



ΣΥΝΔΕΣΜΟΣ ΕΛΛΗΝΙΚΩΝ ΓΥΜΝΑΣΤΙΚΩΝ &
ΑΘΛΗΤ. ΣΩΜΑΤΕΙΩΝ (ΜΕΛΟΣ WA & EA)

ΓΡΑΦΕΙΟ ΑΓΩΝΩΝ ΣΕΓΑΣ
Πληροφορίες: Φωτεινή Κασίδη
Τηλέφωνο: 211-1877735
E-mail: competition@segas.gr

Αριθμός Πρωτ.: 6301

Αθήνα, 10 Οκτωβρίου 2025

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

ΠΡΟΚΗΡΥΞΗ

ΜΑΡΑΘΩΝΙΟΥ ΔΡΟΜΟΥ

ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΟΥ ΠΡΩΤΑΘΛΗΜΑΤΟΣ ΑΝΔΡΩΝ - ΓΥΝΑΙΚΩΝ 2025

ΑΘΗΝΑ - ΚΥΡΙΑΚΗ 9 ΝΟΕΜΒΡΙΟΥ 2025

Από τον Σ.Ε.Γ.Α.Σ. προκηρύσσεται ο Μαραθώνιος Δρόμος Ανδρών - Γυναικών, αγώνισμα του Πανελληνίου Πρωταθλήματος Ανδρών - Γυναικών 2025, που θα διεξαχθεί στην Κλασική Διαδρομή ΜΑΡΑΘΩΝΑΣ - ΠΑΝΑΘΗΝΑΪΚΟ ΣΤΑΔΙΟ, ταυτόχρονα με τον 42ο Αυθεντικό Μαραθώνιο Αθήνας και σύμφωνα με τους παρακάτω όρους:

1. ΗΜΕΡΟΜΗΝΙΑ ΔΙΕΞΑΓΩΓΗΣ:

Ο αγώνας θα διεξαχθεί την **Κυριακή 9 Νοεμβρίου 2025**, με ώρα εκκίνησης **09:00** για τους Άνδρες και για τις Γυναίκες.

2. ΔΗΛΩΣΕΙΣ ΣΥΜΜΕΤΟΧΗΣ:

2.1 Οι δηλώσεις συμμετοχής πρέπει να σταλούν αποκλειστικά και μόνο με email μέχρι τη **Δευτέρα 20 Οκτωβρίου 2025 και ώρα 14:00** στον Σ.Ε.Γ.Α.Σ. 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. Λέκκα στο τηλέφωνο **211 1877737** ή στην ηλεκτρονική διεύθυνση entries@segas.gr

ΜΕΤΑΛΟΙ ΧΟΡΗΓΟΙ ΣΕΓΑΣ



ΕΠΙΣΗΜΟΙ ΧΟΡΗΓΟΙ ΣΕΓΑΣ



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

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

2.4 Ταυτόχρονα με την υποβολή της δήλωσης συμμετοχής το σωματείο δηλώνει ανεπιφύλακτα ότι αποδέχεται τους όρους της ειδικής προκήρυξης του πρωταθλήματος και την εφαρμογή των κανονισμών του Σ.Ε.Γ.Α.Σ.

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

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

3. ΔΙΚΑΙΩΜΑ ΣΥΜΜΕΤΟΧΗΣ:

Στον Μαραθώνιο δρόμο του Πανελληνίου Πρωταθλήματος, δικαίωμα συμμετοχής έχουν μόνο αθλητές - αθλήτριες που ανήκουν οπωσδήποτε στη δύναμη των σωματείων - μελών του Σ.Ε.Γ.Α.Σ., σύμφωνα με την τελευταία Υπουργική Απόφαση «περί εγγραφής αθλητών».

4. ΗΛΙΚΙΕΣ:

Δικαίωμα συμμετοχής στον Μαραθώνιο Δρόμο Ανδρών - Γυναικών του Πανελληνίου Πρωταθλήματος 2025, έχουν οι αθλητές-αθλήτριες που έχουν γεννηθεί το **2005** και οι μεγαλύτεροι-μεγαλύτερες.

5. ΟΡΙΑ ΣΥΜΜΕΤΟΧΗΣ:

5.1 Οι αθλητές - αθλήτριες που θα δηλωθούν, θα πρέπει να έχουν πετύχει καλύτερες επιδόσεις σε ένα από τα παρακάτω αγωνίσματα, την τριετία **2023-2024-2025:**

Αγώνισμα	Ανδρες	Γυναίκες
Μαραθώνιος:	2:44.00	3:22.00
Ημιμαραθώνιος:	1:15.15	1:34.15
10.000μ. / 10χλμ.:	34:00	42:00

5.2 Οι επιδόσεις θα πρέπει να έχουν επιτευχθεί είτε σε διοργανώσεις στην Ελλάδα (σύμφωνα με όσα αναφέρονται σε αυτή την παράγραφο 5), είτε σε διοργανώσεις στο εξωτερικό οι οποίες είναι αναγνωρισμένες από την WA και την AIMS.

5.3 Οι αγωνιστικές διαδρομές στην Ελλάδα που οι επιδόσεις των συμμετεχόντων αθλητών - τριών επιτρέπουν τη συμμετοχή τους στο Πανελλήνιο Πρωτάθλημα Μαραθωνίου αναφέρονται στον συνημμένο Πίνακα Β'. Επίσης για τη συμμετοχή των αθλητών - τριών στο Πανελλήνιο Πρωτάθλημα Μαραθωνίου προσμετρώνται και οι επιδόσεις που έχουν επιτευχθεί σε αγώνες 10.000μ. εντός Σταδίου.

Σε περίπτωση επίτευξης επίδοσης σε αγώνα του εξωτερικού θα πρέπει επιπλέον να επισυνάπτεται βεβαίωση της διοργάνωσης ή απόσπασμα από τα επίσημα αποτελέσματα.

5.4 Στη συνημμένη φόρμα δήλωσης θα πρέπει να αναφέρεται με σαφήνεια η ακριβής επίδοση, το έτος επίτευξης (μόνο αν έχει επιτευχθεί στην τριετία 2023-2024-2025) και ο τόπος/διοργάνωση για να ελεγχθεί.

5.5 Για τους αθλητές - αθλήτριες που είναι γεννημένοι το 2005 και πρόκειται να συμμετάσχουν για πρώτη φορά σε Μαραθώνιο Δρόμο θα πρέπει να έχουν αποδεδειγμένη συμμετοχή τουλάχιστον σε ένα από τα Πανελλήνια Πρωταθλήματα Α/Γ, Κ23 & Κ20 στα αγωνίσματα των 5.000μ. ή 10.000μ. την χρονική περίοδο 2023-2025

6. ΣΥΜΜΕΤΟΧΗ ΧΩΡΙΣ ΟΡΙΟ (Χ.Ο):

Ειδικά για το αγώνισμα του ΜΑΡΑΘΩΝΙΟΥ ΔΡΟΜΟΥ ΑΝΔΡΩΝ - ΓΥΝΑΙΚΩΝ, κανένας αθλητής - αθλήτρια και για κανένα λόγο ΔΕΝ ΕΧΕΙ ΔΙΚΑΙΩΜΑ να δηλωθεί και να συμμετέχει εάν δεν έχει πετύχει τα όρια συμμετοχής και σύμφωνα με όσα αναφέρονται παραπάνω στην παράγραφο 5.

7. ΒΑΘΜΟΛΟΓΙΑ:

7.1 Στον Μαραθώνιο Δρόμο βαθμολογούνται οι **δεκαέξι (16)** πρώτοι - πρώτες με την κλίμακα **13-11-10-9-8-7-6-5-4-3-2-1-1-1-1-1**, με την προϋπόθεση να επιτύχουν στον αγώνα τα όρια βαθμολόγησης και καταβολής εξόδων, που είναι:

Ανδρών: 3:00.00

Γυναικών: 3:30.00

7.2 Οι αθλητές - αθλήτριες, που θα λάβουν μέρος σε αυτόν τον Μαραθώνιο Δρόμο, **εξαντλούν το ένα από τα ατομικά αγωνίσματα**, που έχουν δικαίωμα συμμετοχής στο αντίστοιχο Πανελλήνιο Πρωτάθλημα Ανδρών - Γυναικών για το 2025.

Επομένως οι αθλητές - αθλήτριες που θα δηλωθούν και θα συμμετάσχουν θα πρέπει να έχουν συμμετάσχει (πριν από τη δήλωση και συμμετοχή τους στον Μαραθώνιο) σε ΔΥΟ συνολικά το ανώτερο αγωνίσματα στο Πανελλήνιο Πρωτάθλημα Ανδρών - Γυναικών 2025 (Συμπεριλαμβάνονται όλα τα αγωνίσματα του Πανελληνίου Πρωταθλήματος Ανδρών - Γυναικών που διεξήχθη στον Βόλο 2-3/8 και επιπλέον ο Ημιμαραθώνιος 9/3, τα 10.000μ. 26/4, τα Σύνθετα 21-22/6 καθώς και σε όλα τα αγωνίσματα Βάδην).

7.3 Όπως αναφέρεται στον ισχύοντα κανονισμό εγγραφών - μεταγραφών, για τις περιπτώσεις των αθλητών - τριών που παίρνουν μεταγραφή σύμφωνα με το άρθρο 5. παρ. 5 (μετοίκηση λόγω εγγραφής σε ανώτερο ή ανώτατο δημόσιο εκπαιδευτικό ίδρυμα) και παρ. 6 α.β. (μετοίκηση για λόγους επαγγελματικούς) καθώς και το άρθρο 6. παρ. 3 (μετοίκηση λόγω εγγραφής σε ανώτερο ή ανώτατο δημόσιο εκπαιδευτικό ίδρυμα ή για λόγους επαγγελματικούς και ανεξαρτήτως χιλιομετρικής απόστασης, με τη συγκατάθεση του σωματείου του) ισχύουν τα παρακάτω:

«Για τις τρεις (3) πρώτες αγωνιστικές περιόδους, μετά την έγκριση της μεταγραφής, οι βαθμοί αξιολόγησης από τις διακρίσεις του αθλητή στα Διασυλλογικά και Πανελλήνια Πρωταθλήματα στίβου θα μοιράζονται στα δύο σωματεία».

7.4 «Το ίδιο ισχύει και για τις περιπτώσεις εκείνες των αθλητών που θα αποκτώνται μετά από προσφυγή στο ΑΣΕΑΔ (μόνο για τα άρθρα που αναφέρονται στην παραπάνω παράγραφο) καίτοι είχε απορριφθεί η αίτηση μεταγραφής τους από την επιτροπή μεταγραφών».

8. ΕΠΑΘΛΑ:

8.1 Στον πρώτο νικητή - νικήτρια του Μαραθωνίου Δρόμου θα απονεμηθούν κύπελλο - μετάλλιο πανελληνιονίκη επίχρυσο και δίπλωμα, στον δεύτερο - δεύτερη μετάλλιο πανελληνιονίκη επ'αργύρο και δίπλωμα και στον τρίτο - τρίτη μετάλλιο πανελληνιονίκη χάλκινο και δίπλωμα.

Προσοχή: οι τρεις πρώτοι νικητές-νικήτριες κατά την απονομή θα πρέπει να φορούν την εμφάνιση καθώς και το ειδικά διαμορφωμένο νούμερο της διοργάνωσης που θα τους δοθούν από τον υπεύθυνο των απονομών.

8.2 Ο Σ.Ε.Γ.Α.Σ. έχει καθιερώσει χρηματικά έπαθλα για τους έξι πρώτους Έλληνες νικητές και έξι πρώτες Ελληνίδες νικήτριες του Μαραθωνίου Δρόμου.

Τα χρηματικά έπαθλα θα καταβάλλονται μόνο στην περίπτωση επίτευξης χρόνου κάτω από **2:28.00** για τους άνδρες και κάτω από **2:58.00** για τις γυναίκες.

9. ΟΙΚΟΝΟΜΙΚΑ:

9.1 Στα σωματεία των αθλητών - αθλητριών που θα καταλάβουν μία από τις **5** πρώτες θέσεις της κατάταξης θα υπολογιστούν ως έξοδα μετακίνησης τα ποσά που αναφέρονται στον συνημμένο **Πίνακα Α'**.

9.2 Για τους αθλητές - αθλήτριες που θα καταλάβουν μία από τις θέσεις **6 - 10** θα υπολογισθεί το 1/2 των χρηματικών ποσών.

9.3 Επίσης θα υπολογισθούν τα αντίστοιχα ποσά (100%) σε έναν συνοδό από κάθε σωματείο εφ' όσον έστω και ένας αθλητής - αθλήτριά του κατέλαβε μία από τις **5** πρώτες θέσεις της κατάταξης ή έναν συνοδό από κάθε σωματείο, αλλά με το 50% του αντιστοιχού χρηματικού ποσού, εφ' όσον έστω και ένας αθλητής - αθλήτριά του κατέλαβε μία από τις θέσεις **6^η - 10^η** της κατάταξης.

9.4 Για όλες τις παραπάνω περιπτώσεις (9.1 - 9.2 - 9.3) οι αθλητές - αθλήτριες θα πρέπει να έχουν επιτύχει, εκτός από την θέση κατάταξης **και τα όρια βαθμολόγησης - καταβολής εξόδων.**

9.5 Τα σωματεία θα πρέπει να στείλουν τα γραμμάτια είσπραξης στον Σ.Ε.Γ.Α.Σ. το συντομότερο δυνατόν και σε κάθε περίπτωση το αργότερο μέχρι το τέλος του τρέχοντος έτους, σε διαφορετική περίπτωση δεν θα καταβάλλονται τα έξοδα μετακίνησης των σωματείων.

10. ΓΕΝΙΚΑ:

10.1 Οι αθλητές - αθλήτριες θα παραλάβουν τους αριθμούς τους από το ΚΛΕΙΣΤΟ ΓΥΜΝΑΣΤΗΡΙΟ ΦΑΛΗΡΟΥ (ΤΑΕ ΚΒΟ ΝΤΟ), ως εξής:

- * Παρασκευή 7/11/2025 - ώρες 10:00 - 20:00
- * Σάββατο 8/11/2025 - ώρες 10:00 - 18:00

Προσοχή: Την ημέρα του αγώνα ΔΕΝ θα υπάρχει η δυνατότητα παραλαβής του αριθμού συμμετοχής (bib number).

10.2 ΠΑΡΑΛΑΒΗ ΑΡΙΘΜΩΝ - ΕΛΕΓΧΟΣ ΑΓΩΝΙΣΤΙΚΩΝ ΠΑΠΟΥΤΣΙΩΝ

Οι αθλητές για να παραλάβουν τον αριθμό θα πρέπει να προσκομίζουν **ΑΠΑΡΑΙΤΗΤΑ:**

- Το δελτίο αθλητικής ιδιότητας,
- Την κάρτα υγείας αθλητή, θεωρημένη σύμφωνα με την ισχύουσα νομοθεσία,
- Τα αγωνιστικά παπούτσια για έλεγχο.

Σε αντίθετη περίπτωση **ΔΕΝ ΘΑ ΕΠΙΤΡΑΠΕΙ Η ΣΥΜΜΕΤΟΧΗ.**

10.3 Έλεγχοι σε Κέντρο Εγγραφών (registration center)

Απαραίτητη προϋπόθεση για την παραλαβή του αριθμού συμμετοχής και στη συνέχεια για την συμμετοχή στο Πανελλήνιο Πρωτάθλημα είναι η επίδειξη και ο έλεγχος των **Αγωνιστικών παπουτσιών** (βλέπε και παρ. 11.5).

► **Αγωνιστικά παπούτσια** (βλέπε και παρ. 11.5)

Οι συμμετέχοντες αθλητές και αθλήτριες θα πρέπει να επιδεικνύουν στους υπεύθυνους κριτές τα αγωνιστικά τους παπούτσια με τα οποία θα συμμετέχουν στον αγώνα.

Τα αγωνιστικά παπούτσια κατ' αρχάς θα ελέγχονται από τους κριτές και κατόπιν θα φωτογραφίζονται προκειμένου να τηρηθεί αρχείο και να γίνεται σύγκριση κατά τον τερματισμό με τα παπούτσια που αγωνίστηκε ο αθλητής.

11. ΓΕΝΙΚΕΣ ΔΙΑΤΑΞΕΙΣ:

11.1 Οι αγώνες θα διεξαχθούν σύμφωνα με τους ισχύοντες κανονισμούς αγώνων στίβου της World Athletics καθώς και του Σ.Ε.Γ.Α.Σ.

11.2 Τυχόν παρασκευάσματα (προσωπικά ποτά) που θα έχουν μαζί τους οι αθλητές -αθλήτριες **ΜΟΝΟ ΤΟΥ ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΟΥ ΠΡΩΤΑΘΛΗΜΑΤΟΣ,** πρέπει να τα προσκομίσουν την προηγούμενη μέρα του αγώνα (Σάββατο, 08/11/2025) στο ΤΑΕ ΚΒΟ ΝΤΟ, το αργότερο μέχρι ώρα **18:00.**

Σε κάθε μπουκάλι θα αναγράφεται ο αριθμός του αθλητή - αθλήτριας και ο σταθμός τροφοδοσίας που θα πρέπει να το παραλάβει.

Σταθμοί με προσωπικά ποτά θα υπάρχουν στο **5^ο, 10^ο, 15^ο, 20^ο, 25^ο, 30^ο, 35^ο και 40^ο χλμ.**

Για τη βελτίωση της εξυπηρέτησης των συμμετεχόντων στο Πανελλήνιο Πρωτάθλημα, το γραφείο Αγώνων σε συνεργασία με το γραφείο Μαραθωνίου καθόρισε για τη φετινή διοργάνωση το παρακάτω **σύστημα παροχής προσωπικών ποτών:**

Έως 20 τραπέζια
Νερό, ισοτονικό,
μπανάνες, snack,
coca cola

3^ο τραπέζι
Παν. Πρωτάθλημα
*θα ανακοινωθούν τα
Bib για κάθε τραπέζι

2^ο τραπέζι
Παν. Πρωτάθλημα
*θα ανακοινωθούν τα
Bib για κάθε τραπέζι

1^ο τραπέζι
Παν. Πρωτάθλημα
*θα ανακοινωθούν τα
Bib για κάθε τραπέζι

← ← ← ← ... ← ← ← ← ... ← ← ← ← ... ← ← ← ← ... ← ← ← ← ... ← ← ← ←

κατεύθυνση δρομέων

ΣΗΜΕΙΩΣΗ: Σύμφωνα και με τους διεθνείς κανονισμούς, όλοι οι αθλητές - αθλήτριες, που μετέχουν στο Πανελλήνιο Πρωτάθλημα επιτρέπεται να τροφοδοτούνται μόνο από τους ειδικούς και προκαθορισμένους από τη διοργάνωση, σταθμούς τροφοδοσίας στη Μαραθώνια διαδρομή.

Οποιαδήποτε άλλη τροφοδοσία σε οποιοδήποτε άλλο σημείο της διαδρομής από οποιοδήποτε άλλο άτομο (π.χ. προπονητή, συνοδό, θεατή) θα επιφέρει ακύρωση από τους κριτές του αθλητή-αθλήτριας που θα υποπέσει στο παράπτωμα, σύμφωνα με τους διεθνείς κανονισμούς.

11.3 Κάθε αθλητής - τρια θα λαμβάνει έναν (1) προσωπικό αριθμό συμμετοχής. Ο αριθμός συμμετοχής είναι αυστηρά προσωπικός, δεν μεταβιβάζεται και δεν αλλοιώνεται με οποιοδήποτε τρόπο (κοπή, επικολλήσεις, παραμόρφωση κ.ά.). Όλοι οι αθλητές - αθλήτριες πρέπει να φέρουν εμφανώς τον αριθμό τους (bib number) στο στήθος, αναλλοίωτο, όπως τους παραδίδεται από την Οργανωτική Επιτροπή.

Οποιαδήποτε αλλοίωση (πρόσθετη αναγραφή, παραποίηση, κοπή, δίπλωμα κλπ.) του αριθμού επιφέρει την άμεση ακύρωση της επίδοσης και της κατάταξης του αθλητή-αθλήτριας από τα αποτελέσματα και ο αθλητής-αθλήτρια παραπέμπεται στην πειθαρχική επιτροπή της Ομοσπονδίας.

11.4 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 (World Athletics) 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 ή η φόρμα δεν είναι σύμφωνα με όσα ορίζουν οι κανονισμοί, οι υπεύθυνοι των συλλόγων με δική τους ευθύνη 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 ΑΓΩΝΙΣΤΙΚΗ ΣΤΟΛΗ ή Η ΦΟΡΜΑ ΕΙΝΑΙ ΔΙΑΦΟΡΕΤΙΚΗ ΑΠΟ ΑΥΤΗ ΤΗΣ ΕΠΙΣΗΜΗΣ ΑΓΩΝΙΣΤΙΚΗΣ ΣΤΟΛΗΣ & ΦΟΡΜΑΣ ΤΟΥ ΣΥΛΛΟΓΟΥ ΤΟΥΣ ή ΔΕΝ ΣΥΜΜΟΡΦΩΝΟΝΤΑΙ ΜΕ ΟΣΑ ΑΝΑΦΕΡΟΝΤΑΙ ΠΑΡΑΠΑΝΩ ΓΙΑ ΤΗ ΔΙΑΦΗΜΙΣΗ ΔΕΝ ΘΑ ΤΟΥΣ ΕΠΙΤΡΕΠΕΤΑΙ ΝΑ ΑΓΩΝΙΣΤΟΥΝ.

Παρ' όλα αυτά, σε περίπτωση που οι αθλητές κατά τη διάρκεια του αγώνα παραβιάσουν όσα αναφέρονται στους κανονισμούς της Παγκόσμιας Ομοσπονδίας Στίβου (World Athletics) καθώς και

στην παρούσα προκήρυξη, τότε θα γίνεται αναφορά προς το Δ.Σ. του ΣΕΓΑΣ το οποίο και θα μπορεί να επιβάλλει τις παρακάτω κυρώσεις:

- την ακύρωση της συμμετοχής του αθλητή-τριας από τη διοργάνωση,
- τον αποκλεισμό του/της για χρονικό διάστημα από συμμετοχή σε επόμενες διοργανώσεις της Ομοσπονδίας καθώς και
- την αφαίρεση βαθμών από τον σύλλογο στον οποίο ανήκει

Επίσης επισημαίνεται ότι η συμμετοχή των αθλητών με την εμφάνιση της Εθνικής Ομάδας δεν επιτρέπεται.

ΠΡΟΣΟΧΗ: Η ΤΕΛΕΤΗ ΑΠΟΝΟΜΗΣ ΜΕΤΑΛΛΙΩΝ, ΟΙ ΣΥΝΕΝΤΕΥΞΕΙΣ ΤΥΠΟΥ ΠΟΥ ΟΡΓΑΝΩΝΟΝΤΑΙ ΑΠΟ ΤΟΝ ΣΕΓΑΣ (εντός ή εκτός Σταδίου), ΤΑ FLASH INTERVIEWS (σύντομες δηλώσεις σε TV ή οποιοδήποτε άλλο μέσο), Ο «ΓΥΡΟΣ ΘΡΙΑΜΒΟΥ» ΚΑΘΩΣ ΚΑΙ ΟΙ ΠΑΝΗΓΥΡΙΣΜΟΙ ΕΝΤΟΣ ΤΟΥ ΑΓΩΝΙΣΤΙΚΟΥ ΧΩΡΟΥ, ΑΠΟΤΕΛΟΥΝ ΜΕΡΟΣ ΤΟΥ ΠΡΩΤΑΘΛΗΜΑΤΟΣ ΚΑΙ Η ΕΜΦΑΝΙΣΗ ΤΩΝ ΑΘΛΗΤΩΝ ΟΣΟΝ ΑΦΟΡΑ ΤΗΝ ΕΝΔΥΜΑΣΙΑ ΤΟΥΣ ΘΑ ΠΡΕΠΕΙ ΝΑ ΕΙΝΑΙ ΣΥΜΦΩΝΑ ΜΕ ΟΣΑ ΑΝΑΦΕΡΟΝΤΑΙ ΣΤΗΝ ΠΑΡΟΥΣΑ ΠΡΟΚΗΡΥΞΗ.

11.5 Αγωνιστικά παπούτσια Άρθρο 5 (παράγραφοι 5.3, 5.4, 5.5, 5.6) / Πίνακας Δ'

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 (μέγιστο πάχος σόλας **40mm**) και του τακουινιού.

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://certcheck.worldathletics.org/FullList>.

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.

11.5.1 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 το κέντρο εγγραφών (registration center) την Παρασκευή 7 και το Σάββατο 8 Νοεμβρίου 2025 (βλέπε παρ. 10), όπου θα ελέγχονται και θα φωτογραφίζονται τα αγωνιστικά παπούτσια από τους υπεύθυνους κριτές της διοργάνωσης.

2η φάση: Κατά τον τερματισμό των αθλητών και αθλητριών του Πανελληνίου Πρωταθλήματος, οι υπεύθυνοι κριτές θα ελέγχουν αν ο αγωνιζόμενος αθλητής-τρια αγωνίστηκε με το μοντέλο που ελέγχθηκε και εγκρίθηκε στο κέντρο εγγραφών (registration center) ή κάποιο άλλο.

11.5.2 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.

11.5.3 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 συγκεκριμένο θέμα από τους σχετικούς συνδέσμους που αναφέρονται στην προκήρυξη.
- Να συμβουλευόνται την επικαιροποιημένη λίστα μοντέλων της Παγκόσμιας Ομοσπονδίας Στίβου (W.A.) **PIPIN** 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.

11.6 Οι μετέχοντες αθλητές - αθλήτριες στο Πανελλήνιο Πρωτάθλημα, μπορούν να παραδώσουν την τσάντα με τον ιματισμό τους πριν την εκκίνηση του αγώνα σε αυτοκίνητο - φορητό της Οργανωτικής Επιτροπής, για τη μεταφορά του στο Παναθηναϊκό Στάδιο. Απαραίτητα θα πρέπει να χρησιμοποιηθεί η τσάντα που τους παραδόθηκε στο Κέντρο Εγγραφών στο ΤΑΕ ΚΒΟ ΝΤΟ Παλαιού Φαλήρου.

Η παράδοση - επιστροφή της τσάντας στους δρομείς θα γίνεται μετά τον τερματισμό στο Παναθηναϊκό Στάδιο στα αποδυτήρια του Παναθηναϊκού Σταδίου (είσοδος από το τούνελ).

Συνιστάται οι συμμετέχοντες να μην τοποθετούν τιμαφή, χρήματα και άλλα είδη αξίας στις ειδικές σακούλες.

11.7 ΣΤΟ ΒΑΘΡΟ ΤΩΝ ΝΙΚΗΤΩΝ/ΤΡΙΩΝ ΟΙ ΝΙΚΗΤΕΣ ΠΡΟΣΕΡΧΟΝΤΑΙ ΚΑΙ ΑΝΕΒΑΙΝΟΥΝ ΥΠΟΧΡΕΩΤΙΚΑ ΜΕ ΤΗΝ ΕΜΦΑΝΙΣΗ ΤΟΥ ΑΜΑ.

11.8 Ότι δεν προβλέπεται από την προκήρυξη θα ρυθμίζεται από τον Τεχνικό Υπεύθυνο και τον Αλυτάρχη του αγώνα, σύμφωνα με τους κανονισμούς.

12. ΙΑΤΡΙΚΕΣ ΕΞΕΤΑΣΕΙΣ:

Με τη φροντίδα και την ευθύνη των συλλόγων οι αθλητές -τριες πρέπει να έχουν εξετασθεί ιατρικώς πριν από τους αγώνες.

Η πιστοποίηση της υγείας των αθλητών και αθλητριών είναι υποχρεωτική και αποτελεί προϋπόθεση για τη συμμετοχή τους σε προπονήσεις και αγώνες.

ΣΕ ΔΙΑΦΟΡΕΤΙΚΗ ΠΕΡΙΠΤΩΣΗ ΔΕΝ ΘΑ ΤΟΥΣ ΕΠΙΤΡΕΠΕΤΑΙ ΝΑ ΣΥΜΜΕΤΕΧΟΥΝ και οι υπεύθυνοι του Κέντρου Εγγραφών θα παραδίδουν τους αριθμούς συμμετοχής ΜΟΝΟ στους αθλητές των οποίων η κάρτα υγείας αθλητή θα είναι θεωρημένη σύμφωνα με όσα αναφέρονται στην παράγραφο αυτή.

Η πιστοποίηση υγείας των αθλητών ισχύει για ένα (1) έτος από την ημερομηνία της ιατρικής θεώρησης.

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.

13. ΕΝΣΤΑΣΕΙΣ - ΚΥΡΩΣΕΙΣ - ΑΡΝΗΤΙΚΗ ΒΑΘΜΟΛΟΓΙΑ:

13.1 Ενστάσεις που αφορούν την συμμόρφωση αθλητή-αθλήτριας με τους κανονισμούς και επηρεάζουν την κατάταξη των δεκαέξι (16) πρώτων νικητών και νικητριών του Πανελληνίου Πρωταθλήματος θα μπορούν να υποβάλλονται, εκτός των όσων αναφέρονται παρακάτω και κατά την διάρκεια διεξαγωγής του Μαραθωνίου και μέχρι τριάντα (30) λεπτά από την ανακοίνωση των δεκαέξι (16) 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 τέσσερις (4) εργάσιμες ημέρες μετά την λήξη του αγωνίσματος. Ως προθεσμία υποβολής ενστάσεων ορίζεται η **Πέμπτη 13 Νοεμβρίου 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.

13.2 Για οποιαδήποτε άλλη παράβαση όπως αντικανονική συμμετοχή με βάση την προκήρυξη ή την Κωδικοποίηση, πλαστοπροσωπία κ.λπ. επιλαμβάνεται η υπηρεσία του Σ.Ε.Γ.Α.Σ. και το Δ.Σ.

Ο Σ.Ε.Γ.Α.Σ. επίσης επιλαμβάνεται των ζητημάτων που προκύπτουν μετά από σχετική έγγραφη καταγγελία που υποβάλλεται στην Ομοσπονδία, μέχρι την Πέμπτη 13/11/2025 και ώρα 15:00 ή από ελέγχους που διεξάγονται μετά το πέρας των αγώνων.

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

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 στο συγκεκριμένο πρωτάθλημα και σε όλα τα αγωνίσματα που συμμετείχε.

β) Ο σύλλογος τιμωρείται επιπλέον και με αφαίρεση είκοσι βαθμών (-20), από τη συνολική βαθμολογία του συγκεκριμένου πρωταθλήματος. Ειδικά για το Πανελλήνιο Πρωτάθλημα και το Κύπελλο Δρόμου σε Ανώμαλο Έδαφος

αφαιρούνται 100 βαθμοί (-100).

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 μία 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 & 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, τόσος 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.

14. ΜΑΡΑΘΩΝΙΑ ΔΙΑΔΡΟΜΗ:

14.1 Θα ισχύσει και φέτος η όδευση της διαδρομής που καθιερώθηκε από το 2008.

Οι αθλητές εισερχόμενοι στο Παναθηναϊκό Στάδιο θα οδηγούνται και θα τερματίζουν στην αριστερή ευθεία. Καλούνται οι αθλητές - αθλήτριες να τηρήσουν πιστά τη σωστή πορεία και την ειδική σήμανση της διαδρομής, όπως και τις οδηγίες των Κριτών.

14.2 Κατά τη διάρκεια ολόκληρου του αγώνα **απαγορεύεται ρητά η συνοδεία** με οποιοδήποτε μέσο αθλητών-τριών (π.χ. από προπονητές, συνοδούς κλπ.), που μετέχουν στο Πανελλήνιο Πρωτάθλημα **τόσο στο ρεύμα κίνησης των αθλητών-αθλητριών όσο και στο διπλανό ρεύμα.**

Η τροχαία θα απαγορεύει την περαιτέρω κίνηση των συνοδών κατόπιν υπόδειξης των διοργανωτών και των κριτών, ενώ ο υποστηριζόμενος αθλητής- αθλήτρια θα αποβάλλεται άμεσα από τον αγώνα και θα ακυρώνεται από τους κριτές. Οι αγωνιζόμενοι υποχρεούνται να πειθαρχούν στις υποδείξεις των κριτών.

Τέλος από την Κ.Ε.Κ. Σ.Ε.Γ.Α.Σ. θα εξετάζεται και κάθε περίπτωση που διαπιστώνεται, από οπτικό υλικό της Ο.Ε. ή άλλου ενδιαφερομένου και αφορά υποστήριξη-βοήθεια από άλλον δρομέα που μετέχει στον αγώνα σε μέρος ή ολόκληρη την διαδρομή.

15. ΕΛΕΓΧΟΣ DOPING:

Ο Μαραθώνιος Δρόμος του Πανελληνίου Πρωταθλήματος, αποτελεί αγώνα για τον οποίο έχει αποσταλεί αλληλογραφία στον Εθνικό Οργανισμό Καταπολέμησης του Ντόπινγκ (Ε.Ο.ΚΑ.Ν), για τη διενέργεια ελέγχου Doping στους συμμετέχοντες αθλήτριες και αθλητές.

Η διαδικασία ελέγχου Doping που διενεργείται από τον Ε.Ο.ΚΑ.Ν είναι σύμφωνη με τους Κανονισμούς Anti-Doping (Anti-Doping Rules) της Παγκόσμιας Ομοσπονδίας Στίβου (World Athletics).

16. ΥΓΕΙΟΝΟΜΙΚΗ ΚΑΛΥΨΗ

Η Οργανωτική Επιτροπή της διοργάνωσης καλύπτει υγειονομικά τον αγώνα. Το ΕΚΑΒ είναι ο φορέας της υγειονομικής κάλυψης. Ιατρική βοήθεια παρέχεται στην αγωνιστική διαδρομή και στους χώρους της εκκίνησης και του τερματισμού. Διασώστες/Εθελοντές παροχής Πρώτων Βοηθειών βρίσκονται σε ολόκληρη την αγωνιστική διαδρομή παρέχοντας τις πρώτες βοήθειες και επικοινωνώντας με τους υπεύθυνους της υγειονομικής κάλυψης των αγώνων.

17. ΤΕΧΝΙΚΟΣ ΥΠΕΥΘΥΝΟΣ ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΟΥ ΠΡΩΤΑΘΛΗΜΑΤΟΣ Α/Γ:

Τεχνικός Υπεύθυνος της διοργάνωσης ορίζεται ο Τεχνικός Διευθυντής Αγώνων **κ. Ανδρέας Γκόγκας** με καθήκοντα και αρμοδιότητες που αναφέρονται στο άρθρο 112 των Κανονισμών Στίβου Σ.Ε.Γ.Α.Σ., σε συνεργασία με τον Αλυτάρχη και τον Υπεύθυνο της Υπηρεσίας του Προσωπικού του Σ.Ε.Γ.Α.Σ.

18. ΥΠΕΥΘΥΝΟΣ ΥΓΕΙΟΝΟΜΙΚΗΣ ΥΠΗΡΕΣΙΑΣ:

Υπεύθυνη της Υγειονομικής Υπηρεσίας ορίζεται η ιατρός κ. Δήμητρα Εμμανουήλ με Α.Μ: ΙΣΑ077023

19. ΥΠΕΥΘΥΝΟΣ ΑΣΦΑΛΕΙΑΣ:

Υπεύθυνος ασφαλείας ορίζεται ο κ. Εμμανουήλ Δουρβετάκης, Αντιστράτηγος ΕΛ.ΑΣ. ε.α.

Με αθλητικούς χαιρετισμούς

Η Πρόεδρος



Σοφία Σακοράφα



Ο Γενικός Γραμματέας



Γεώργιος Γιατρουδάκης

Συνημμένα:

- Πίνακας Α': Έξοδα μετακίνησης σωματείων
- Πίνακας Β': Πιστοποιημένες διαδρομές αγώνων
- Πίνακας Γ': Αγωνιστική στολή - εμφάνιση
- Πίνακας Δ': Πίνακας πάχους σόλας αγωνιστικού παπουτσιού
- Πίνακας Ε': Έντυπο δήλωσης συμμετοχής

Κοινοποίηση:

Παναθηναϊκό Στάδιο - ΚΕΚ - ΣΚΚΑΑ - Λογιστήριο Σ.Ε.Γ.Α.Σ. - Γραφείο Μαραθωνίου -
Γραφείο Τύπου - Υγειονομική Υπηρεσία - ΕΟΚΑΝ

ΠΙΝΑΚΑΣ Α'

ΜΑΡΑΘΩΝΙΟΣ ΔΡΟΜΟΣ			
ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΟ ΠΡΩΤΑΘΛΗΜΑ ΑΝΔΡΩΝ - ΓΥΝΑΙΚΩΝ 2025			
ΚΑΛΥΨΗ ΕΞΟΔΩΝ ΜΕ ΒΑΣΗ ΤΗΝ ΑΤΟΜΙΚΗ ΚΑΤΑΤΑΞΗ			
Α/Α	ΝΟΜΟΣ ΠΡΟΕΛΕΥΣΗΣ	1η - 5η Θέση	6η - 10η Θέση
1.	ΛΕΣΒΟΥ - ΛΗΜΝΟΥ	116 €	58€
2.	ΧΙΟΥ	112 €	56€
3.	ΣΑΜΟΥ - ΙΚΑΡΙΑΣ	130 €	65€
4.	ΚΥΚΛΑΔΩΝ	82 €	41€
5.	ΑΤΤΙΚΗΣ	0 €	0€
6.	ΕΥΒΟΙΑΣ	22 €	11€
7.	ΒΟΙΩΤΙΑΣ	22 €	11€
8.	ΦΘΙΩΤΙΔΟΣ	54 €	27€
9.	ΦΩΚΙΔΟΣ	50 €	25€
10.	ΚΑΡΔΙΤΣΑΣ	60 €	30€
11.	ΤΡΙΚΑΛΩΝ	62 €	31€
12.	ΛΑΡΙΣΑΣ	62 €	31€
13.	ΜΑΓΝΗΣΙΑΣ	62 €	31€
14.	ΚΕΡΚΥΡΑΣ	106 €	53€
15.	ΘΕΣΣΠΡΩΤΙΑΣ	90 €	45€
16.	ΙΩΑΝΝΙΝΩΝ	82 €	41€
17.	ΠΡΕΒΕΖΑΣ	82 €	41€
18.	ΑΡΤΑΣ	76 €	38€
19.	ΑΙΤΩΛΟΑΚΑΡΝΑΝΙΑΣ	60 €	30€
20.	ΛΕΥΚΑΔΑΣ	70 €	35€
21.	ΑΧΑΪΑΣ	50 €	25€
22.	ΗΛΕΙΑΣ	60 €	30€
23.	ΖΑΚΥΝΘΟΥ	86 €	43€
24.	ΚΕΦΑΛΛΗΝΙΑΣ	94 €	47€
25.	ΑΡΓΟΛΙΔΟΣ	44 €	22€
26.	ΚΟΡΙΝΘΙΑΣ	20 €	10€
27.	ΑΡΚΑΔΙΑΣ	48 €	24€
28.	ΜΕΣΣΗΝΙΑΣ	56 €	28€
29.	ΛΑΚΩΝΙΑΣ	52 €	26€
30.	ΔΩΔΕΚΑΝΗΣΟΥ	146 €	73€
31.	ΕΒΡΟΥ	156 €	78€
32.	ΡΟΔΟΠΗΣ	144 €	72€

33.	ΕΑΝΘΗΣ	118 €	59€
34.	ΚΑΒΑΛΑΣ	112 €	56€
35.	ΔΡΑΜΑΣ	112 €	56€
36.	ΣΕΡΡΩΝ	96 €	48€
37.	ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗΣ	88 €	44€
38.	ΧΑΛΚΙΔΙΚΗΣ	94 €	47€
39.	ΠΕΛΛΑΣ	94 €	47€
40.	ΚΙΛΚΙΣ	94 €	47€
41.	ΚΑΣΤΟΡΙΑΣ	94 €	47€
42.	ΚΟΖΑΝΗΣ	86 €	43€
43.	ΦΛΩΡΙΝΑΣ	94 €	47€
44.	ΓΡΕΒΕΝΩΝ	80 €	40€
45.	ΠΙΕΡΙΑΣ	76 €	38€
46.	ΗΜΑΘΙΑΣ	78 €	39€
47.	ΛΑΣΙΘΙΟΥ	138 €	69€
48.	ΗΡΑΚΛΕΙΟΥ	122 €	61€
49.	ΡΕΘΥΜΝΗΣ	132 €	66€
50.	ΧΑΝΙΩΝ	118 €	59€
51.	ΒΟΡΕΙΕΣ ΣΠΟΡΑΔΕΣ	94 €	47€
52.	ΕΥΡΥΤΑΝΙΑΣ	64 €	32€
53.	ΠΟΡΟΣ - ΑΙΓΙΝΑ	58 €	29€

ΠΙΝΑΚΑΣ Β΄

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	Sea Run Χαλκίδα- 10χλμ	10 χλμ	Αλυκές Δροσιάς Χαλκίδας
29	Stymfalia Lake Run- 10χλμ	10 χλμ	Στυμφαλία
30	Syros Run- 10χλμ	10 χλμ	Σύρος Ερμούπολη
31	Thermaikos Coastal Night- 10χλμ	10 χλμ	Περαία
32	Vrachati Run- 10χλμ	10 χλμ	Βραχάτι Κορινθίας
33	Αγώνας Δρόμου "Ιωάννης Καποδιστριας"- 10χλμ	10 χλμ	Αίγινα
34	Ειρηνοδρομία- 10χλμ	10 χλμ	Αγ. Δημήτριος, Αθήνα
35	Ευριπίδεια διαδρομή- 10χλμ	10 χλμ	Μύκονος
36	Ημιμαραθώνιος Αρκαλοχωρίου- 10χλμ	10 χλμ	Αρκαλοχώρι
37	Ιπποκράτειος Αγώνας Δρόμου- 10χλμ	10 χλμ	Λάρισα
38	Καλαμάτα- 10χλμ	10 χλμ	Καλαμάτα
39	Κλεισθένειος Νυχτερινός Αγώνας Δρόμου- 10χλμ	10 χλμ	Κιάτο
40	Κυριακίδεια- 10χλμ	10 χλμ	Φιλοθέη
41	Μαραθώνιος Κρήτης- 10χλμ	10 χλμ	Χανιά
42	Μαραθώνιος Μέγας Αλέξανδρος- 10χλμ	10 χλμ	Θεσσαλονίκη
43	Μπλόκο Καλογρέζας- 10χλμ	10 χλμ	N. Ιωνία
44	Νυχτερινός Ημιμαραθώνιος Δράμας- 10χλμ	10 χλμ	Δράμα

45	Νυχτερινός Ημιμαραθώνιος Θεσσαλονίκης- 10χλμ	10 χλμ	Θεσσαλονίκη
46	Νυχτερινός Ημιμαραθώνιος Θεσσαλονίκης- 10χλμ	10 χλμ	Αμπελόκηποι Θεσσαλονίκης
47	Παλαμήδειος δρόμος- 10χλμ	10 χλμ	Ναύπλιο
48	Πελάσγειος Λάρισα- 10χλμ	10 χλμ	Λάρισα
49	Πράσινος Ημιμαραθώνιος Λευκάδας- 10χλμ	10 χλμ	Λευκάδα
50	Σίφνος 10χλμ	10 χλμ	Σίφνος
51	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 Κουσης 10χλμ	10 χλμ	Αγρινίο
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 Ημιμαραθωνίου

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	Αχιλλεϊος Άθλος Half Marathon	21.1 χλμ	Φάρσαλα
20	Δημοκρίτειος Ημιμαραθώνιος	21.1 χλμ	Ξάνθη
21	Δρόμος Ελευθερίας Θερμοπύλες-Αλαμάνια-Γοργοπόταμος	21.1 χλμ	Θερμοπύλες
22	Ημιμαραθώνιος Αιγιαλείας	21.1 χλμ	Αίγιο
23	Ημιμαραθώνιος Άρτας- Ο Δρόμος του Γιοφουριού	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	Ημιμαραθώνιος Δίου	21.1 χλμ	Κατερίνη
6	Ημιμαραθώνιος Κέρκυρας	21.1 χλμ	Κέρκυρα
7	Ημιμαραθώνιος 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 Πανσανία	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 Μεσσηνίας	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
---	---------------------	---------	----------------

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

ΌΛΑ ΤΑ ΑΛΛΑ ΡΟΥΧΑ / ACCESSORIES

ΣΥΝΟΛΟ ΜΕΧΡΙ 2 ΛΟΓΟΤΥΠΑ

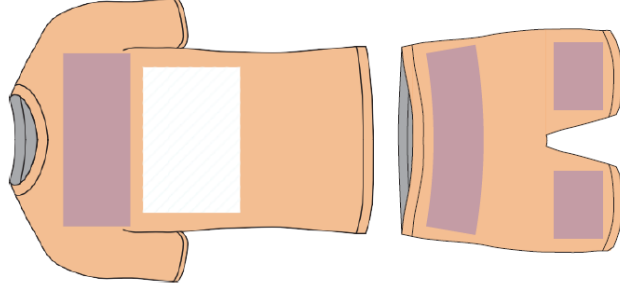
- 1x ΣΗΜΑ/ΟΝΟΜΑ ΣΥΛΛΟΓΟΥ
- 1x ΚΑΤΑΣΚΕΥΑΣΤΗΣ

Σήμα/όνομα συλλόγου μεγ. 5cm ύψος

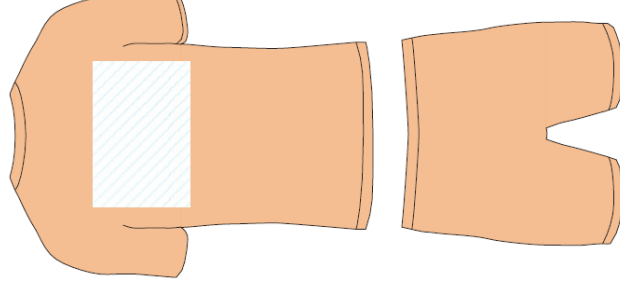
Σήμα κατασκευαστή 4cm ύψος ή πλάτος, μεγ. 10cm²

ΤΟΠΟΘΕΤΗΣΗ

ΜΠΡΟΣΤΑ



ΠΙΣΩ



ΥΠΟΜΝΗΜΑ ΓΙΑ ΤΟΠΟΘΕΤΗΣΕΙΣ

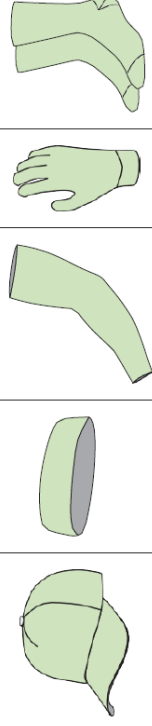
Όλες οι θέσεις εξαρτώνται από τον τύπο/στυλ του ατομικού kit αγώνων π.χ. αν έχει μανίκια, φερμουάρ, γιλέκα, κ.λπ.

Καθορισμένοι χώροι για: Λογότυπο κατασκευαστή

Καθορισμένοι χώροι για: Σήμα συλλόγου Εμπορικοί χορηγοί Σύλλογος

Τοποθέτηση Bib

Καθορισμένοι χώροι για: Σήμα/Όνομα συλλόγου Λογότυπο κατασκευαστή



ΠΙΝΑΚΑΣ Γ'

ΠΙΝΑΚΑΣ Δ'
ΝΕΟΣ Πίνακας Πάχους Σόλας - σε ισχύ από 1 Νοεμβρίου 2024

Αγώνισμα	Μέγιστο πάχος της σόλας (σύμφωνα με το Άρθρο 10.6 των Κανονισμών).	Επιπλέον απαίτηση/ Σημείωση
Αγώνισμα Δρόμων συμπεριλαμβανομένων εμποδίων και Φυσικά Εμπόδια	20mm αγωνιστικά υποδήματα με καρφιά ή υποδήματα χωρίς καρφιά	Για τις σκυταλοδρομίες, ο κανόνας ισχύει για την απόσταση που διανύεται από κάθε αθλητή. Για αγώνισμα Βάδην εντός Σταδίου, το μέγιστο πάχος της σόλας είναι το ίδιο με αυτό των Αγωνισμάτων Δρόμου.
Αγώνισμα Κονίστρας	20mm αγωνιστικά υποδήματα με καρφιά ή υποδήματα χωρίς καρφιά	Για όλα τα Αγώνισμα των Αλμάτων, η σόλα στο κέντρο του μπροστινού ποδιού του αθλητή δεν πρέπει να είναι υψηλότερη από τη σόλα στο κέντρο της φτέρνας του αθλητή που αναφέρεται στους Κανονισμούς 10.3 και 10.4 (δηλαδή στο κεντρικό σημείο του παπουτσιού στο 12% και στο 75% του εσωτερικού μήκους του παπουτσιού).
Αγώνισμα Δρόμων Εκτός Σταδίου (Δρομικά και Αγώνισμα Βάδην)	40mm	
Ανώμαλος Δρόμος	20mm για αγωνιστικά υποδήματα με καρφιά ή 40mm για υποδήματα χωρίς καρφιά	Οι αθλητές μπορούν να φορούν παπούτσια με καρφιά ή χωρίς καρφιά (δηλαδή παπούτσια για αγώνισμα σε δημόσιο δρόμο). Εάν φοράτε παπούτσια με καρφιά, το μέγιστο πάχος της σόλας δεν πρέπει να υπερβαίνει τα 20mm. Εάν φοράτε παπούτσια χωρίς καρφιά, το μέγιστο πάχος της σόλας δεν πρέπει να υπερβαίνει τα 40mm.
Δρόμοι σε Βουνό και Trail (μονοπάτια)	Οποιοδήποτε πάχος	

Σημαντική ειδοποίηση: Σύμφωνα με τον Κανονισμό 5.3, από την 1η Νοεμβρίου 2024 ένα υπάρχον παπούτσι του οποίου η σόλα είναι μεγαλύτερη από το μέγιστο πάχος που ορίζεται στον παραπάνω πίνακα δεν εγκρίνεται πλέον και δεν μπορεί να φορεθεί σε Ισχύουσες Διοργανώσεις.

