα, ο Έφορος έχει το δικαίωμα να ζητήσει να υποβάλω το παπούτσι μου για περαιτέρω ελέγχους από ανεξάρτητο εργαστήριο. Αναγνωρίζω και κατανοώ, ότι για να επιβεβαιώσω τη συμμόρφωση με τις απαιτήσεις που ορίζονται στο Άρθρο 5 των Τεχνικών Κανονισμών, οι περαιτέρω δοκιμές που πραγματοποιούνται από το ανεξάρτητο εργαστήριο, ενδέχεται να περιλαμβάνουν την κοπή των παπουτσιών.

Ημερομηνία:	
Υπογραφή αθλητή:	

ΠΙΝΑΚΑΣ 5

ΚΑΛΥΨΗ ΕΞΟΔΩΝ ΜΕΤΑΚΙΝΗΣΗΣ

ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΟ ΠΡΩΤΑΘΛΗΜΑ 2025			
ΑΓΩΝΙΣΜΑ 10.000μ. Α-Γ & Κ23			
ΑΙΓΙΟ, 26 ΑΠΡΙΛΙΟΥ 2025			
ΚΑΛΥΨΗ ΕΞΟΔΩΝ ΜΕ ΒΑΣΗ ΤΗΝ ΑΤΟΜΙΚΗ ΚΑΤΑΤΑΞΗ			
Α/Α	ΝΟΜΟΣ ΠΡΟΕΛΕΥΣΗΣ	1η - 5η ΘΕΣΗ	6η -10η ΘΕΣΗ
1.	ΛΕΣΒΟΥ - ΛΗΜΝΟΥ	244 €	122 €
2.	ΧΙΟΥ	238 €	119 €
3.	ΣΑΜΟΥ - ΙΚΑΡΙΑΣ	262 €	131 €
4.	ΚΥΚΛΑΔΩΝ	200 €	100 €
5.	ΑΤΤΙΚΗΣ	86 €	43 €
6.	ΕΥΒΟΙΑΣ	90 €	45 €
7.	ΒΟΙΩΤΙΑΣ	90 €	45 €
8.	ΦΘΙΩΤΙΔΟΣ	96 €	48 €
9.	ΦΩΚΙΔΟΣ	68 €	34 €
10.	ΚΑΡΔΙΤΣΑΣ	114 €	57 €
11.	ΤΡΙΚΑΛΩΝ	114 €	57 €
12.	ΛΑΡΙΣΑΣ	114 €	57 €
13.	ΜΑΓΝΗΣΙΑΣ	112 €	56 €
14.	ΚΕΡΚΥΡΑΣ	146 €	73 €
15.	ΘΕΣΠΡΩΤΙΑΣ	98 €	49 €
16.	ΙΩΑΝΝΙΝΩΝ	92 €	46 €
17.	ΠΡΕΒΕΖΑΣ	86 €	43 €
18.	ΑΡΤΑΣ	82 €	41 €
19.	ΑΙΤΩΛΟΑΚΑΡΝΑΝΙΑΣ	48 €	24 €
20.	ΛΕΥΚΑΔΑΣ	82 €	41 €
21.	ΑΧΑΪΑΣ	0 €	0 €
22.	ΗΛΕΙΑΣ	48 €	24 €
23.	ΖΑΚΥΝΘΟΥ	130 €	65 €
24.	ΚΕΦΑΛΛΗΝΙΑΣ	138 €	69 €
25.	ΑΡΓΟΛΙΔΟΣ	76 €	38 €
26.	ΚΟΡΙΝΘΙΑΣ	50 €	25 €
27.	ΑΡΚΑΔΙΑΣ	84 €	42 €
28.	ΜΕΣΣΗΝΙΑΣ	90 €	45 €
29.	ΛΑΚΩΝΙΑΣ	96 €	48 €
30.	ΡΟΔΟΥ - ΚΩ - ΠΙΑΤΜΟΥ	272 €	136 €
31.	ΚΑΛΥΜΝΟΥ	300 €	150 €
32.	ΛΕΡΟΥ	276 €	138 €
33.	ΕΒΡΟΥ	234 €	117 €
34.	ΡΟΔΟΠΗΣ	226 €	113 €

35	ΞΑΝΘΗΣ	214 €	107 €
36	ΚΑΒΑΛΑΣ	166 €	83 €
37	ΔΡΑΜΑΣ	164 €	82 €
38	ΣΕΡΡΩΝ	154 €	77 €
39	ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗΣ	146 €	73 €
40	ΧΑΛΚΙΔΙΚΗΣ	154 €	77 €
41	ΠΕΛΛΑΣ	150 €	75 €
42	ΚΙΛΚΙΣ	158 €	79 €
43	ΚΑΣΤΟΡΙΑΣ	142 €	71 €
44	ΚΟΖΑΝΗΣ	132 €	66 €
45	ΦΛΩΡΙΝΑΣ	154 €	77 €
46	ΓΡΕΒΕΝΩΝ	126 €	63 €
47	ΠΙΕΡΙΑΣ	130 €	65 €
48	ΗΜΑΘΙΑΣ	134 €	67 €
49	ΛΑΣΙΘΙΟΥ	270 €	135 €
50	ΗΡΑΚΛΕΙΟΥ	250 €	125 €
51	ΡΕΘΥΜΝΗΣ	250 €	125 €
52	ΧΑΝΙΩΝ	242 €	121 €
53	ΒΟΡΕΙΕΣ ΣΠΟΡΑΔΕΣ	132 €	66 €
54	ΕΥΡΥΤΑΝΙΑΣ	92 €	46 €
55	ΠΟΡΟΥ - ΑΙΓΙΝΑΣ	106 €	53 €

ΠΙΝΑΚΑΣ 6

Διαδρομές 5χλμ.			
A/A	Επωνυμία Διοργάνωσης	Πιστοποιημένη	Τόπος διεξαγωγής
1	Αυθεντικός Μαραθώνιος 5 χλμ	5 χλμ	Αθήνα
2	Ημιμαραθώνιος Αθήνας 5χλμ	5 χλμ	Αθήνα
3	Run Greece Αλεξανδρούπολη 5 χλμ	5 χλμ	Αλεξανδρούπολη
4	Run Greece Ιωάννινα 5 χλμ	5 χλμ	Ιωάννινα
5	Run Greece Ηράκλειο 5χλμ	5 χλμ	Ηράκλειο
6	Run Greece Καστοριά 5χλμ	5 χλμ	Καστοριά
7	Run Greece Λάρισα 5χλμ	5 χλμ	Λάρισα
8	Run Greece Πάτρα 5χλμ	5 χλμ	Πάτρα
9	Kallithea Run 5χλμ	5 χλμ	Καλλιθέα
10	Roads to Rhodes 5χλμ	5 χλμ	Ρόδος
11	Μαραθώνιος Μ. Αλέξανδρος 5 χλμ	5 χλμ	Θεσσαλονίκη
12	Νυχτερινός Ημιμαραθώνιος 5 χλμ	5 χλμ	Θεσσαλονίκη
13	Kallithea Night Run 5χλμ	5 χλμ	Καλλιθέα
14	Ημιμαραθώνιος Αρκαλοχωρίου 5χλμ	5 χλμ	Αρκαλοχώρι
15	Το 10άρι του Λαγκαδά 5χλμ	5 χλμ	Λαγκαδάς
16	Καποδίστριας 5χλμ	5 χλμ	Αίγινα
17	Via Egnatia Run 5χλμ	5 χλμ	Αλεξανδρούπολη
18	Stumfalia Lake Run 5 χλμ	5 χλμ	Στυμφαλία
19	Ειρηνοδρομία 5 χλμ	5 χλμ	Αγ. Δημήτριος, Αθήνα
20	Μαραθώνιος Κρήτης 5χλμ	5 χλμ	Χανιά
21	Olympic Day Run 5χλμ	5 χλμ	Θεσσαλονίκη
22	Ζωγράφου Αθήνα (Zografou City Run) 5χλμ	5 χλμ	Ζωγράφου
23	Patras Night HalfMarathon 5χλμ	5 χλμ	Πάτρα
24	klisthenios Night Run 5χλμ	5 χλμ	Κιάτο
25	Ημιμαραθώνιος Ποσειδώνειος 5χλμ	5 χλμ	Παλαιό Φάληρο
26	Ορεινός Ημιμαραθώνιος Δολιανών 5χλμ	5 χλμ	Ανω Δολιανά
27	Ξενοδάμειος Δρόμος Αντίκυρας 5χλμ	5 χλμ	Αντίκυρα Βοιωτίας
28	Coast to Coast 5χλμ	5 χλμ	Ιεράπετρα
29	Μαραθώνιος Ναυπλίου 5 χλμ	5 χλμ	Ναύπλιο
30	Ημιμαραθώνιος Βόλου 5χλμ	5 χλμ	Βόλος
31	Ηνίοχος 5χλμ	5 χλμ	Άμφισσα
32	Αρβανίτεια	5 χλμ	Μεταμόρφωση Αττικής
33	Vrachati Run 5χλμ	5 χλμ	Βραχάτι Κορινθίας
34	Όλες οι Πιστοποιημένες διαδρομές 5χλμ Εξωτερικού	5 χλμ	Εξωτερικού

Διαδρομές 10χλμ.			
A/A	Επωνυμία Διοργάνωσης	Πιστοποιημένη	Τόπος διεξαγωγής
1	"Μαραθώνιος Αθήνας. Ο Αυθεντικός"- 10χλμ	10 χλμ	Αθήνα
2	10km Fast Fun Flat	10 χλμ	Κρεμαστή Ρόδου
3	Amfissa Night Run 10km	10 χλμ	Άμφισσα
4	Ioannina Half Marathon- 10χλμ	10 χλμ	Ιωάννινα

5	Ioannina Lake Run- 10χλμ	10 χλμ	Ιωάννινα
6	Kalamaria Coast Road Race- 10χλμ	10 χλμ	Καλαμαριά
7	Kallithea Night Run- 10χλμ	10 χλμ	Καλλιθέα
8	Kallithea Run- 10χλμ	10 χλμ	Καλλιθέα
9	Karpenisi Night Run- 10χλμ	10 χλμ	Καρπενήσι
10	Karteros Run- 10χλμ	10 χλμ	Καρτερός Ηρακλείου
11	Kifissia - 10K Road Race	10 χλμ	Κηφισιά
12	Lamia Night Run- 10χλμ	10 χλμ	Λαμία
13	Livadeia Night Run- 10χλμ	10 χλμ	Λιβαδειά
14	Mykonos Running Festival- 10χλμ	10 χλμ	Μύκονος
15	Olympic Day Run- 10χλμ	10 χλμ	Θεσσαλονίκη
16	Pallini 10km Road Race	10 χλμ	Παλλήνη
17	Raches Run- 10χλμ	10 χλμ	Ράχες Στυλίδας
18	Roads to Rhodes- 10χλμ	10 χλμ	Ρόδος
19	Run Greece Αλεξανδρούπολη- 10χλμ	10 χλμ	Αλεξανδρούπολη
20	Run Greece Ηράκλειο- 10χλμ	10 χλμ	Ηράκλειο
21	Run Greece Ιωάννινα- 10χλμ	10 χλμ	Ιωάννινα
22	Run Greece Καστοριά- 10χλμ	10 χλμ	Καστοριά
23	Run Greece Λάρισα- 10χλμ	10 χλμ	Λάρισα
24	Run Greece Ναύπλιο- 10χλμ	10 χλμ	Ναύπλιο
25	Run Greece Πανελλήνιο Πρωτάθλημα- 10χλμ	10 χλμ	Λάρισα
26	Run Greece Πάτρα- 10χλμ	10 χλμ	Πάτρα
27	Run Greece Τρίκαλα- 10χλμ	10 χλμ	Τρίκαλα
28	Run Greece Σύρος- 10χλμ	10 χλμ	Σύρος Ερμούπολη
29	Sea Run Χαλκίδα- 10χλμ	10 χλμ	Αλοκές Δροσιάς Χαλκίδας
30	Stymfalia Lake Run- 10χλμ	10 χλμ	Στυμφαλία
31	Syros Run- 10χλμ	10 χλμ	Σύρος Ερμούπολη
32	Thermaikos Coastal Night- 10χλμ	10 χλμ	Περαία
33	Vrachati Run- 10χλμ	10 χλμ	Βραχάτι Κορινθίας
34	Αγώνας Δρόμου "Ιωάννης Καποδιστριάς"- 10χλμ	10 χλμ	Αίγινα
35	Ειρηνοδρομία- 10χλμ	10 χλμ	Αγ. Δημήτριος, Αθήνα
36	Ευριπίδεια διαδρομή- 10χλμ	10 χλμ	Μύκονος
37	Ημιμαραθώνιος Αρκαλοχωρίου- 10χλμ	10 χλμ	Αρκαλοχώρι
38	Ιπποκράτειος Αγώνας Δρόμου- 10χλμ	10 χλμ	Λάρισα
39	Καλαμάτα- 10χλμ	10 χλμ	Καλαμάτα
40	Κλεισθένειος Νυχτερινός Αγώνας Δρόμου- 10χλμ	10 χλμ	Κιάτο
41	Κυριακίδεια- 10χλμ	10 χλμ	Φιλοθέη
42	Μαραθώνιος Κρήτης- 10χλμ	10 χλμ	Χανιά
43	Μαραθώνιος Μέγας Αλέξανδρος- 10χλμ	10 χλμ	Θεσσαλονίκη
44	Μπλόκο Καλογρέζας- 10χλμ	10 χλμ	Ν. Ιωνία
45	Νυχτερινός Ημιμαραθώνιος Δράμας- 10χλμ	10 χλμ	Δράμα
46	Νυχτερινός Ημιμαραθώνιος Θεσσαλονίκης- 10χλμ	10 χλμ	Θεσσαλονίκη
47	Νυχτερινός Ημιμαραθώνιος Θεσσαλονίκης- 10χλμ	10 χλμ	Αμπελόκηποι Θεσσαλονίκης
48	Παλαμήδειος δρόμος- 10χλμ	10 χλμ	Ναύπλιο
49	Πελάσγειος Λάρισα- 10χλμ	10 χλμ	Λάρισα

50	Πράσιнос Ημιμαραθώνιος Λευκάδας- 10χλμ	10 χλμ	Λευκάδα
51	Σίφνος 10χλμ	10 χλμ	Σίφνος
52	Το 10άρι του Λαγκαδά- 10χλμ	10 χλμ	Λαγκαδάς
Διαδρομές 10χλμ. ΜΟΝΟ ΓΙΑ ΤΑ ΕΤΗ 2022- 2023			
1	Follow the River 10χλμ	10 χλμ	Τρίκαλα
2	Historical Run 10 χλμ.	10 χλμ	Νέα Σμύρνη
3	Moraitis Run 10χλμ	10 χλμ	Αθήνα, Ψυχικό
4	Run the Theatre 10χλμ	10 χλμ	Μεγαλόπολη Αρκαδίας
5	Βριλήσσια Αθήνα (Φιλοζωία) 10χλμ	10 χλμ	Βριλήσσια
6	Δρόμος Λουτρακίου 10χλμ	10 χλμ	Λουτράκι
7	Ημιμαραθώνιος Μιχάλης Κούσης 10χλμ	10 χλμ	Αγρίνιο
8	Κωνσταντίνεια 10χλμ	10 χλμ	Δεσκάτη Γρεβενών
9	Μαρούσι Σπ. Λούης 10χλμ	10 χλμ	Μαρούσι
10	Μεγαλόπολη (Run the Theater) 10χλμ	10 χλμ	Μεγαλόπολη
11	Παράκτιος Δρόμος Ηγουμενίτσας 10χλμ	10 χλμ	Ηγουμενίτσα
12	Πρέβεζα (Εν Νικοπόλει Άκτια) 10χλμ	10 χλμ	Πρέβεζα
Διαδρομές Ημιμαραθώνιου			
A/A	Επωνυμία Διοργάνωσης	Πιστοποιημένη	Τόπος διεξαγωγής
1	Ημιμαραθώνιος Αθήνας	21.1 χλμ	Αθήνα
2	Νυχτερινός Ημιμαραθώνιος Θεσσαλονίκης	21.1 χλμ	Θεσσαλονίκη
3	Circuit Serres Run - 3047m Lap for Half Marathon	21.1 χλμ	Σέρρες
4	Coast to Coast Race Half Marathon	21.1 χλμ	Ιεράπετρα
5	Ioannina Half Marathon	21.1 χλμ	Ιωάννινα
6	Kalamaria Coast Half Marathon	21.1 χλμ	Καλαμαριά
7	Kalamata Half Marathon	21.1 χλμ	Καλαμάτα
8	Katerini Run Ημιμαραθώνιος	21.1 χλμ	Κατερίνη
9	Kri Kri Superspoon Serres Half Marathon	21.1 χλμ	Σέρρες
10	Nafplio Castle Run Half Marathon	21.1 χλμ	Ναύπλιο
11	Olympic Day Run Half Marathon	21.1 χλμ	Θεσσαλονίκη
12	Patras Night Half Marathon	21.1 χλμ	Πάτρα
13	Roads to Rhodes Ημιμαραθώνιος	21.1 χλμ	Ρόδος
14	Sparta Half Marathon	21.1 χλμ	Σπάρτη
15	Spercheios Half Marathon	21.1 χλμ	Σπερχειάδα
16	Stymfalia Lake Run Ημιμαραθώνιος	21.1 χλμ	Στυμφαλία
17	The Sacred Town of Messolonghi's Half Marathon Lagoon Run	21.1 χλμ	Μεσολόγγι
18	Thermaikos Coastal Night Half Marathon	21.1 χλμ	Περαία
19	Αχιλλεϊός Άθλος Half Marathon	21.1 χλμ	Φάρσαλα
20	Δημοκρίτειος Ημιμαραθώνιος	21.1 χλμ	Ξάνθη
21	Δρόμος Ελευθερίας Θερμοπύλες-Αλαμάνα-Γοργοπόταμος	21.1 χλμ	Θερμοπύλες
22	Ημιμαραθώνιος Αιγιαλείας	21.1 χλμ	Αίγιο
23	Ημιμαραθώνιος Άρτας- Ο Δρόμος του Γιοφυριού	21.1 χλμ	Άρτα
24	Ημιμαραθώνιος Βόλου	21.1 χλμ	Βόλος
25	Ημιμαραθώνιος Κρήτης	21.1 χλμ	Αρκαλοχώρι
26	Ημιμαραθώνιος Μαραθώνα	21.1 χλμ	Μαραθώνας

27	Ημιμαραθώνιος Μιχάλης Κούσης	21.1 χλμ	Αγρίνιο
28	Ημιμαραθώνιος Ναυπλίου	21.1 χλμ	Ναύπλιο
29	Ημιμαραθώνιος Πέλλας	21.1 χλμ	Γιαννιτοά
30	Ημιμαραθώνιος Τροιζηνίας	21.1 χλμ	Γαλατάς Τροιζηνίας
31	Ημιμαραθώνιος Τύρναβος-Λάρισα	21.1 χλμ	Λάρισα
32	Καποδιστριας Half Marathon	21.1 χλμ	Αίγινα
33	Νυχτερινός Ημιμαραθώνιος Δράμας	10 χλμ	Δράμα
34	Νυχτερινός Ημιμαραθώνιος Θεσσαλονίκης	10 χλμ	Αμπελόκηποι Θεσσαλονίκης
35	Ξενοδάμειος Δρόμος Αντίκυρας Half Marathon	21.1 χλμ	Αντίκυρα
36	Ποσειδώνιος Ημιμαραθώνιος	21.1 χλμ	Παλαιό Φάληρο
37	Πράσινος Ημιμαραθώνιος Λευκάδας	21.1 χλμ	Λευκάδα
38	Τροφώνιος Ημιμαραθώνιος	21.1 χλμ	Λιβαδειά

Διαδρομές Ημιμαραθωνίου MONO ΓΙΑ ΤΑ ΕΤΗ 2022- 2023

1	Bridges Marathon Ημιμαραθώνιος	21.1 χλμ	Χαλκίδα
2	Kallithea halfmarathon	21.1 χλμ	Καλλιθέα
3	Run Greece Ημιμαραθώνιος Καστοριάς	21.1 χλμ	Καστοριά
4	Via Egnatia Run Ημιμαραθώνιος	21.1 χλμ	Αλεξανδρούπολη
5	Ημιμαραθωνίος Δίου	21.1 χλμ	Κατερίνη
6	Ημιμαραθωνίος Κέρκυρας	21.1 χλμ	Κέρκυρα
7	Ημιμαραθωνίος Κρύας Βρύσης Στα μυστικά του βάλτου	21.1 χλμ	Πέλλα
8	Ημιμαραθώνιος Στα βήματα του Απ. Παύλου	21.1 χλμ	Καβάλα
9	Ημιμαραθώνιος Στα χνάρια του Πανσοανία	21.1 χλμ	Ελευσίνα-Μέγαρα
10	Μαραθώνιος Ολυμπίας, Ημιμαραθώνιος	21.1 χλμ	Αρχαία Ολυμπία
11	Νυχτερινός Ημιμαραθώνιος Ιωαννίνων	21.1 χλμ	Ιωάννινα

Διαδρομές Μαραθωνίου

A/A	Επωνυμία Διοργάνωσης	Πιστοποιημένη	Τόπος διεξαγωγής
1	"Μαραθώνιος Αθήνας. Ο Αυθεντικός"	42.2χλμ	Αθήνα
2	Μαραθώνιος Μέγας Αλέξανδρος	42.2χλμ	Θεσσαλονίκη
3	International Thessaloniki Night Marathon	Marathon	Θεσσαλονίκη
4	Kalamaria Coast Marathon	Marathon	Καλαμαριά
5	Roads to Rhodes Μαραθώνιος	42.2χλμ	Ρόδος
6	Μαραθώνιος Μεσσήνης	42.2χλμ	Μεσσήνη
7	Μαραθώνιος Ναυπλίου	42.2χλμ	Ναύπλιο
8	Μαραθώνιος Χανίων	42.2χλμ	Χανιά

Διαδρομές Μαραθωνίου MONO ΓΙΑ ΤΑ ΕΤΗ 2022- 2023

1	Μαραθώνιος Ολυμπίας	42.2χλμ	Αρχαία Ολυμπία
---	---------------------	---------	----------------