



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

ΓΡΑΦΕΙΟ ΑΓΩΝΩΝ ΣΕΓΑΣ

Πληροφορίες: Φωτεινή Κασίδη

Τηλ.: 211-18.77.735

E-mail: competition@segas.gr

=====

Αριθμός Πρωτ: 8227

Αθήνα, 22 Δεκεμβρίου 2025

Προς: Ε.Α.Σ. Σ.Ε.Γ.Α.Σ.

(Για ενημέρωση σωματείων τους)

=====

ΠΡΟΚΗΡΥΞΗ

Α. ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΟΥ ΠΡΩΤΑΘΛΗΜΑΤΟΣ ΜΑΡΑΘΩΝΙΟΥ ΒΑΔΗΝ

ΑΝΔΡΩΝ - ΓΥΝΑΙΚΩΝ

Β. ΗΜΕΡΙΔΑΣ ΒΑΔΗΝ

21,1χλμ. Α-Γ & K23 (Α/Γ)

10χλμ. Α-Γ, K23 (Α/Γ), K20 (Α/Γ) & K18 (Α/Γ) (2009-2010) /

5χλμ. K18 (Α/Γ), K16 Αγόρια & K16 Κορίτσια (2011) /

3χλμ. Κορίτσια K16 & K14 (2013)

ΑΛΙΑΡΤΟΣ / ΔΗΜΟΣ ΑΛΙΑΡΤΟΥ - ΘΕΣΠΙΕΩΝ

Από τον Σ.Ε.Γ.Α.Σ. προκηρύσσεται το αγώνισμα του Μαραθωνίου Βάδην Ανδρών - Γυναικών, του Πανελληνίου Πρωταθλήματος Ανδρών - Γυναικών για το 2026. Το Πρωτάθλημα διοργανώνεται σε συνεργασία με τον Δήμο Αλιάρτου - Θεσπιέων και την ΕΑΣ ΣΕΓΑΣ Ανατολικής Στερεάς & Εύβοιας, σύμφωνα με τους παρακάτω όρους:

1. ΤΟΠΟΣ - ΗΜΕΡΟΜΗΝΙΑ ΤΕΛΕΣΗΣ:

Ο αγώνας θα διεξαχθεί στον Δήμο Αλιάρτου - Θεσπιέων, την **Κυριακή 25 Ιανουαρίου 2026**. Μαζί με το αγώνισμα του Μαραθωνίου Βάδην του Πανελληνίου Πρωταθλήματος Ανδρών - Γυναικών θα διεξαχθούν επίσης και Αγώνες Βάδην **21,1χλμ. Α-Γ & K23 / 10χλμ. Α-Γ, K23, K20 & K18 / 5χλμ. K18, K16 Αγόρια & K16 Κορίτσια (2011) / 3χλμ. Κοριτσιών K16 & K14 (2013)**, χωρίς βαθμολογία - αξιολόγηση.

ΜΕΓΑΛΟΙ ΧΟΡΗΓΟΙ ΣΕΓΑΣ



ΕΠΙΣΗΜΟΙ ΧΟΡΗΓΟΙ ΣΕΓΑΣ



2. ΔΙΑΔΡΟΜΗ:

Η διαδρομή του αγώνα είναι κυκλική, συνολικής απόστασης 1.000μ. ο γύρος, ασφαλιστοστρωμένη.

3. ΩΡΕΣ ΕΚΚΙΝΗΣΗΣ:

Οι ώρες εκκίνησης ορίζονται ως ακολούθως:

- ✓ **09:30 για Μαραθώνιο**
- ✓ **09:35 για Ημιμαραθώνιο**
- ✓ **11:15 για τα 10 χλμ. Α - Γ, K23 Α - Γ, K20 Α - Γ & K18 Α - Γ (2009-2010)**
- ✓ **12:15 για τα 5χλμ. K18, K16 Αγοριών & K16 Κοριτσιών (2011)**
- ✓ **12:15 για τα 3χλμ. Κοριτσιών K16 & K14 (2013)**

ΠΡΟΣΟΧΗ: Οι οριστικές ώρες εκκίνησης των αγωνισμάτων θα διαμορφωθούν μετά την επεξεργασία των δηλώσεων συμμετοχής και θα ανακοινωθούν στην επίσημη ιστοσελίδα του ΣΕΓΑΣ.

4. ΗΛΙΚΙΕΣ:

Στο Πανελλήνιο Πρωτάθλημα Μαραθωνίου Βάδην Ανδρών & Γυναικών δικαίωμα συμμετοχής έχουν οι αθλητές-τριες που έχουν γεννηθεί το **2006** καθώς και μεγαλύτεροι-τερες.

Στα αγωνίσματα της Ημερίδας Βάδην δικαίωμα συμμετοχής έχουν:

4.1 Στο αγώνισμα των **21,1 χλμ. Βάδην** της Ημερίδας, μπορούν να συμμετέχουν:

- οι αθλητές και οι αθλήτριες που έχουν γεννηθεί το **2006** και μεγαλύτεροι - μεγαλύτερες

4.2 Στο αγώνισμα των **10χλμ. Βάδην** της Ημερίδας, μπορούν να συμμετέχουν:

- οι αθλητές που έχουν γεννηθεί το **2010** και μεγαλύτεροι (Α-Γ, K23, K20 & K18)
- οι αθλήτριες που έχουν γεννηθεί το **2010** και μεγαλύτερες (Α-Γ, K23, K20 & K18)

4.3 Στο αγώνισμα των **5χλμ. Βάδην** της Ημερίδας μπορούν να συμμετέχουν:

- οι αθλητές που έχουν γεννηθεί το **2009*** - **2010*** - **2011 & 2012** (K18 & K16) και
- οι αθλήτριες που έχουν γεννηθεί το **2009**** - **2010 & 2011** (K18 & K16 μόνο το 2011).

*Οι αθλητές που γεννήθηκαν το **2009 & 2010** μπορούν να συμμετάσχουν είτε στο αγώνισμα των 10χλμ. είτε στο αγώνισμα των 5χλμ. της Ημερίδας.

Οι αθλήτριες που γεννήθηκαν το **2009 - 2010 μπορούν να συμμετάσχουν είτε στο αγώνισμα των 5χλμ. είτε στο αγώνισμα των 10χλμ. της Ημερίδας.

4.4 Στο αγώνισμα των **3χλμ. Βάδην** της Ημερίδας μπορούν να συμμετέχουν:

- οι αθλήτριες που έχουν γεννηθεί το **2011*** – **2012 & 2013** (K16 & K14 μόνο το 2013).

*Οι αθλήτριες που γεννήθηκαν το **2011** μπορούν να συμμετάσχουν είτε στο αγώνισμα των 3χλμ. είτε στο αγώνισμα των 5χλμ. της Ημερίδας.

5. ΔΙΚΑΙΩΜΑ ΣΥΜΜΕΤΟΧΗΣ

5.1 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 Δεκεμβρίου του έτους έκδοσης (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 Δεκεμβρίου της τρέχουσας αγωνιστικής περιόδου.

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.

6. ΟΡΙΑ ΠΡΟΚΡΙΣΗΣ:

6.1 Οι αθλητές-τριες που θα δηλωθούν για να συμμετάσχουν στο Πανελλήνιο Πρωτάθλημα, θα πρέπει να έχουν πετύχει επιδόσεις καλύτερες από τα παρακάτω όρια την τριετία 2023– 2024 – 2025:

Αγώνισμα	Άνδρες	Γυναίκες
20Km Βάδην	1:50:00	2:25:00
35Km Βάδην	3:30:00	4:10:00

6.2 Ως επίσημοι αγώνες για την επίτευξη των ορίων θεωρούνται οι αγώνες που διοργανώνονται από τον Σ.Ε.Γ.Α.Σ., τις Ε.Α.Σ. ή είναι με την έγκρισή τους και τα σωματεία (με την έγκριση του Σ.Ε.Γ.Α.Σ. και των Ε.Α.Σ.).

6.3 Επίσης ισχύουν ως όρια πρόκρισης οι επιδόσεις που επιτυγχάνονται σε διεθνείς συναντήσεις ή επίσημους αγώνες του εξωτερικού, όταν διοργανώνονται από την Παγκόσμια Ομοσπονδία Στίβου (World Athletics), την Ευρωπαϊκή Ομοσπονδία Στίβου (EAA) ή είναι με την έγκρισή τους, αναφέρονται δε στο διεθνές καλεντάρι και οι αθλητές – αθλήτριες συμμετέχουν με την άδεια της Ομοσπονδίας.

6.4 Ακόμη δικαίωμα συμμετοχής έχουν οι αθλητές – αθλήτριες που εκπληρώνουν μία από τις παρακάτω προϋποθέσεις:

6.4.1 Να έχουν καταταγεί στη **12αδα** του Πανελληνίου Πρωταθλήματος Α-Γ στο αγώνισμα των **20χλμ. Βάδην το 2025 ή των 35χλμ. Βάδην το 2025.**

6.4.2 Να έχουν καταταγεί στη **15αδα** της ετήσιας λίστας **Α-Γ** του προηγούμενου έτους 2025 για τα 20χλμ. Βάδην ή τα 35χλμ. Βάδην.

6.4.3 Στην περίπτωση **ισοπαλίας** στη **δωδέκατη** θέση της κατάταξης των αντίστοιχων Πανελληνίων Πρωταθλημάτων ή της ετήσιας λίστας (15αδα) του 2025 για τα 20χλμ. Βάδην και τα 35χλμ. Βάδην, που εξασφαλίζει τη συμμετοχή στα πρωταθλήματα του 2026 προκρίνονται όλοι οι ισόπαλοι αθλητές – αθλήτριες.

6.5 Ειδικά για τα αγωνίσματα των Πανελληνίων Πρωταθλημάτων Α-Γ που διεξάγονται σε μεγάλη χρονική απόσταση από τα υπόλοιπα αγωνίσματα της κατηγορίας τους, όπως είναι ο Μαραθώνιος Βάδην, τα σωματεία έχουν δικαίωμα να δηλώσουν συνολικά μέχρι δύο (2) το ανώτερο αθλητές – αθλήτριες (ειδικά για την κατηγορία των Α-Γ ΜΟΝΟ μέχρι 27 ετών δηλ. 1999 και μικρότεροι - ρες), χωρίς όριο (Χ.Ο.) – προϋποθέσεις συμμετοχής και ανεξάρτητα από τον αντίστοιχο αριθμό αθλητών που θα έχουν δικαίωμα συμμετοχής στο Πανελλήνιο Πρωτάθλημα Α-Γ.

6.5.1 Ειδικά οι αθλητές – αθλήτριες που είναι 28 ετών και μεγαλύτεροι (1998 – 1997 κ.λπ.) έχουν δικαίωμα συμμετοχής ΜΟΝΟ εάν έχουν πετύχει τα όρια πρόκρισης ή τις προϋποθέσεις συμμετοχής (δεν μπορούν δηλαδή σε καμία περίπτωση να συμπεριλαμβάνονται στους 2 αθλητές – αθλήτριες που έχει δικαίωμα να δηλώσει ένα σωματείο χωρίς να έχουν πετύχει τα όρια πρόκρισης ή τις προϋποθέσεις συμμετοχής).

6.6 Εκτός των όσων αναφέρονται παραπάνω και μετά από εισήγηση του Τεχνικού Διευθυντή Εθνικών Ομάδων θα δίνεται η δυνατότητα συμμετοχής σε αθλητές και αθλήτριες που δεν πληρούν τις παραπάνω προϋποθέσεις αλλά κατά το παρελθόν έχουν κατακτήσει μετάλλια ή έχουν διακριθεί σε Διεθνείς Διοργανώσεις (Ολυμπιακοί Αγώνες, Παγκόσμια Πρωταθλήματα, Πανευρωπαϊκά Πρωταθλήματα και Παγκόσμιο Πρωτάθλημα Ομάδων) καθώς και έχουν κατακτήσει 1^η Πανελλήνια νίκη στην κατηγορία των Ανδρών - Γυναικών. Οι αθλητές – τριες της παραγράφου αυτής θα συμπεριλαμβάνονται στον συνολικό αριθμό των προκρινόμενων αθλητών Χ.Ο. της παραγράφου 6.5.

7. ΔΗΛΩΣΕΙΣ ΣΥΜΜΕΤΟΧΗΣ:

7.1 Οι δηλώσεις συμμετοχής πρέπει να σταλούν στον Σ.Ε.Γ.Α.Σ. με email το αργότερο μέχρι και τη Δευτέρα 19 Ιανουαρίου 2026 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. Λία Λέκκα, στο τηλέφωνο 211 1877737.

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

7.3 Ταυτόχρονα με την υποβολή της δήλωσης συμμετοχής το σωματείο δηλώνει ΑΝΕΠΙΦΥΛΑΚΤΑ ότι αποδέχεται τους όρους της 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** και οι αθλητές - αθλήτριες θα δηλωθούν **ΜΟΝΟ** σε εκείνα τα αγωνίσματα που δικαιούνται και στα οποία θα **ΛΑΒΟΥΝ ΜΕΡΟΣ**.

8. ΒΑΘΜΟΛΟΓΙΑ - ΑΞΙΟΛΟΓΗΣΗ:

8.1 Βαθμολογούνται - αξιολογούνται οι 16 πρώτοι 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 παρακάτω όρια βαθμολόγησης - αξιολόγησης:

8.2 Όρια βαθμολόγησης - αξιολόγησης Πανελληνίου Πρωταθλήματος Α/Γ και όρια **ΚΑΤΑΒΟΛΗΣ ΕΞΟΔΩΝ*** Πανελληνίων Πρωταθλημάτων Α-Γ:

Κατηγορία	Επίδοση
Άνδρες:	4:20:00
Γυναίκες:	5:00:00

8.3 Η βαθμολογία - αξιολόγηση των παραπάνω αγωνισμάτων θα συνυπολογιστεί στη Γενική Βαθμολογία - Αξιολόγηση του Πανελληνίου Πρωταθλήματος Ανδρών - Γυναικών 2026.

8.4 Οι αθλητές-τριες που θα λάβουν μέρος στο Πανελλήνιο Πρωτάθλημα Μαραθωνίου Βάδην εξαντλούν το ένα από τα ατομικά αγωνίσματα που έχουν δικαίωμα συμμετοχής στα Πανελλήνια Πρωταθλήματα Α-Γ του 2026.

Σημείωση:

Όσον αφορά το μοίρασμα των βαθμών αξιολόγησης μεταξύ των σωματείων από τις μετεγγραφές των αθλητών - αθλητριών τους, θα ισχύουν όλα όσα αναφέρονται στον επίσημο κανονισμό - μετεγγραφών και γενικότερα στους κανονισμούς του Σ.Ε.Γ.Α.Σ. με τις αντίστοιχες διατάξεις.

9. ΕΠΑΘΛΑ:

Στους τρεις πρώτους νικητές – τρεις θα απονεμηθούν έπαθλα ως ακολούθως:

- Στους πρώτους νικητές-τριες θα απονεμηθούν κύπελλο – μετάλλιο Πανελληνιονίκη επίχρυσο και δίπλωμα,
- Στους δεύτερους νικητές-τριες μετάλλιο Πανελληνιονίκη επάργυρο και δίπλωμα και
- Στους τρίτους νικητές-τριες μετάλλιο Πανελληνιονίκη χάλκινο και δίπλωμα.

10. ΙΑΤΡΙΚΕΣ ΕΞΕΤΑΣΕΙΣ – ΚΑΡΤΑ ΥΓΕΙΑΣ ΑΘΛΗΤΗ:

Με την 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. ΓΕΝΙΚΕΣ ΤΕΧΝΙΚΕΣ ΔΙΑΤΑΞΕΙΣ:

11.1 Οι εκπρόσωποι των Σωματείων θα παραλάβουν τους αριθμούς την ημέρα του αγώνα στις 08:30 από τη γραμματεία του Σ.Ε.Γ.Α.Σ., που θα βρίσκεται στον χώρο της εκκίνησης.

11.2 Κάθε αθλητής – αθλήτρια θα λαμβάνει δύο (2) προσωπικούς αριθμούς και οι οποίοι θα πρέπει να τοποθετούνται στο μπροστινό και πίσω μέρος της αγωνιστικής ενδυμασίας.

Οι αριθμοί συμμετοχής πρέπει να συγκρατούνται με τις 4 παραπάνες, μία σε κάθε γωνία, με τέτοιο τρόπο ώστε να μην πέφτουν και, επιπλέον, πρέπει να τοποθετούνται με τέτοιο τρόπο ώστε να είναι απολύτως ορατοί κατά τη διάρκεια του αγώνα.

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

11.3 Ο αγώνας θα διεξαχθεί σύμφωνα με τους ισχύοντες Κανονισμούς της **World Athletics** καθώς και του Σ.Ε.Γ.Α.Σ.

11.4 Ό,τι δεν προβλέπεται από την Προκήρυξη θα ρυθμίζεται από τον Τεχνικό Υπεύθυνο και τον Αλυτάρχη του αγώνα, σύμφωνα με τους Κανονισμούς.

11.5 Αγωνιστική στολή-εμφάνιση (παράδειγμα στον Πίνακα Α')

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 Διεθνούς Ομοσπονδίας Στίβου (WORLDATHLETICS)

που αφορούν τη Διαφήμιση θα εφαρμόζονται και οι οποίοι είναι διαθέσιμοι στην ηλεκτρονική διεύθυνση:

<http://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.

11.6 Αγωνιστικά παπούτσια Άρθρο 5 (πρώην 143) παράγραφοι 5.3, 5.4, 5.5, 5.6)

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 τελικά θα αγωνιστεί ο αθλητής.

Τα αγωνιστικά παπούτσια των αθλητών-τριών θα πρέπει να είναι σύμφωνα με όσα ορίζουν οι κανονισμοί της World Athletics και συγκεκριμένα στο άρθρο 5.

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:

- προτρέπειμε σωματεία και αθλητές να συμβουλευόμαστε την παραπάνω επικαιροποιημένη λίστα μοντέλων ΠΡΙΝ προβούν σε αγορά αγωνιστικών παπουτσιών.
- συμβουλευόμαστε 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.

11.6.1 Παράδοση αγωνιστικών παπουτσιών

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

11.6.2 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 διαβάζουν με προσοχή τις σχετικές οδηγίες που θα περιλαμβάνονται πλέον στις Προκηρύξεις όλων των Πρωταθλημάτων,
- να συμβουλευθούν την επικαιροποιημένη λίστα μοντέλων της Παγκόσμιας Ομοσπονδίας Στίβου (W.A.) PIN 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.

11.7 Αριθμοί συμμετοχής

Κάθε αθλητής θα λαμβάνει δύο (2) προσωπικούς αριθμούς και οι οποίοι θα πρέπει να τοποθετούνται στο μπροστινό και πίσω μέρος της αγωνιστικής ενδυμασίας.

Οι αριθμοί συμμετοχής πρέπει να συγκρατούνται με τις παραμάνες, μία σε κάθε γωνία, με τέτοιο τρόπο ώστε να μην πέφτουν και επιπλέον, πρέπει να τοποθετούνται με τέτοιο τρόπο ώστε να είναι απολύτως ορατοί κατά τη διάρκεια του αγώνα.

11.8 Τυχόν παρασκευάσματα που θα έχουν μαζί τους οι αθλητές πρέπει να τα προσκομίσουν στον χώρο του αγώνα 30 λεπτά πριν την εκκίνηση.

11.9 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 αγώνισματος 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 Ελλανόδοικο Επιτροπή είτε μέσω του Κέντρου Τεχνικών Πληροφοριών (αν υπάρχει) είτε μέσω του Αλυτάρχη.
- Κάθε γραπτή έφεση προς την Ελλανόδοικο Επιτροπή θα πρέπει να γίνεται με βάση το άρθρο 8.7 (πρώην 146.7) και 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 Ελλανοδικού Επιτροπής θα παρέχεται γραπτώς.

12. ΟΙΚΟΝΟΜΙΚΑ:

12.1 Στα σωματεία των αθλητών-τριών που θα καταλάβουν μία από τις 3 πρώτες θέσεις της κατάταξης και θα πετύχουν τα αντίστοιχα όρια καταβολής εξόδων, θα υπολογισθούν ως έξοδα μετακίνησης τα ποσά που αναφέρονται στον συνημμένο πίνακα εξόδων μετακίνησης και ανάλογα με τον νομό προέλευσης του κάθε αθλητή-αθλήτριας.

Για τους αθλητές που θα καταλάβουν μία από τις θέσεις 4η - 6η και θα πετύχουν το αντίστοιχο όριο βαθμολόγησης θα υπολογιστεί το 1/2 των χρηματικών ποσών.

12.2 Κάλυψη εξόδων συνοδών σύμφωνα με τα παραπάνω:

Κάλυψη σε ΕΝΑΝ (1) συνοδό ολόκληρο το ποσόν (100%) αν έχει αθλητή - τρία που κατέλαβε μία από τις 6 πρώτες θέσεις της ενιαίας κατάταξης και πέτυχε τα αντίστοιχα όρια βαθμολόγησης και καταβολής εξόδων Α-Γ.

12.3 ΓΙΑ ΤΟΥΣ ΑΘΛΗΤΕΣ-ΑΘΛΗΤΡΙΕΣ ΠΟΥ ΘΑ ΑΓΩΝΙΣΘΟΥΝ ΣΤΗΝ ΗΜΕΡΙΔΑ ΔΕΝ ΠΡΟΒΛΕΠΕΤΑΙ ΚΑΤΑΒΟΛΗ ΕΞΟΔΩΝ.

13. 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 - τρία 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 - τρία, 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.

14. ΟΡΓΑΝΩΤΙΚΟΣ ΕΚΠΡΟΣΩΠΟΣ ΠΡΩΤΑΘΛΗΜΑΤΟΣ:

Οργανωτικός Εκπρόσωπος του Πρωταθλήματος ορίζεται το μέλος του Δ.Σ. του Σ.Ε.Γ.Α.Σ. **κ. Ευγενία Νικολετοπούλου.**

15. ΤΕΧΝΙΚΟΣ ΥΠΕΥΘΥΝΟΣ ΔΙΟΡΓΑΝΩΣΗΣ:

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.

16. ΤΕΧΝΙΚΟΙ ΥΠΕΥΘΥΝΟΙ ΕΓΚΑΤΑΣΤΑΣΗΣ ΚΑΙ ΑΘΛΗΤΙΚΟΥ ΕΞΟΠΛΙΣΜΟΥ:

Τεχνικοί Υπεύθυνοι Εγκατάστασης ορίζονται ο Επιτελικός Τεχνικός του ΣΕΓΑΣ **κ. Δημήτρης Χαλβατζάρας**, οι Τεχνικοί της Επιτροπής Αγώνων σε Δημόσιο Δρόμο και Βουνό **κ.κ. Άγγελος Προβατάς και Νότης Παπούλιας**, ο Τεχνικός Σύμβουλος Ανατολικής Στερεάς & Εύβοιας **κ.**

Μπουλούκος Κων/νος και ο Υπεύθυνος του Κέντρου Υψηλού Αγ. Κοσμά κ. **Οικονομίδης Γεώργιος**, οι οποίοι θα συνεργάζονται με τον Τεχνικό Υπεύθυνο, τον Αλυτάρχη και τον Γυμνασάρχο των Αγώνων επί θεμάτων προετοιμασίας της αγωνιστικής διαδρομής και καταλληλότητας του χρησιμοποιούμενου αθλητικού εξοπλισμού.

17. ΙΑΤΡΙΚΗ ΚΑΛΥΨΗ ΠΡΩΤΑΘΛΗΜΑΤΟΣ:

Ο Δήμος Αλιάρτου - Θεσπιδών θα πρέπει να διασφαλίσει 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.

18. ΥΠΕΥΘΥΝΟΣ ΥΓΕΙΟΝΟΜΙΚΗΣ ΥΠΗΡΕΣΙΑΣ:

Υπεύθυνος της Υγειονομικής Υπηρεσίας ορίζεται ο ιατρός κ. **Περγαντάς Ιωάννης** με Α.Μ:94516.

Με αθλητικούς χαιρετισμούς

Η Πρόεδρος



Σοφία Σακοράφα



Ο Γενικός Γραμματέας



Γεώργιος Γιατρουδάκης

Συνημμένα:

- ✓ Σχεδιάγραμμα διαδρομής
- ✓ Πίνακας κάλυψης εξόδων
- ✓ Πίνακας πάχους σόλας παπουτσιών
- ✓ Αγωνιστική εμφάνιση

Κοινοποίηση:

- | | |
|-----------------------------------|----------------------------|
| ✓ Δήμος Αλιάρτου - Θεσπιδών | ✓ Λογιστήριο Σ.Ε.Γ.Α.Σ. |
| ✓ Αστυνομικό Τμήμα Αλιάρτου | ✓ Γραφείο Τύπου Σ.Ε.Γ.Α.Σ. |
| ✓ Υγειονομική Υπηρεσία Σ.Ε.Γ.Α.Σ. | ✓ Γραφείο Μάρκετινγκ |
| ✓ Γραφείο Υψηλού Αθλητισμού | ✓ Κ.Ε.Κ. Σ.Ε.Γ.Α.Σ. |
| ✓ Επιτροπή Ανάπτυξης | ✓ ΕΟΚΑΝ |

Αλιάρτος 2026

Course diagram

1Km loop



ΜΑΡΑΘΩΝΙΟΣ ΒΑΔΗΝ ΑΝΔΡΩΝ - ΓΥΝΑΙΚΩΝ ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΟΥ ΠΡΩΤΑΘΛΗΜΑΤΟΣ ΑΝΔΡΩΝ - ΓΥΝΑΙΚΩΝ 25/01/2026, ΑΛΙΑΡΤΟΣ - ΔΗΜΟΣ ΑΛΙΑΡΤΟΥ - ΘΕΣΠΙΕΩΝ			
ΚΑΛΥΨΗ ΕΞΟΔΩΝ ΜΕ ΒΑΣΗ ΤΗΝ ΑΤΟΜΙΚΗ ΚΑΤΑΤΑΞΗ			
A/A	ΝΟΜΟΣ ΠΡΟΕΛΕΥΣΗΣ	1η - 3η Θέση	4η - 6η Θέση
1.	ΛΕΣΒΟΥ - ΛΗΜΝΟΥ	218,00 €	109,00 €
2.	ΚΥΚΛΑΔΩΝ	218,00 €	109,00 €
3.	ΔΩΔΕΚΑΝΗΣΟΥ	298,00 €	149,00 €
4.	ΑΤΤΙΚΗΣ	68,00 €	34,00 €
5.	ΚΑΡΔΙΤΣΑΣ	118,00 €	59,00 €
6.	ΠΡΕΒΕΖΑΣ	130,00 €	65,00 €
7.	ΑΧΑΪΑΣ	106,00 €	53,00 €
8.	ΖΑΚΥΝΘΟΥ	154,00 €	77,00 €
9.	ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗΣ	160,00 €	80,00 €
10.	ΗΜΑΘΙΑΣ	164,00 €	82,00 €
11.	ΦΩΚΙΔΑΣ	20,00 €	10,00 €

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
Αγωνίσματα 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 αγωνίσματα Βάδην εντός Σταδίου, το μέγιστο πάχος της σόλας είναι το ίδιο με αυτό των Αγωνισμάτων Δρόμου.
Αγωνίσματα Κονίστρας	20mm αγωνιστικά υποδήματα με καρφιά ή υποδήματα χωρίς καρφιά	Για όλα τα Αγωνίσματα 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).
Αγωνίσματα Δρόμων Εκτός Σταδίου (Δρομικά και Αγωνίσματα 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 αγωνίσματα 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.

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

