

ΚΥΡΙΑΚΗ, 1 ΑΠΡΙΛΙΟΥ 2018

ΤΕΧΝΙΚΕΣ - ΕΙΔΙΚΕΣ ΟΔΗΓΙΕΣ

ΑΓΩΝΑ ΔΡΟΜΟΥ 5 και 10 χλμ.

ΟΡΙΟ ΗΛΙΚΙΑΣ ΣΥΜΜΕΤΟΧΗΣ

Για να συμμετάσχει κάποιος στον Αγώνα Δρόμου των 10 χλμ και 5 χλμ θα πρέπει να έχει συμπληρώσει το 12ο έτος της ηλικίας του.

ΠΡΙΝ ΤΟΝ ΑΓΩΝΑ

ΠΡΙΝ ΞΕΚΙΝΗΣΕΤΕ ΑΠΟ ΤΟ ΣΠΙΤΙ

Πριν ξεκινήσετε από το σπίτι σιγουρευτείτε ότι έχετε μαζί σας τα ακόλουθα:

1. Τον αριθμό που και τις παραμάνες που παραλάβατε το Σάββατο πριν τον αγώνα από το κέντρο εγγραφών (Πλατεία Δαβάκη)
2. Τη σακούλα για τα ρούχα, με τον αριθμό κολλημένο επάνω της.

ΑΦΙΞΗ ΔΡΟΜΕΩΝ ΣΤΗΝ ΕΚΚΙΝΗΣΗ

Η εκκίνηση του Αγώνα Δρόμου των 10 χλμ και των 5 χλμ γίνεται μπροστά από την Πλατεία Δαβάκη επί της Ελευθερίου Βενιζέλου (Θησέως). Σημειώνεται ότι οι δρομείς θα πρέπει να βρίσκονται στον χώρο της Εκκίνησης μια ώρα τουλάχιστον πριν την έναρξη του Αγώνα. Να ληφθεί υπόψη ότι, από τις 8:00 και μετά ισχύει η μερική απαγόρευση κυκλοφορίας τροχοφόρων επί της Ελευθερίου Βενιζέλου(Θησέως)και για τα δύο ρεύματα κυκλοφορίας της αγωνιστικής διαδρομής των 10 χλμ και των 5 χλμ (βλέπε χάρτη διαδρομών).

ΑΦΕΤΗΡΙΑ – ΩΡΑ ΕΚΚΙΝΗΣΗΣ

Εμπρός από την Πλατεία Δαβάκη. Ώρα εκκίνησης:

- Αγώνας 10 χλμ και Σκυταλοδρομία 4x2,5 χλμ: 08:30
- Αγώνας 5 χλμ: 10:00
- Αγώνας 2,5 χλμ: 11:00

ΧΩΡΟΙ ΠΡΟΘΕΡΜΑΝΣΗΣ ΔΡΟΜΕΩΝ

Όλοι οι δρομείς θα μπορούν να προθερμαίνονται επί της Ελευθερίου Βενιζέλου (Θησέως) εμπρός και πίσω και από την αψίδα εκκίνησης.

ΔΙΑΧΕΙΡΙΣΗ ΠΡΟΣΩΠΙΚΩΝ ΑΝΤΙΚΕΙΜΕΝΩΝ & ΙΜΑΤΙΣΜΟΥ

Οι δρομείς θα πρέπει να τοποθετήσουν τα προσωπικά τους αντικείμενα και τον ιματισμό τους μέσα σε πλαστικό σάκο που θα παραλάβουν μαζί με τον αριθμό συμμετοχής τους από το Κέντρο Εγγραφών & Διανομής Υλικού στην Πλατεία Δαβάκη.

Ο πλαστικός σάκος με τα προσωπικά αντικείμενα, για όσους δρομείς το επιθυμούν, θα πρέπει να έχει παραδοθεί το αργότερο 15 λεπτά πριν την εκκίνηση, σε συγκεκριμένη - οριοθετημένη περιοχή που βρίσκεται πάνω στην Πλατεία Δαβάκη. Η παραλαβή των πλαστικών σάκων, αμέσως μετά τον τερματισμό, θα γίνεται, με τη βοήθεια εθελοντών, από τους ίδιους τους δρομείς και από το συγκεκριμένο οριοθετημένο χώρο, με την επίδειξη του αριθμού συμμετοχής.

ΠΡΟΣΟΧΗ: Πάνω στο σάκο θα πρέπει να έχει κολληθεί ή να αναγράφεται ευκρινώς ο αριθμός συμμετοχής του δρομέα. Ο σάκος πρέπει να είναι καλά κλεισμένος και δεν πρέπει να περιέχει, χρήματα, τιμαλφή ή φάρμακα. Οι διοργανωτές δεν φέρουν καμία ευθύνη σε περίπτωση απώλειας αντικειμένων αξίας.

ΚΑΤΑ ΤΗ ΔΙΑΡΚΕΙΑ ΤΟΥ ΑΓΩΝΑ

ΣΤΑΘΜΟΙ ΤΡΟΦΟΔΟΣΙΑΣ

Εμφιαλωμένο νερό παρέχεται στους δρομείς του Αγώνα Δρόμου των 10 χλμ και των 5 χλμ, στην Εκκίνηση και τον Τερματισμό καθώς και στο μέσο της διαδρομής (2,5 χλμ. για τους αγωνιζόμενους στον αγώνα των 5 χλμ και στο 5ο χλμ. για τους αγωνιζόμενους στα 10 χλμ).

Επιπλέον, θα διατίθενται ισοτονικά ποτά για τους αγωνιζόμενους στα 10 χλμ.

ΧΗΜΙΚΕΣ ΤΟΥΑΛΕΤΕΣ

Χημικές τουαλέτες για την εξυπηρέτηση των συμμετεχόντων θα υπάρχουν στην Εκκίνηση στην Πλατεία Δαβάκη.

ΧΡΟΝΙΚΟ ΟΡΙΟ ΟΛΟΚΛΗΡΩΣΗΣ ΤΟΥ ΑΓΩΝΑ

Χρονικό όριο για την ολοκλήρωση του Αγώνα Δρόμου 10 χλμ και της Σκυταλοδρομίας 4x2,5 χλμ είναι τα ενενήντα (90') λεπτά, του Αγώνα Δρόμου των 5 χλμ τα εξήντα (60) λεπτά και του Αγώνα Δρόμου των 2,5 χλμ τα τριάντα (30) λεπτά. Οι Αγώνες σε κάθε περίπτωση θα πρέπει να έχουν ολοκληρωθεί μέχρι τις 11:30.

ΜΕΤΑ ΤΟΝ ΤΕΡΜΑΤΙΣΜΟ

ΔΙΑΔΙΚΑΣΙΕΣ ΜΕΤΑ ΤΟΝ ΤΕΡΜΑΤΙΣΜΟ

Όλοι οι δρομείς αμέσως μετά τον τερματισμό παραλαμβάνουν το μετάλλιο και το δίπλωμά τους.

Επίσης, πρέπει να παραλαμβάνουν τα προσωπικά τους αντικείμενα.

ΑΠΟΝΟΜΕΣ ΕΠΑΘΛΩΝ



Έπαθλα (μετάλλιο και δίπλωμα) απονέμονται στους τρεις πρώτους νικητές της γενικής κατάταξης Ανδρών και Γυναικών για κάθε αγώνα, ενώ κύπελλο απονέμεται μόνο στον πρώτο αθλητή και την πρώτη αθλήτρια κάθε αγώνα.

ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ – ΠΙΣΤΟΠΟΙΗΤΙΚΑ ΣΥΜΜΕΤΟΧΗΣ

Μετά τη λήξη κάθε αγώνα ανακοινώνονται άμεσα τα επίσημα αποτελέσματα των πρώτων δρομέων. Τα αποτελέσματα για όλους τους συμμετέχοντες ανακοινώνονται στην ιστοσελίδα της διοργάνωσης www.kallithearun.gr μετά τη λήξη των αγώνων.

ΦΩΤΟΓΡΑΦΙΚΕΣ ΥΠΗΡΕΣΙΕΣ

Η Ο.Ε. συνεργάζεται με επίσημο φωτογραφικό πρακτορείο, από όπου όλοι οι συμμετέχοντες μπορούν να προμηθευτούν φωτογραφικό υλικό.

Σας Ευχόμαστε καλή επιτυχία!

Οργανωτική Επιτροπή “Τρέχοντας στην Καλλιθέα – Kallithea Run”