

Κανόνες Συμμετοχής 2022

Η δήλωση συμμετοχής σε έναν από τους τρεις αγώνες προϋποθέτει πλήρη αποδοχή των κανονισμών. Οι διαδρομές των αγώνων περιγράφονται στην κατηγορία "Διαδρομές".

Οι τρεις αγώνες είναι οι εξής:

A) Kaliakouda Trail 26χλμ.

B) Lakomata Trail 13χλμ.

Γ) Gavros Trail 6χλμ.

Για τα παιδιά του δημοτικού διεξάγεται ο αγώνας "Kaliakouda Junior" χιλίων μέτρων

Οι αθλητές που θα αγωνιστούν θα πρέπει να κατανοούν ότι κινούνται σε ορεινό και δύσβατο έδαφος. Φτάνουν σχεδόν σε υψόμετρο 2000μ. με ότι συνεπάγεται αυτό. Επίσης είναι εκτεθειμένοι στις εκάστοτε καιρικές συνθήκες που θα επικρατούν τη συγκεκριμένη ημέρα του αγώνα.

ΧΡΟΝΟΣ ΔΙΕΞΑΓΩΓΗΣ:

Διεξαγωγή αγώνων 8-9/10/2022

ΣΥΜΜΕΤΟΧΗ

Δεκτοί γίνονται αθλητές άνδρες και γυναίκες ηλικίας 18 και άνω. Κάτω των 18 απαιτείται υπεύθυνη δήλωση του κηδεμόνα και μόνο για τον αγώνα των 6χλμ. (Από 14 χρονών) Έγκυρη θεωρείται η συμμετοχή η οποία έχει τακτοποιηθεί οικονομικά. Το όνομά του κάθε εγγεγραμμένου αθλητή θα αναρτηθεί στην κατηγορία "ΣΥΜΜΕΤΕΧΟΝΤΕΣ".

Το κόστος συμμετοχής είναι

A) Kaliakouda Trail 26χλμ. : 25€

B) Lakomata Trail 13χλμ. : 15€

Γ) Gavros Trail 6χλμ: 10€

Οι αθλητές των δυο μικρότερων αγώνων έχουν τα ίδια δικαιώματα και υποχρεώσεις με τους αθλητές του μαραθωνίου.

Στις παροχές περιλαμβάνονται:

- 1) Τεχνικό μπλουζάκι
- 2) Τοπικά προϊόντα στο race bag
- 3) Ηλεκτρονική χρονομέτρηση
- 4) Μετάλλιο
- 5) Τροφοδοσία στους ΣΤΑΝ

6) Συμμετοχή σε κλήρωση με δώρα χορηγών

Για να επικυρωθεί η δήλωση συμμετοχής πρέπει να γίνει κατάθεση του ποσού σε λογαριασμό που θα ανακοινωθεί με το άνοιγμα των εγγραφών 15/4/2022

και να αναφέρεται το όνομα του αθλητή.

Αθλητής/τρια που δηλώσει συμμετοχή και δεν προσέλθει στον αγώνα δε δικαιούται επιστροφής χρημάτων. Επίσης τα έξοδα της τραπεζικής συναλλαγής επιβαρύνουν τον καταθέτη.

Λήξη εγγραφών και πληρωμών : Παρασκευή 30 Σεπτεμβρίου 2022

ΚΑΤΗΓΟΡΙΕΣ

Οι κατηγορίες στο Kaliakouda Trail για τους άνδρες είναι οι εξής:

18-39 ετών

40-49 ετών

50-59 ετών

60+

Θα γίνουν βραβεύσεις στους τρεις (3) πρώτους ανά κατηγορία με ειδική πλακέτα. **Κατηγορία θα υπάρχει εφόσον τρέξουν 6 αθλητές. Σε διαφορετική περίπτωση οι κατηγορίες προσαρτίζονται στην προηγούμενη ηλικιακή.**

Οι κατηγορίες στις γυναίκες θα είναι οι εξής:

18-39

40+

Κατηγορία θα υπάρχει εφόσον τρέξουν 6 αθλήτριες. Σε διαφορετική περίπτωση η κατηγορία προσαρτίζεται στην προηγούμενη ηλικιακή.

Στους μικρότερους αγώνες βραβεύονται με μετάλλιο οι τρεις πρώτοι άντρες και οι τρεις πρώτες γυναίκες.

ΔΙΑΔΡΟΜΕΣ ΑΓΩΝΩΝ:

Περιγράφονται επακριβώς στην κατηγορία «ΔΙΑΔΡΟΜΕΣ».

ΣΥΜΜΟΡΦΩΣΗ:

Οι αθλητές είναι υποχρεωμένοι να σεβαστούν στο ακέραιο τους κανονισμούς που περιγράφονται παρακάτω. Είναι επίσης υποχρεωμένοι να υπακούσουν στις υποδείξεις των κριτών του αγώνα. Η μη συμμόρφωση με τους κανονισμούς ή τις υποδείξεις επισύρει πάντα την ποινή του αποκλεισμού. Οι κριτές του αγώνα όταν αντιληφθούν παραβάσεις των κανονισμών, τις καταγράφουν και ενημερώνουν τους παραβάτες. Κάθε άλλο εξουσιοδοτημένο πρόσωπο από τη διοργάνωση έχει τη δυνατότητα να καταγράψει επίσης όποια παράβαση υποπέσει στην αντίληψή του και να την υποβάλει προς εξέταση στην Επιτροπή Αγώνα.

ΣΗΜΑΝΣΗ ΔΙΑΔΡΟΜΗΣ:

Η σήμανση της διαδρομής είναι πυκνή και ως διακριτικά ορίζονται οι ταινίες έργου (κόκκινο και άσπρο) και οι ορειβατικές ενδείξεις - διακριτικά μπογιάς που δείχνουν την σωστή πορεία του αθλητή.

Η σήμανση της διαδρομής που τοποθετείται από τη Διοργάνωση, είναι προσωρινή, με στόχο την εξυπηρέτηση των αθλητών και μετά τον αγώνα αφαιρείται. Πρόκειται κυρίως για πινακίδες χιλιομετρικών ενδείξεων ή κατευθυντήρες της διαδρομής, όπως επίσης και για αποτρεπτικές σε περίπτωση λανθασμένης διαδρομής.

Σε καίρια σημεία της διαδρομής και σε περίπτωση που τα παραπάνω υλικά μέσα κριθούν ενδεχομένως ανεπαρκή, θα υπάρχουν εθελοντές που θα καθοδηγούν τους αθλητές.

ΑΣΦΑΛΕΙΑ

Οι αθλητές τρέχουν με δική τους ευθύνη και δεν ευθύνεται η διοργανώτρια αρχή σε περίπτωση τραυματισμού τους ή οτιδήποτε άλλο. Παρόλα αυτά θα υπάρχει Εθελοντική Ομάδα Διάσωσης που θα καλύπτει τον αγώνα. Επίσης θα υπάρχει ασθενοφόρο σε ετοιμότητα.

Οι αθλητές οφείλουν να έχουν εξεταστεί από ιατρό ο οποίος θα τους έχει κρίνει ικανούς να συμμετέχουν σε αυτό τον αγώνα. Η ιατρική γνωμάτευση δεν πρέπει να είναι παλαιότερη των 30 ημερών από την ημέρα διεξαγωγής του αγώνα.

ΧΡΟΝΙΚΑ ΟΡΙΑ:

Το Kaliakouda Trail κλείνει στο Μεγάλο Χωριό, ακριβώς 6 (έξι) ώρες μετά την εκκίνηση, στο χώρο τερματισμού των αθλητών. Υπάρχει 1 ενδιάμεσο σημείο - όριο χρονικού αποκλεισμού στον αγώνα. Το σημείο αποκλεισμού ορίστηκε για την ασφάλεια των ίδιων των αθλητών και για την εύρυθμη διεξαγωγή του αγώνα. Όσοι αθλητές δεν καταφέρουν να περάσουν από αυτό το σημείο στο χρόνο που αναφέρεται, θεωρούνται άκυροι και μπορούν να συνεχίσουν τον αγώνα μόνο με δική τους ευθύνη και αφού παραδώσουν τον αριθμό τους στους κριτές των σταθμών. Ο χρόνος αποκλεισμού υπολογίστηκε με βάση τον μέσο όρο κίνησης ενός αθλητή που θα πετύχει επίδοση 6 ωρών και μέχρι την **Ανιάδα 3 ώρες**. Τα όρια αποκλεισμού είναι κοινά για όλες τις κατηγορίες των αθλητών, ανεξαρτήτως φύλου και ηλικίας. Μετά από τη συμπλήρωση του χρόνου που αναφέρεται, οι σταθμοί συνεχίζουν να καταγράφουν τους αθλητές αλλά ως εκπρόθεσμους, και οι αθλητές που καταφθάνουν εκεί έχουν υποχρέωση να παραδώσουν τον αριθμό τους. Οι αθλητές που επιθυμούν, μπορούν να συνεχίσουν τη διαδρομή εκτός συναγωνισμού και με δική τους αποκλειστικά ευθύνη, έχοντας σε κάθε περίπτωση παραδώσει πρώτα τον αριθμό τους. Τέλος, για να θεωρηθεί ένας τερματισμός κανονικός, θα πρέπει να γίνει μέχρι τις 6 ώρες ακριβώς, τόσο για τους άνδρες όσο και για τις γυναίκες, όλων των κατηγοριών. Όσοι αθλητές τερματίσουν εκπρόθεσμα, σε χρόνο μεγαλύτερο των 6 ωρών, θεωρούνται ότι έφτασαν έγκυρα μέχρι το τελευταίο σημείο αποκλεισμού και θα παρουσιαστούν στα επίσημα αποτελέσματα ως "εκπρόθεσμοι τερματίσαντες".

ΑΡΙΘΜΟΣ ΑΘΛΗΤΗ:

Κάθε αθλητής φέρει τον αριθμό αγώνα (bib) πάνω του, τον οποίο και είναι υποχρεωμένος να έχει πάνω σε εμφανές σημείο στην εμπρόσθια όψη της μπλούζας του. Ο αριθμός πρέπει να παραμείνει σε όλη τη διάρκεια του αγώνα χωρίς να διπλωθεί, αποκρύβοντας έτσι οποιοδήποτε στοιχείο αναγράφεται πάνω στον αριθμό (χορηγοί, λογότυπα κλπ). Ουσιαστική αλλοίωση του αριθμού, η οποία ενδέχεται να προκαλέσει σύγχυση στους υπεύθυνους καταγραφής των Σταθμών τιμωρείται με αποκλεισμό. Απώλεια του αριθμού θα πρέπει να γνωστοποιείται στον πλησιέστερο σταθμό καταγραφής.

ΕΞΩΤΕΡΙΚΗ ΒΟΗΘΕΙΑ:

Επιτρέπεται οποιαδήποτε εξωτερική βοήθεια προς τους αθλητές, από οποιονδήποτε μόνο στα σημεία των σταθμών. Απαγορεύεται η συνοδεία των αθλητών από πρόσωπα που δεν φέρουν αριθμό αγώνα. Η συνοδεία του αθλητή από οικεία πρόσωπα στα τελευταία μέτρα της διαδρομής επιτρέπεται.

ΒΟΗΘΗΤΙΚΑ ΜΕΣΑ:

Επιτρέπεται η χρήση μπατόν πεζοπορίας. Επίσης, επιτρέπεται η κατοχή και χρήση χάρτη, πυξίδας, GPS, κινητού τηλεφώνου ή ασυρμάτου (VHF).

ΑΠΟΡΡΙΜΜΑΤΑ:

Ο αγώνας κινείται σε ορεινό έδαφος και άρα σε ένα ευαίσθητο οικοσύστημα. Συνεπώς απαγορεύεται αυστηρά η απόρριψη κάθε είδους αντικειμένων κατά μήκος της διαδρομής, όπως πλαστικά μπουκάλια ή οποιοδήποτε άλλο υλικό συσκευασίας στερεάς ή υγρής μορφής τροφής που καταναλώνουν οι αθλητές στη διάρκεια του αγώνα. Σε κάθε σταθμό τροφοδοσίας υπάρχει ειδικός πλαστικός σάκος απορριμμάτων. Όλοι οι αθλητές είναι υποχρεωμένοι να ρίχνουν απορρίμματα μέσα στο σάκο. Απόρριψη υλικών συσκευασίας ή άλλων μη οργανικών απορριμμάτων σε οποιοδήποτε σημείο της διαδρομής πέρα από τα προκαθορισμένα, επισύρει ποινή αποκλεισμού.

ΚΙΝΗΣΗ ΣΤΟ ΜΟΝΟΠΑΤΙ:

Οι αθλητές είναι υποχρεωμένοι να κινούνται στο μονοπάτι χωρίς να σχηματίσουν ομάδες που εκτείνονται σε πλάτος, εμποδίζοντας έτσι τους αθλητές που θα ήθελαν να προσπεράσουν. Όταν κάποιος αθλητής ειδοποιείται ότι πρέπει να κάνει στην άκρη για να προσπεραστεί, θα πρέπει να παραμείνει στην ανηφορική (εσωτερική) πλευρά της πλαγιάς.

ΣΤΑΘΜΟΙ ΤΡΟΦΟΔΟΣΙΑΣ:

Η διοργάνωση αναλαμβάνει την τροφοδοσία των αθλητών του Μαραθωνίου, υποστηρίζοντάς τους σε 6 ενδιάμεσα σημεία της διαδρομής. Στους 3 κεντρικούς σταθμούς, προσφέρεται ενισχυμένη τροφοδοσία.

ΥΠΟΧΡΕΩΤΙΚΟΣ ΕΞΟΠΛΙΣΜΟΣ, ΣΑΚΙΔΙΑ:

Δεν προβλέπεται υποχρεωτικός εξοπλισμός για τους αθλητές. Συστήνεται όμως να μεταφέρουν μικρό σακίδιο πλάτης ή μέσης, με κάποια βασικά εφόδια γυαλιά, καπέλο, ασκό ή παγούρι με φαρδύ στόμιο, στερεά τροφή της επιλογής τους για να καλύψουν τις ανάγκες τους στα ενδιάμεσα των σταθμών. Κάθε αθλητής είναι πλέον υπεύθυνος για την επιλογή του σκεύους (κύπελλο, δοχείο, ασκός, μπουκάλι, παγούρι κλπ) το οποίο πρέπει να φέρει, ώστε να μπορεί να δεχτεί τις δικαιούμενες ποσότητες υγρών. Οι ποσότητες υγρών θα προσφέρονται με πρακτικό δοσομετρητή

από το προσωπικό των Σταθμών. Για λόγους ταχύτητας, οι αθλητές θα πρέπει να έχουν δοχεία με φαρδύ στόμιο, για γρήγορο γέμισμα. Οι αθλητές έχουν την ευθύνη μεταφοράς ενός ή δύο δοχείων για να δέχονται ξεχωριστά νερό και ισοτονικό. Κάθε αθλητής θα μπορεί να πάρει ΜΟΝΟ ένα τζελ, στους Σταθμούς που αυτό θα προσφέρεται. Η μεταφορά σακιδίων υδροδοσίας ή σακιδίων πλάτης ή μέσης γενικότερα, επιτρέπεται. Η εγκατάλειψη σακιδίου κατά μήκος της διαδρομής στα σημεία κεντρικών σταθμών γίνεται με ευθύνη του αθλητή.

ΠΡΟΣΟΧΗ: Η διοργάνωση δεν παρέχει ποτήρια ή μπουκάλια για οικολογικούς λόγους.

ΣΗΜΕΙΑ ΕΛΕΓΧΟΥ:

Τα Σημεία Ελέγχου του αγώνα είναι 6. Όλοι οι Σταθμοί Ανεφοδιασμού (6) είναι ταυτόχρονα και Σημεία Ελέγχου. Θα υπάρχουν και δύο έξτρα Σ.ΕΛ. Οι αθλητές είναι υποχρεωμένοι να έχουν σε εμφανές σημείο τον αριθμό τους, ώστε να τους καταγράψουν οι κριτές. Σε περίπτωση που κάποιος αθλητής φορά αντιανεμικό μπουφάν, θα πρέπει φτάνοντας στο Σταθμό Ελέγχου να φροντίσει να επιδείξει τον αριθμό του. Άρνηση επίδειξης του αριθμού σημαίνει αποκλεισμό. Όποιος αθλητής δεν περάσει έστω κι από έναν σταθμό Ελέγχου θεωρείται άκυρος.

ΕΝΣΤΑΣΕΙΣ:

Ενστάσεις για οποιοδήποτε λόγο γίνονται μόνο από τον ίδιο τον αθλητή, το αργότερο 30 λεπτά μετά τον τερματισμό του.

ΤΡΟΠΟΠΟΙΗΣΗ ΔΙΑΔΡΟΜΗΣ / ΑΝΑΒΟΛΗ :

Αν παραστεί ανάγκη (εξαιρετικά επικίνδυνες καιρικές συνθήκες), οι Διοργανωτές διατηρούν το δικαίωμα να τροποποιήσουν τη διαδρομή ή και να αναβάλλουν για μικρό χρονικό διάστημα την εκκίνηση, προκειμένου να μη θέσουν σε κίνδυνο τη σωματική ακεραιότητα των αθλητών. Επίσης τον τελευταίο μήνα **δεν γίνεται επιστροφή χρημάτων** παρά μόνο αν ματαιωθεί ο αγώνας για λόγους που ευθύνεται η διοργάνωση.

ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ:

Τα επίσημα (οριστικά) αποτελέσματα του αγώνα δημοσιοποιούνται αρκετές ημέρες μετά τον αγώνα, προκειμένου να γίνει η διασταύρωση των στοιχείων και ο απαραίτητος έλεγχος. Μόνο μετά τη δημοσίευση των επίσημων αποτελεσμάτων εκτυπώνονται τα αναμνηστικά διπλώματα συμμετοχής.

ΠΟΙΝΕΣ:

Η μοναδική ποινή που επιβάλλεται σε όλα τα παραπτώματα & παραβιάσεις κανονισμού, είναι ο αποκλεισμός/αποβολή. Επιβάλλεται σε: 1) ρύπανση διαδρομής, 2) κοψίματα διαδρομής 3) ανάρμοστη συμπεριφορά προς το προσωπικό τη διοργάνωσης, 4) απώλεια αριθμού αθλητή. Διαβίου αποκλεισμός προβλέπεται σε βαριές περιπτώσεις, όπως άσκηση βίας κατά μελών της διοργάνωσης, όπως και καταλογισμός δόλου για εξαιρετικά μεγάλη συντόμευση της διαδρομής.

ΑΠΟΠΟΙΗΣΗ ΕΥΘΥΝΗΣ:

Η Διοργάνωση δεν ευθύνεται για τον θάνατο, τραυματισμό ή οποιαδήποτε βλάβη της υγείας των αγωνιζομένων, οι οποίοι υποβάλλοντας την εγγραφή τους, δηλώνουν ότι γνωρίζουν τους κινδύνους που υπάρχουν στο ορεινό περιβάλλον και βεβαιώνουν ότι η κατάσταση της υγείας τους είναι καλή και τους επιτρέπει να αγωνιστούν, έχουν δε πρόσφατα εξεταστεί από γιατρό για αυτό το θέμα. Δεν πρόκειται ωστόσο να ζητηθεί από κανέναν αθλητή να προσκομίσει ιατρική βεβαίωση. Οι

ίδιοι οι αθλητές είναι υποχρεωμένοι να προβαίνουν τακτικά σε ιατρικό προληπτικό έλεγχο, ώστε να ελέγχουν την κατάσταση της υγείας τους. Η Διοργάνωση αποποιείται κάθε ευθύνη σχετικά με τη σωματική ακεραιότητα των αθλητών, οι οποίοι θα πρέπει να συμπεριφερθούν υπεύθυνα σε σημεία της διαδρομής όπου ο κίνδυνος πτώσης με δυσάρεστα ή μοιραία αποτελέσματα είναι αυξημένος.

ΤΡΟΠΟΠΟΙΗΣΗ ΚΑΝΟΝΙΣΜΩΝ:

Οι διοργανωτές διατηρούν το δικαίωμα τροποποίησης των κανονισμών διεξαγωγής του αγώνα, χωρίς προηγούμενη ενημέρωση.

ΠΑΡΑΛΛΗΛΟΙ ΑΓΩΝΕΣ

Οι παραπάνω κανονισμοί ισχύουν και για τους δυο (2) μικρότερους αγώνες.