

ΠΡΟΚΗΡΥΞΗ
ΑΓΩΝΩΝ ΣΤΙΒΟΥ
«ΛΙΟΦΙΛΙΑ - Η ΝΥΧΤΑ ΤΩΝ 10.000μ.»
ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΣΤΑΔΙΟ ΑΓΙΟΥ ΔΗΜΗΤΡΙΟΥ
ΣΑΒΒΑΤΟ 12 ΔΕΚΕΜΒΡΙΟΥ 2026

Ο αθλητικός σύλλογος ΟΦΚΑ ΟΔΥΣΣΕΑΣ Αγίου Δημητρίου, σε συνεργασία με την εταιρεία ΛΙΟΦΑΓΟΣ Συστήματα Αλουμινίου και την Τοπική Επιτροπή ΕΑΣ ΣΕΓΑΣ ΠΕΙΡΑΙΑ,

ΠΡΟΚΗΡΥΣΣΟΥΝ

το Σάββατο **12 Δεκεμβρίου 2026**, στο Δημοτικό Στάδιο Αγίου Δημητρίου, τους αγώνες στίβου **«ΛΙΟΦΙΛΙΑ - Η ΝΥΧΤΑ ΤΩΝ 10.000μ».** Οι αγώνες, που διοργανώνονται για **14η χρονιά**, τελούν υπό την αιγίδα του Δήμου Αγίου Δημητρίου και εντάσσονται στο επίσημο καλεντάρι της **World Athletics,** κατηγορίας F. Το **κόστος συμμετοχής είναι 12€** (για τους δρομείς που θα επιλεχθούν να συμμετάσχουν).

ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΑΓΩΝΩΝ

Τα αγωνίσματα θα διεξαχθούν σύμφωνα με το παρακάτω πρόγραμμα:

Ώρα Έναρξης*	**ΑΓΩΝΙΣΜΑ**
14:50	Εκκίνηση 1ης σειράς** / Παιδικός αγώνας Κ8-Κ10
15:50	Σκυταλοδρομία Συλλόγων Αγοριών-Κοριτσιών Κ12-Κ14
16:10	Εκκίνηση 2ης σειράς**
17:05	Εκκίνηση 3ης σειράς**
17:55	2.000μ. Κοριτσιών Κ16-Κ18 (2012-2011-2010-2009)
18:10	3.000μ. Αγοριών Κ16-Κ18 (2012-2011-2010-2009)
18:25	Εκκίνηση 4ης σειράς**
19:15	Εκκίνηση 5ης σειράς**
20:05	Εκκίνηση σειράς **ELITE ΓΥΝΑΙΚΩΝ**
20:45	Εκκίνηση σειράς **ELITE ΑΝΔΡΩΝ**
21:30	Τελετή λήξης – Απονομές Επάθλων

*Οι ώρες διεξαγωγής των αγωνισμάτων ενδέχεται να αλλάξουν μετά την τελική επεξεργασία των δηλώσεων συμμετοχής.

**Οι σειρές εκκίνησης καθορίζονται βάσει των επιβεβαιωμένων επιδόσεων των αθλητών-τριών.

1. **ΔΗΛΩΣΕΙΣ ΣΥΜΜΕΤΟΧΗΣ**
   1. Οι δηλώσεις συμμετοχής θα υποβάλλονται στην ηλεκτρονική διεύθυνση ΦΟΡΜΑ ΕΓΓΡΑΦΗΣ ΛΙΟΦΙΛΙΑ 2026 **έως τη Δευτέρα 30 Νοεμβρίου 2026 και ώρα 23:59**. Μετά την επεξεργασία των δηλώσεων συμμετοχής θα **επιλεχθούν οι δρομείς με τις 240 καλύτερες επιδόσεις**. Θα υπάρξει και ένας περιορισμένος αριθμός δρομέων που θα συμμετάσχουν με πρόσκληση από τη διοργάνωση, ανεξαρτήτως επίδοσης. **Η φόρμα εγγραφής για τους παιδικούς αγώνες** (σκυταλοδρομία Κ12-Κ14) βρίσκεται στην παρακάτω ηλεκτρονική διεύθυνση και οι δηλώσεις γίνονται δεκτές **έως τη Δευτέρα 7 Δεκεμβρίου 2026 και ώρα 23:59**:
      ΑΓΩΝΑΣ ΣΚΥΤΑΛΟΔΡΟΜΙΑΣ - ΦΟΡΜΑ ΕΓΓΡΑΦΗΣ
   2. Οι αθλητές που θα επιλεχθούν (τελικές λίστες συμμετοχών) **θα πρέπει να καταβάλουν ηλεκτρονικά και εντός τριών (3) ημερών το κόστος συμμετοχής των 12€** προκειμένου να επιβεβαιωθεί η συμμετοχή τους στη διοργάνωση. Σε διαφορετική περίπτωση η συμμετοχή θα ακυρώνεται και θα μεταφέρεται στον επόμενο ενδιαφερόμενο. Το κόστος συμμετοχής δεν αφορά τους αγώνες 2.000μ. και 3.000μ. Κ16-Κ18 και τους παιδικούς αγώνες, για τους οποίους η συμμετοχή είναι δωρεάν.

3. Ταυτόχρονα με την υποβολή της δήλωσης συμμετοχής οι αθλητές-τριες δηλώνουν ΑΝΕΠΙΦΥΛΑΚΤΑ ότι αποδέχονται τους όρους της Γενικής και Ειδικής Προκήρυξης των Αγώνων και την εφαρμογή των Κανονισμών του Σ.Ε.Γ.Α.Σ.

2. ΛΙΣΤΕΣ ΣΥΜΜΕΤΟΧΩΝ

Οι τελικές λίστες συμμετοχών θα ανακοινωθούν **την Πέμπτη 3 Δεκεμβρίου 2026**.

3. ΕΠΑΘΛΑ

Θα απονεμηθούν έπαθλα στους τρεις πρώτους και στις τρεις πρώτες της γενικής κατάταξης. Επίσης, θα υπάρξει βαθμολογική κατάταξη και βράβευση για τον **«Καλύτερο Αθλητή-τρια»** του αγώνα σύμφωνα με το σύστημα ηλικιακής διαβάθμισης που έχει θεσπιστεί από την Παγκόσμια Ομοσπονδία Βετεράνων Αθλητών (World Masters Athletics), όπου νικητής είναι ο αθλητής ή η αθλήτρια που επιτυγχάνει τη μεγαλύτερη ποσοστιαία απόδοση που προκύπτει βάσει της επίδοσης σε συνάρτηση με την ηλικία και το φύλο.

4. ΠΑΡΟΥΣΙΑ ΣΕ ΑΙΘΟΥΣΑ ΚΛΗΣΗΣ

1. Οι αθλητές-τριες θα προσέρχονται αυτοπροσώπως στην ΑΙΘΟΥΣΑ ΚΛΗΣΗΣ, τουλάχιστον 60΄ πριν από την ώρα διεξαγωγής της σειράς στην οποία έχουν οριστεί να συμμετέχουν, προκειμένου να δηλώσουν την παρουσία τους, προσκομίζοντας οι αθλητές ΣΕΓΑΣ **ΑΠΑΡΑΙΤΗΤΑ το ΔΕΛΤΙΟ ΑΘΛΗΤΙΚΗΣ ΙΔΙΟΤΗΤΑΣ** καθώς και την **ΚΑΡΤΑ ΥΓΕΙΑΣ ΑΘΛΗΤΗ,** ενώ **οι ιδιώτες δρομείς** την ταυτότητά τους.
2. Οι υπεύθυνοι της αίθουσας κλήσης θα ελέγχουν τα Δελτία των αγωνιζομένων καθώς και την κάρτα Υγείας, δεν θα καταχωρούν στα πινάκια κανέναν αθλητή του οποίου η Κάρτα Υγείας Αθλητή δεν είναι θεωρημένη ιατρικώς, σύμφωνα με όσα αναφέρονται παραπάνω.

5. ΓΕΝΙΚΕΣ ΤΕΧΝΙΚΕΣ ΔΙΑΤΑΞΕΙΣ

1. **Κανονισμοί διεξαγωγής αγώνα.** Οι Αγώνες θα διεξαχθούν σύμφωνα με τους ισχύοντες Κανονισμούς Στίβου της World Athletics καθώς και του Σ.Ε.Γ.Α.Σ.
2. **Έλεγχοι αθλητών-τριών**
    i. **Αγωνιστικά παπούτσια.** Για τους αθλητές με δελτίο ΣΕΓΑΣ τα αγωνιστικά παπούτσια πρέπει να έχουν μέγιστο πάχος σόλας **20mm** και το μέγιστο μήκος των καρφιών θα πρέπει να είναι **9mm.** Οι παραπάνω προδιαγραφές θα ισχύσουν για τους αθλητές-τριες που επιθυμούν την επίσημη καταγραφή των επιδόσεών τους στον Σ.Ε.Γ.Α.Σ. αλλά και για τους αθλητές/δρομείς σε περίπτωση επίτευξης ρεκόρ ηλικιακών κατηγοριών.
    ii. Η ανανεωμένη λίστα με τα επιτρεπόμενα αγωνιστικά παπούτσια για **αγώνες εντός σταδίου** βρίσκεται στην τελευταία έκδοση της LIST OF APPROVED ATHLETIC SHOES-WORLD ATHLETICS. Με παπούτσια που δεν περιλαμβάνονται στην ανωτέρω λίστα, σε καμία περίπτωση και με καμία

εξαίρεση δεν θα μετρηθεί η επίδοση τόσο για τον ΣΕΓΑΣ όσο και για την Παγκόσμια Ομοσπονδία Στίβου.

iii. **Αριθμοί συμμετοχής.** Κάθε αθλητής θα λαμβάνει έναν (1) προσωπικό αριθμό, ο οποίος θα πρέπει να τοποθετείται στο μπροστινό μέρος της αγωνιστικής ενδυμασίας και ένα chip, το οποίο θα τοποθετεί στο αγωνιστικό παπούτσι του. Ο αριθμός συμμετοχής πρέπει να τοποθετείται με τέτοιο τρόπο ώστε να είναι απολύτως ορατός κατά τη διάρκεια του αγώνα.

iv. **Επίλυση τεχνικών θεμάτων**. Ό,τι δεν προβλέπεται από την Προκήρυξη θα ρυθμίζεται από τον Τεχνικό Διευθυντή και τον Αλυτάρχη των Αγώνων, σύμφωνα με τους κανονισμούς.

6. ΙΑΤΡΙΚΑ ΘΕΜΑΤΑ

1. Στους αγώνες θα υπάρχει πλήρης ιατρική κάλυψη με ιατρό καρδιολόγο και ασθενοφόρο.
2. Οι αθλητές-τριες με δελτίο ΣΕΓΑΣ θα πρέπει να έχουν εξεταστεί 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 τη θεώρησή της για αθλητές ΣΕΓΑΣ.**
3. Οι ιδιώτες δρομείς συμμετέχουν με απόλυτη προσωπική τους ευθύνη να έχουν προβεί στις απαραίτητες υγειονομικές εξετάσεις.
4. **ΣΕ ΚΑΘΕ ΠΕΡΙΠΤΩΣΗ ΓΙΑ ΘΕΜΑΤΑ ΠΟΥ ΑΦΟΡΟΥΝ ΤΗΝ ΥΓΕΙΑ ΤΩΝ ΑΘΛΗΤΩΝ – ΤΡΙΩΝ ΣΕΓΑΣ ΚΑΙ ΙΔΙΩΤΩΝ 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 ΚΑΜΙΑ ΠΕΡΙΠΤΩΣΗ Η ΔΙΟΡΓΑΝΩΤΡΙΑ ΑΡΧΗ.**

7. ΤΕΧΝΙΚΟΣ ΔΙΕΥΘΥΝΤΗΣ ΑΓΩΝΩΝ

Τεχνικός Διευθυντής Αγώνων ορίζεται ο Δημήτρης Θεοδωρίδης, με καθήκοντα και αρμοδιότητες που αναφέρονται στο άρθρο 4 (πρώην άρθρο 121) των ισχυόντων Κανονισμών Αγώνων Στίβου της Διεθνούς Ομοσπονδίας Στίβου (World Athletics), καθώς και στο άρθρο 16 του Γενικού Κανονισμού Οργάνωσης και Διεξαγωγής Πρωταθλημάτων και Αγώνων Στίβου, σε συνεργασία με τον Αλυτάρχη των αγώνων.

Email επικοινωνίας: **liofilia10000m@gmail.com**

Με αθλητικούς χαιρετισμούς

ΓΙΩΡΓΟΣ ΚΑΡΔΑΡΑΣ
Πρόεδρος ΟΦΚΑ ΟΔΥΣΣΕΑΣ ΑΓΙΟΥ ΔΗΜΗΤΡΙΟΥ