# “ΚΑΤΩ ΤΙΘΟΡΕΑ ROAD ΑΝΑΒΑΣΗ 2021”

### ΠΡΟΟΙΜΙΟ

To Αθλητικό Σωματείο ΣΥ.Φ.Α.ΓΕ. (Σύλλογος Φίλων Αθλητισμού Γέρακα) μαζί με το Bike Expert και σε συνεργασία με το Δήμο Αμφίκλειας – Ελάτειας διοργανώνουν το «**Κάτω Τιθορέα Road Ανάβαση 2021**» - διασυλλογικούς και open αγώνες ποδηλασίας δρόμου ανάβασης σε μαζική εκκίνηση, που θα πραγματοποιηθεί στις **18 Σεπτεμβρίου 2021** στην περιοχή του δήμου Αμφίκλειας - Ελάτειας.

### ΚΑΤΗΓΟΡΙΕΣ

Οι **κατηγορίες** θα έχουν ως εξής:

1. ΑΝΔΡΕΣ,
2. ΓΥΝΑΙΚΕΣ,
3. ΕΦΗΒΟΙ,
4. ΝΕΑΝΙΔΕΣ,
5. ΠΑΙΔΕΣ,
6. ΚΟΡΑΣΙΔΕΣ,
7. ΠΑΜΠΑΙΔΕΣ,
8. ΠΑΓΚΟΡΑΣΙΔΕΣ,
9. ΜΑΣΤΕΡΣ (ΑΝΔΡΕΣ και ΓΥΝΑΙΚΕΣ)
10. SPORTIVE/OPEN ΑΝΔΡΕΣ 18+ KAI ΓΥΝΑΙΚΕΣ 18+

**Ο αγώνας περιλαμβάνεται στο αγωνιστικό πρόγραμμα της ΕΟΠ, και δίνει βαθμολογία στην ατομική και σωματειακή κατάταξη της ΕΟΠ.**

### ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ- ΑΠΟΣΤΑΣΕΙΣ/ΔΙΑΡΚΕΙΑ ΑΓΩΝΑ

* **16.00:** Άνοιγμα Γραμματείας.
* **17:30:** Εκκίνηση κατηγορίες ΠΑΙΔΩΝ – ΝΕΑΝΙΔΩΝ – ΚΟΡΑΣΙΔΩN 9,3χλμ.
* **17:35:** Εκκίνηση κατηγορίες ΠΑΜΠΑΙΔΩΝ – ΠΑΝΚΟΡΑΣΙΔΩΝ 9,3χλμ.
* **17.45:** Εκκίνηση κατηγορίες ΑΝΔΡΩΝ – ΓΥΝΑΙΚΩΝ – ΜΑΣΤΕΡΣ 21χλμ.
* **17:50:** Εκκίνηση κατηγορίες ΕΦΗΒΩΝ – SPORTIVE 21χλμ.
* **19.00:** Απονομές

### ΔΙΑΔΡΟΜΗ

Η μικρή διαδρομή (9,3χλμ) ξεκινάει από την κεντρική πλατεία της Κάτω Τιθορέας με κατεύθυνση το χωριό της Αγίας Μαρίνας (προεκκίνηση). Στον ανισόπεδο κόμβο (γέφυρα) θα δοθεί η εκκίνηση. Αφού περάσει μέσα από το χωριό της Αγίας Μαρίνας, η ανάβαση θα συνεχίσει με κατεύθυνση το Εκκλησάκι του Αγίου Ιωάννη, όπου και θα τερματίσει ο αγώνας.

Η μεγάλη διαδρομή της Ανάβασης (21χλμ) ξεκινάει από την κεντρική πλατεία της Κάτω Τιθορέας, με κατεύθυνση προς τον σιδηροδρομικό σταθμό (τέλος Προεκκίνησης), στην συνέχεια κινείται βορειοδυτικά στην οδό Τιθορέας – Ελάτειας, μέχρι να συναντήσει την Εθνική Οδό Λαμίας – Λειβαδιάς (περιφερειακός Τιθορέας) ύστερα κατεύθυνση νοτιοδυτικά προς το χωριό της Αγίας Μαρίνας, και θα συνεχίσει με κατεύθυνση το Εκκλησάκι του Αγίου Ιωάννη, όπου και θα τερματίσει ο αγώνας.

### ΤΟΠΟΘΕΣΙΑ ΕΚΚΙΝΗΣΗΣ-ΤΕΡΜΑΤΙΣΜΟΥ

Ο αγώνας θα πραγματοποιηθεί στην περιοχή του δήμου Αμφίκλειας - Ελάτειας με εκκίνηση την πλατεία της Κάτω Τιθορέας και τερματισμό το Εκκλησάκι του Αγίου Ιωάννη.

### ΣΥΜΜΕΤΟΧΗ

1. **Δηλώσεις Συμμετοχής:** Όλοι οι συμμετέχοντες των διασυλλογικών αγώνων πρέπει να είναι κάτοχοι Εθνικού δελτίου σε ισχύ για το 2021 και τα σωματεία θα πρέπει να αποστείλουν τη φόρμα συμμετοχής τους με email στο admin@bncycling.com. Η φόρμα συμμετοχής αποστέλλεται ηλεκτρονικά σε κάθε Σωματείο, ενώ υπάρχει αναρτημένη στην ιστοσελίδα του [www.mtbxpert.gr](https://www.mtbxpert.gr/online-registration-clubs-tithorea-2019.html) *Οι αθλητές Σωματείων με Δελτίο Αθλητή θα πρέπει να φέρουν μαζί τους και Κάρτα Υγείας, όπως προβλέπεται από τους κανονισμούς της Ε.Ο.Π.*
2. Όλοι οι συμμετέχοντες των open αγώνων συμπληρώνουν αίτηση συμμετοχής και υπεύθυνη δήλωση υποχρεωτικά. Οι δηλώσεις συμμετοχής γίνονται ηλεκτρονικά στην ιστοσελίδα [www.mtbxpert.gr](https://www.mtbxpert.gr/online-registration-open-tithorea-2019.html). Τις υπεύθυνες δηλώσεις ανηλίκων και ενηλίκων μπορείτε να τις προμηθευτείτε από το [www.mtbxpert.gr](http://www.mtbxpert.gr).
3. **Δηλώσεις συμμετοχής θα γίνονται δεκτές μέχρι την Παρασκευή 10/09/2021 και ώρα 14.00μμ.**
4. **Παράβολο Συμμετοχής:** Όλες οι κατηγορίες (διασυλλογικές και OPEN): **15€.** Το παράβολο συμμετοχής θα καταβληθεί μέσω τραπεζικού λογαριασμού (ΙΒΑΝ), ο οποίος θα ανακοινωθεί στα σωματεία που θα συμμετάσχουν, με νεότερη αλληλογραφία.

### ΓΡΑΜΜΑΤΕΙΑ – ΤΕΧΝΙΚΟ ΣΥΝΕΔΡΙΟ

H Γραμματεία θα είναι ανοιχτή από τις 16:30 πλησίον της εκκίνησης. Οι αρχηγοί των ομάδων ποδηλάτες θα έρχονται στη γραμματεία με τα δελτία τους για παραλαβή των αριθμών του αγώνα και υπογραφή στο φύλλο αγώνα. Η Γραμματεία θα παρακρατεί τα δελτία των αθλητών-τριών μέχρι την λήξη του αγώνα όπου και θα παραδοθούν στους υπεύθυνους των ομάδων.

Οι ποδηλάτες που συμμετέχουν στην κατηγορία SPORTIVE (Open), θα πρέπει να προσέλθουν με αποδεικτικό στοιχείο ταυτοπροσωπίας καθώς και με Κάρτα Υγείας ή Ιατρική βεβαίωση σε ισχύ για την ημερομηνία του αγώνα.

Παραλαβή αριθμών και ενημερωτικού υλικού από την γραμματεία για τον αγώνα Road Ανάβασης. Επιβεβαίωση συμμετοχών τουλάχιστον 60' πριν την εκκίνηση της κατηγορίας τους.

**Τεχνική ενημέρωση με παρουσία αποκλειστικά και μόνο των αρχηγών των ομάδων θα γίνει στις 17:30 στο χώρο της Γραμματείας.**

## ΚΑΝΟΝΙΣΜΟΙ

Θα ισχύουν οι κανονισμοί της Ε. Ο. ΠΟΔΗΛΑΣΙΑΣ και ειδικότερα αυτοί για την Ποδηλασία Δρόμου.

**ΠΡΟΣΟΧΗ : ΛΟΓΩ ΤΗΣ ΠΑΝΔΗΜΙΑΣ ΕΙΝΑΙ ΣΕ ΕΦΑΡΜΟΓΗ ΤΟ ΕΠΙΚΑΙΡΟΠΟΙΗΜΕΝΟ ΥΓΕΙΟΝΟΜΙΚΟ ΠΡΩΤΟΚΟΛΛΟ ΑΓΩΝΩΝ ΤΗΣ Ε.Ο.Π. Ενήλικες αθλούμενοι (18 ετών και άνω) : PCR ή rapid test εντός 48ώρου (με εξαίρεση όσους προσκομίζουν Πιστοποιητικό 3 εμβολιασμού ή πιστοποιητικό νόσησης (εκδίδεται 30 ημέρες μετά τον πρώτο θετικό έλεγχο και ισχύει εώς 180 ημέρες μετά τη νόσηση). Ανήλικοι αθλούμενοι (κάτω των 18 ετών) : self test την ημέρα του αγώνα.**

**ΕΙΔΙΚΟΙ ΚΑΝΟΝΙΣΜΟΙ:**

1. **ΕΞΟΠΛΙΣΜΟΣ:** Κάθε ποδηλάτης συμμετέχει με το μέγιστο ανάπτυγμα της κατηγορίας του. Σχετικά με τον εξοπλισμό (ποδήλατο, τροχοί κλπ.) των συμμετεχόντων στις κατηγορίες Παίδων, Παμπαίδων, Κορασίδων και Πανκορασίδων, ισχύει η εγκύκλιος Νο.3/2020 της Τ.Ε. της Ε.Ο.Π. Ελάχιστο επιτρεπόμενο βάρος ποδηλάτου, για όλες τις κατηγορίες είναι 6.8kg.
2. **ΤΡΟΦΟΔΟΣΙΑ/ΥΔΡΟΔΟΣΙΑ:** Δεν επιτρέπεται υδροδοσία/τροφοδοσία για τους συμμετέχοντες, λόγω της μικρής απόστασης του αγώνα. Δεν επιτρέπεται συνοδεία οχημάτων ομάδων ή μεμονωμένων συμμετεχόντων.
3. **ΠΑΡΟΧΗ ΤΕΧΝΙΚΗΣ ΒΟΗΘΕΙΑΣ:** Σε προκαθορισμένο χώρο εντός της διαδρομής ή από ουδέτερο όχημα ευθύνης του διοργανωτή. Σε περίπτωση εγκατάλειψης για οποιονδήποτε λόγο (μηχανική βλάβη, πτώση, τραυματισμό κλπ.) πρέπει να ενημερώσετε τον κοντινότερο κριτή Διαδρομής.

**ΙΑΤΡΙΚΗ ΚΑΛΥΨΗ – ΑΣΦΑΛΕΙΑ:** Οι αθλητές τρέχουν με δική τους ευθύνη και δεν ευθύνεται η διοργανώτρια αρχή σε περίπτωση οποιουδήποτε είδους τραυματισμού είτε μερικής ή ολικής καταστροφής του εξοπλισμού τους, όπως ρητά αναφέρεται και στην υπεύθυνη δήλωση που συμπληρώνουν υποχρεωτικά πριν από τη διεξαγωγή των αγώνων. Καθ’ όλη τη χρονική διάρκεια του αγώνα θα υπάρχει διαθέσιμος ιατρός, ασθενοφόρο και εθελοντική ομάδα πρώτων βοηθειών. Οι αθλητές οφείλουν να έχουν περάσει από ιατρική εξέταση σύμφωνα με την οποία κρίνονται ικανοί να συμμετέχουν σε αυτό τον αγώνα. Θα υπάρχει υποχρεωτική προσωπική ασφάλιση σε περίπτωση ατυχήματος κατά την διάρκεια του αγώνα. Για την συμμετοχή στον αγώνα είναι ΥΠΟΧΡΕΩΤΙΚΗ Η ΧΡΗΣΗ ΚΡΑΝΟΥΣ.

**ΑΚΥΡΩΣΕΙΣ:** Σε περίπτωση ματαίωσης ή και αναβολής του αγώνα λόγω καιρικών συνθηκών, για τον οποιοδήποτε σοβαρό λόγο που θα μπορούσε να βλάψει τη σωματική ακεραιότητα αλλά και την υγεία των αθλητών γενικότερα και σε κάθε περίπτωση την ορθή διεξαγωγή του αγώνα, το αντίτιμο συμμετοχής θα ισχύει για την νέα ημερομηνία που αυτός θα οριστεί και θα είναι το αργότερο μέχρι το τέλος του 2021. Αθλητής/τρια που θα δηλώσει συμμετοχή και δεν προσέλθει στον αγώνα δε δικαιούται επιστροφή χρημάτων.

**ΤΡΟΠΟΠΟΙΗΣΗ ΔΙΑΔΡΟΜΗΣ:** Η διοργανώτρια αρχή μπορεί να προχωρήσει στην τροποποίηση των διαδρομών αν για οποιονδήποτε λόγο υπάρχει κίνδυνος για την ασφάλεια των αθλητών. Επίσης μπορεί να καθυστερήσει την έναρξη ή να ματαιώσει ή ακόμα και να αναβάλλει τον αγώνα λόγω κακοκαιρίας ή άλλης ανωτέρας βίας.

**ΔΙΑΦΗΜΙΣΗ:** Με την αίτηση συμμετοχής κάθε αθλητής επιτρέπει στον οργανωτή τη φωτογράφηση και τη βιντεοσκόπηση του, κατά τη διάρκεια του αγώνα και των απονομών, για διαφημιστικούς σκοπούς.

**ΑΠΟΠΟΙΗΣΗ ΕΥΘΥΝΗΣ:** Όλοι οι αθλητές είναι υπεύθυνοι για την καλή φυσική κατάστασή τους και οφείλουν να εξεταστούν από γιατρό πριν τον αγώνα για να διαπιστωθεί η ικανότητά τους για συμμετοχή σε αγώνα. Οι συμμετέχοντες γνωρίζουν τον ενδεχόμενο κίνδυνο σωματικής βλάβης ή φθοράς εξοπλισμού από τη συμμετοχή τους σε αγώνες ορεινής ποδηλασίας καθώς και τις συνέπειες αυτών. Ο διοργανωτής δεν ευθύνεται για το θάνατο, τραυματισμό ή οποιαδήποτε βλάβη της υγείας των συμμετεχόντων καθώς και ζημιάς ή καταστροφής του εξοπλισμού τους. Όλοι οι συμμετέχοντες υποβάλλοντας την αίτηση συμμετοχής δηλώνουν ότι γνωρίζουν τους κινδύνους που εμπεριέχει η κίνηση σε ορεινό περιβάλλον, έχουν την ανάλογη εμπειρία και ότι η κατάσταση της υγείας τους είναι καλή και τους επιτρέπει να αγωνιστούν. Με την εγγραφή τους στον αγώνα δηλώνουν ότι σε καμία περίπτωση δε θα στραφούν ή θα προβάλλουν απαίτηση εναντίων των διοργανωτών ή εκπροσώπων αυτών ή των χορηγών ή της εποπτεύουσας αρχής αν πάθουν υλική, σωματική ή ηθική βλάβη οι ίδιοι ή οι συνοδοί τους ή οποιοσδήποτε τρίτος εξ' αιτίας τους από την εγγραφή ή τη συμμετοχή τους στον συγκεκριμένο αγώνα. Ο οργανωτής διατηρεί το δικαίωμα να μην επιτρέψει σε κάποιον αθλητή να ολοκληρώσει τον αγώνα αν υπάρχει σχετική γνωμάτευση του γιατρού του αγώνα.

## ΒΡΑΒΕΥΣΕΙΣ

Θα βραβευτούν οι 6 πρώτοι κάθε κατηγορίας ή ηλικιακού γκρουπ εφόσον πρόκειται για τους αγωνιζόμενους στην κατηγορία Sportive.

Για να πραγματοποιηθεί ξεχωριστή βράβευση σε μία κατηγορία Sportive πρέπει να έχει τουλάχιστον 8 συμμετοχές. Σε περίπτωση που δεν συμπληρωθεί κάποια κατηγορία, ενσωματώνεται με την αμέσως μικρότερη ηλικιακά, τόσο για τις βραβεύσεις, όσο και για την κατάταξη.

Οι βραβεύσεις κάθε κατηγορίας θα έχουν ως εξής:

**1η θέση**: Κύπελλο

**2η θέση**: Αργυρό Μετάλλιο

**3η θέση**: Χάλκινο Μετάλλιο

**4η – 5η – 6η θέση**: Τιμητικά Διπλώματα

## ΑΠΟΝΟΜΕΣ

Θα βραβευτούν οι 6 πρώτοι κάθε κατηγορίας. Οι απονομές θα γίνουν αμέσως μετά την λήξη των αγώνων στην **κεντρική πλατεία της Κάτω Τιθορέας.**

## ΕΛΕΓΧΟΣ ΑΝΤΙΝΤΟΠΙΝΓΚ

Σε περίπτωση που το Εθνικό Συμβούλιο Καταπολέμησης Ντόπινγκ αποφασίσει ελέγχους, θα υπάρξει ενημέρωση για τους εμπλεκόμενους, σύμφωνα με τους κανονισμούς της ΕΟΠ, της UCI και του ΕΣΚΑΝ.

## ΠΟΙΝΕΣ

Στον αγώνα θα εφαρμοστούν οι ποινές που αναφέρονται στους κανονισμούς της Ε.Ο.Π. και όπου δεν προβλέπεται, της UCI.

**ΑΛΥΤΑΡΧΗΣ ΑΓΩΝΩΝ** Θα ανακοινωθεί

## **ΔΙΕΥΘΥΝΤΗΣ ΑΓΩΝΑ** Μακρυγιάννης Χρήστος, τηλ.6979973675, email: info@bikeexpert.gr

## ΑΠΟΔΟΧΗ ΣΥΜΜΕΤΟΧΗΣ – ΠΡΟΣΩΠΙΚΑ ΔΕΔΟΜΕΝΑ

1. Με τη συμμετοχή του στον αγώνα, ο ποδηλάτης αποδέχεται το περιεχόμενο και τους όρους της παρούσας προκήρυξης των αγώνων.
2. Άπαντες οι συμμετέχοντες στους αγώνες με οποιαδήποτε μορφή, αθλητές, προπονητές, συνοδοί, θεατές και όλοι οι εμπλεκόμενοι στην διοργάνωση, αποδέχονται όπως τα προσωπικά τους στοιχεία, τα αποτελέσματα αγώνων με τις επιδόσεις, τις φωτογραφίες, τα βίντεο αυτών, να δίνονται στον έντυπο και ηλεκτρονικό τύπο, στα ηλεκτρονικά μέσα δικτύωσης και επικοινωνίας, και να επεξεργάζονται από τον διοργανωτή του αγώνα και τους συνδιοργανωτές αυτού.
3. Οι αθλητές τρέχουν με δική τους ευθύνη και δεν ευθύνεται η διοργανώτρια αρχή σε περίπτωση οποιουδήποτε είδους τραυματισμού είτε μερικής ή ολικής καταστροφής του εξοπλισμού τους, όπως ρητά αναφέρεται και στην υπεύθυνη δήλωση που συμπληρώνουν υποχρεωτικά πριν από τη διεξαγωγή των αγώνων.

## ΧΑΡΤΗΣ/ΥΨΟΜΕΤΡΙΚΟ ΔΙΑΓΡΑΜΜΑ ΔΙΑΔΡΟΜΗΣ

**Διαδρομή 21χλμ.**





**Διαδρομή 9,3χλμ.**





***ΣΥ. Φ. Α. ΓΕ.***