# **“ΚΑΤΩ ΤΙΘΟΡΕA ΜΤΒ CIRCUIT RACE 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 Mtb Circuit Race 2021**» - διασυλλογικούς και Οpen αγώνες Ορεινής Ποδηλασίας, στο αγώνισμα XCC (Cross Country Short Track), που θα πραγματοποιηθεί στις **18 Σεπτεμβρίου 2021** στην περιοχή του δήμου Αμφίκλειας - Ελάτειας.

## ΚΑΤΗΓΟΡΙΕΣ

Οι **κατηγορίες** θα έχουν ως εξής:

1. ΑΝΔΡΕΣ ΑΝΩ ΤΩΝ 17 ΕΤΩΝ (Άνδρες, Νέοι, Έφηβοι)
2. ΓΥΝΑΙΚΕΣ ΑΝΩ ΤΩΝ 17 ΕΤΩΝ (Γυναίκες, Νεάνιδες)
3. ΜΑΣΤΕΡΣ (σε κοινή κατάταξη όλες οι υποκατηγορίες)
4. ΠΑΙΔΕΣ
5. ΠΑΜΠΑΙΔΕΣ
6. ΠΑΓΚΟΡΑΣΙΔΕΣ
7. ΜΙΝΙ (Μικρά και Μεγάλα)
8. SPORTIVE/Open (Ηλικιακά γκρουπ:ΑΓΟΡΙΑ και ΚΟΡΙΤΣΙΑ: 3-5, 6-7, 8-13, ΑΝΔΡΕΣ: 14+, ΓΥΝΑΙΚΕΣ: 14+

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

## ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ- ΑΠΟΣΤΑΣΕΙΣ/ΔΙΑΡΚΕΙΑ ΑΓΩΝΑ

**08:30**: Άνοιγμα Γραμματείας.

**08:30 – 09:30**: Επίσημη προπόνηση (με αγωνιστικό αριθμό)

**10:00**: ΜΙΝΙ ΜΙΚΡΑ ΑΓΟΡΙΑ-ΚΟΡΙΤΣΙΑ 8-10 ΕΤΩΝ (15')

**10:20**: ΜΙΝΙ ΜΕΓΑΛΑ ΑΓΟΡΙΑ-ΚΟΡΙΤΣΙΑ 11-12 ΕΤΩΝ (20')

**10:45**: ΠΑΜΠΑΙΔΕΣ και ΠΑΓΚΟΡΑΣΙΔΕΣ 13-14 ΕΤΩΝ (30')

**11:20**: ΠΑΙΔΕΣ και ΚΟΡΑΣΙΔΕΣ (30')

**12:00**: ΑΝΔΡΕΣ 17+ και ΓΥΝΑΙΚΕΣ 17+ (40’)

**12:50:** ΜΑΣΤΕΡΣ (40')

**13:40**: SPORTIVE ΑΓΟΡΙΑ – ΚΟΡΙΤΣΙΑ 3-5 και 6-7 ΕΤΩΝ (5’)

**13:50**: SPORTIVE ΑΓΟΡΙΑ – ΚΟΡΙΤΣΙΑ 8-13 (10’)

**14:10** SPORTIVE ΑΝΔΡΕΣ 14+ και ΓΥΝΑΙΚΕΣ 14+ (30')

**15:00**: Απονομές όλων των αγώνων/κατηγοριών

Το πρόγραμμα των αγώνων θα οριστικοποιηθεί με την λήξη των δηλώσεων συμμετοχής, και θα ανακοινωθεί εκ νέου, στους συμμετέχοντες αθλητές και ομάδες.

## ΤΟΠΟΘΕΣΙΑ ΕΚΚΙΝΗΣΗΣ-ΤΕΡΜΑΤΙΣΜΟΥ

Περιοχή Εκκίνησης και Τερματισμού το δασύλλιο, πλησίον του **Σιδηροδρομικού σταθμού της Κάτω Τιθορέας του Δήμου Αμφίκλειας – Ελάτειας.**

## ΔΙΑΔΡΟΜΗ

Πρόκειται για μία σύντομη διαδρομή κλειστού τύπου, μήκους **1650** μέτρων, η οποία περνάει μέσα από το δασύλλιο, πλησίον του σιδηροδρομικού σταθμού της Κάτω Τιθορέας. Πρόκειται για μια διαδρομή με τεχνικές δυσκολίες στο χώμα. Είναι πλήρως σηματοδοτημένη σε όλο το μήκος και από τις δύο πλευρές της διαδρομής της.

## ΣΥΜΜΕΤΟΧΗ

**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 e-mail στο [admin@bncycling.com](mailto: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.*

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).

**Προσοχή: Σύμφωνα με την εγκύκλιο 6-2020 της Τ.Ε. της ΕΟΠ η μέγιστη συμμετοχή ανά εκκίνηση είναι 40 αθλητές/-τριες. Σε περίπτωση, που οι δηλώσεις συμμετοχής είναι περισσότερες των 40 αθλητών, ο οργανωτής θα επιλέξει τους αθλητές, που θα συμμετάσχουν, λαμβάνοντας υπόψη ένα μέγιστο αριθμό συμμετοχών ανά σωματείο. Στην συνέχεια θα ενημερώσει σωματεία, που ενδεχομένως θα έχουν αθλητές, που δεν θα επιτραπεί η συμμετοχή τους.** Λόγω περιορισμένου χρόνου στο πρόγραμμα αγώνων, δεν θα πραγματοποιηθούν προκριματικές σειρές, εφόσον υπάρχουν συμμετοχές ανά των 40 αθλητών, ανά εκκίνηση.

**Δηλώσεις συμμετοχής θα γίνονται δεκτές μέχρι την Παρασκευή 10/09/2021 και ώρα 14:00**

**Το παράβολο συμμετοχής έχει ως εξής:**

* Άνδρες 17+, Γυναίκες 17+ και Μάστερς είναι **10,00€.**
* Παίδες, Κορασίδες, Παμπαίδες, Παγκορασίδες, Μίνι είναι **5,00€.**
* Sportive/Οpen Αγόρια και κορίτσια 3 – 7 ετών είναι **5,00€**
* Sportive/Open, όλες οι υπόλοιπες κατηγορίες είναι **15,00€**

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 08:30 στο χώρο πλησίον της εκκίνησης. Οι αρχηγοί των ομάδων, θα προσέλθουν στην Γραμματεία, με τα δελτία των αθλητών τους για επίδειξη δελτίων, πληρωμή του παράβολου συγκεντρωτικά ανά ομάδα, και παραλαβή των αριθμών του αγώνα, μέχρι και 60’ πριν την εκκίνηση. Η Γραμματεία θα παρακρατεί τα δελτία των αθλητών-τριών μέχρι την λήξη του αγώνα, όπου και θα παραδοθούν στους αρχηγούς των ομάδων. Οι ποδηλάτες θα προσέρχονται για υπογραφή στο φύλλο αγώνα, ανά κατηγορία και ανά ομάδα, μέχρι και 30’ πριν την έναρξη της κατηγορίας τους.

Οι ποδηλάτες που συμμετέχουν στην κατηγορία SPORTIVE, θα πρέπει να προσέλθουν μέχρι και 60’ πριν την εκκίνηση τους, με αποδεικτικό στοιχείο ταυτοπροσωπίας καθώς και με Κάρτα Υγείας ή Ιατρική βεβαίωση Ικανότητας άθλησης σε ισχύ για την ημερομηνία του αγώνα.

*Το τεχνικό συνέδριο των αρχηγών των ομάδων θα γίνει στις 09:30 στον χώρο της Γραμματείας.*

## ΚΑΝΟΝΙΣΜΟΙ

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

## 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 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

**ΕΞΟΠΛΙΣΜΟΣ:** Τα ποδήλατα πρέπει να έχουν τροχούς που δε θα ξεπερνάνε τις 29 ίντσες. Δεν επιτρέπεται η χρήση μεταλλικών προεξοχών ή καρφιών πάνω στα ελαστικά του ποδηλάτου. Η χρήση ενδοσυνεννόησης ή άλλων φορητών μέσων επικοινωνίας με τους αθλητές απαγορεύεται. Ο κάθε αθλητής είναι υποχρεωμένος να φέρει τον αριθμό του στο μπροστινό μέρος του τιμονιού.

**ΣΕΙΡΑ ΕΚΚΙΝΗΣΗΣ:** Η σειρά εκκίνησης προκύπτει με την τελευταία ατομική κατάταξη των αθλητών της UCI και της ΕΟΠ, ανά κατηγορία. Οι ποδηλάτες τοποθετούνται με τη σειρά, την οποία καλούνται στη γραμμή εκκίνησης. Ο αριθμός των αθλητών ανά σειρά θα αποφασιστεί από τον Αλυτάρχη και θα ανακοινωθεί στο τεχνικό συνέδριο. Ο αθλητής επιλέγει τη θέση του στη γραμμή εκκίνησης, από τις κενές θέσεις μέχρι να συμπληρωθεί η σειρά.

**ΤΡΟΦΟΔΟΣΙΑ/ΥΔΡΟΔΟΣΙΑ ΚΑΙ ΠΑΡΟΧΗ ΤΕΧΝΙΚΗΣ ΒΟΗΘΕΙΑΣ:** Θα γίνεται στον προκαθορισμένο χώρο, από τους μηχανικούς της κάθε ομάδας. Ο χώρος αυτός θα ανακοινωθεί στο Τεχνικό Συνέδριο και η παραμονή εντός του χώρου επιτρέπεται μόνο για διαπιστευμένους συνοδούς/προπονητές. Απαγορεύεται οποιαδήποτε εξωτερική βοήθεια (πλην αυτής από τον επίσημο μηχανικό της ομάδας εντός της Ζώνης Τεχνικής Βοήθειας) ή υποβοήθηση αθλητών μεταξύ τους καθώς και η χρήση οποιουδήποτε μηχανοκίνητου βοηθητικού μέσου.

Κάθε αθλητής, αναλόγως των ιδιαίτερων αναγκών του, είναι υποχρεωμένος να μεταφέρει την απαραίτητη τροφή και νερό που κρίνει ότι χρειάζεται για την ολοκλήρωση του αγώνα.

Αν κάποιος αντιμετωπίσει μηχανικό πρόβλημα πρέπει να επισκευάσει τη βλάβη μόνος του ή να προσέλθει στην ζώνη Τεχνικής Βοήθειας. Σε περίπτωση εγκατάλειψης για οποιονδήποτε λόγο (μηχανική βλάβη, πτώση, τραυματισμό κλπ) πρέπει να ενημερώσει τον κοντινότερο Κριτή διαδρομής.

## 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

Οι απονομές θα γίνουν αμέσως μετά την λήξη των αγώνων (15:00) στην κεντρική πλατεία της Κάτω Τιθορέας. Οι νικητές θα προσέρχονται με την αγωνιστική τους ενδυμασία.

## 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

Με τη συμμετοχή του στον αγώνα, ο ποδηλάτης αποδέχεται το περιεχόμενο και τους όρους της παρούσας προκήρυξης των αγώνων.

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.

## 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 2019. 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.

## ΧΑΡΤΗΣ/ΥΨΟΜΕΤΡΙΚΟ ΔΙΑΓΡΑΜΜΑ ΔΙΑΔΡΟΜΗΣ:



