



## Σύλλογος Φίλων Αθλητισμού Γέρακα (ΣΥ.Φ.Α.ΓΕ.)

### “MTB XCC ΓΕΡΑΚΑΣ 2022 VOL. 1”

#### ΠΡΟΟΙΜΙΟ

Το Αθλητικό Σωματείο «ΣΥ.Φ.Α.ΓΕ. (Σύλλογος Φίλων Αθλητισμού Γέρακα)» μαζί με το Bike Expert διοργανώνουν τους “**MTB XCC ΓΕΡΑΚΑΣ 2022 VOL.1**” - διασυλλογικούς αγώνες Ορεινής Ποδηλασίας, στο αγώνισμα XCC (Cross Country Short Track), που θα πραγματοποιηθεί στις **30 Ιανουαρίου 2021** στην περιοχή του **Γέρακα** Αττικής.

#### ΚΑΤΗΓΟΡΙΕΣ

Οι **κατηγορίες** θα έχουν ως εξής:

- ΠΑΙΔΕΣ - ΚΟΡΑΣΙΔΕΣ
- ΠΑΜΠΑΙΔΕΣ - ΠΑΓΚΟΡΑΣΙΔΕΣ
- ΜΙΝΙ ΜΕΓΑΛΑ (Αγόρια και Κορίτσια)
- ΜΙΝΙ ΜΙΚΡΑ (Αγόρια και Κορίτσια)

**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')

**10:25:** ΜΙΝΙ ΜΕΓΑΛΑ ΑΓΟΡΙΑ-ΚΟΡΙΤΣΙΑ 11-12 ΕΤΩΝ (15')

**10:50:** ΠΑΜΠΑΙΔΕΣ και ΠΑΓΚΟΡΑΣΙΔΕΣ 13-14 ΕΤΩΝ (20')

**11:20:** ΠΑΙΔΕΣ και ΚΟΡΑΣΙΔΕΣ (25')

Το πρόγραμμα των αγώνων θα οριστικοποιηθεί με την λήξη των δηλώσεων συμμετοχής.

#### ΔΙΑΔΡΟΜΗ

Πρόκειται για μία σύντομη διαδρομή κλειστού τύπου, μήκους **1650 μέτρων** κατά προσέγγιση, η οποία βρίσκεται στην καρδιά της πόλης του Γέρακα. Πρόκειται για μια διαδρομή με τεχνικές δυσκολίες στο χώμα. Είναι πλήρως σηματοδοτημένη σε όλο το μήκος και από τις δύο πλευρές της διαδρομής της.

#### ΤΟΠΟΘΕΣΙΑ ΕΚΚΙΝΗΣΗΣ-ΤΕΡΜΑΤΙΣΜΟΥ

Ο αγώνας θα πραγματοποιηθεί στην περιοχή του δήμου Γέρακα με εκκίνηση και τερματισμό το 716<sup>ο</sup> Οικοδομικό τετράγωνο, στη συμβολή των οδών Γέρακα-Έβρου-Τρικάλων, Γέρακας Ανατολικής Αττικής.

#### ΔΗΛΩΣΕΙΣ ΣΥΜΜΕΤΟΧΗΣ

Δικαίωμα συμμετοχής έχουν όλοι οι αθλητές/τριες με δελτίο Ε.Ο.ΠΟΔΗΛΑΣΙΑΣ σε ισχύ για το 2022. Κανείς αθλητής/τρια δεν μπορεί να συμμετέχει στους αγώνες χωρίς την προβλεπόμενη Κάρτα Υγείας αθλητή/τριας 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](http://www.mtbxpert.gr) και η δήλωση για τις sportive κατηγορίες. Οι συμμετέχοντες στην κατηγορία Sportive υποχρεούνται να προσκομίσουν πιστοποιητικό ικανότητας άθλησης (Βεβαίωση Ιατρού, κάρτα υγείας, κ.λπ.).

Οι αθλητές/αθλήτριες συμμετέχουν στους αγώνες με δική τους ευθύνη. Η διοργάνωση δεν φέρει καμία ευθύνη για κάθε ενδεχόμενο ατύχημα, φθορά ή απώλεια υλικού, ενδυμάτων κ.λπ.

Όλοι οι συμμετέχοντες των sportive αγώνων συμπληρώνουν δήλωση συμμετοχής και υπεύθυνη δήλωση υποχρεωτικά. Οι δηλώσεις συμμετοχής γίνονται ηλεκτρονικά στην ιστοσελίδα [www.mtbxpert.gr](http://www.mtbxpert.gr). Τις υπεύθυνες δηλώσεις ανηλίκων και ενηλίκων μπορείτε να τις προμηθευτείτε από το [www.mtbxpert.gr](http://www.mtbxpert.gr).

Δηλώσεις συμμετοχής θα γίνονται δεκτές μέχρι την Τρίτη 25/01/2022 και ώρα 12.00πμ.

Το παράβολο συμμετοχής έχει ως εξής:

Παίδες, Κορασίδες, Παμπαιδες, Παγκορασίδες, Μίνι Μεγάλα, Μίνι Μικρά είναι **12,00€**

Το παράβολο συμμετοχής θα καταβληθεί στον παρακάτω τραπεζικό λογαριασμό:

**IBAN ΛΟΓΑΡΙΑΣΜΟΥ:** GR3401108700000087000310620 – **ΔΙΚΑΙΟΥΧΟΣ ΛΟΓΑΡΙΑΣΜΟΥ:** ΣΥΛΛΟΓΟΣ ΦΙΛΩΝ ΑΘΛΗΤΙΣΜΟΥ ΓΕΡΑΚΑ

## ΓΡΑΜΜΑΤΕΙΑ - ΤΕΧΝΙΚΟ ΣΥΝΕΔΡΙΟ

Η 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, έχοντας την αγωνιστική εμφάνιση και τους αριθμούς τοποθετημένους.

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.

**Προληπτικά μέτρα κατά την διασπορά του Covid-19, βασικές προϋποθέσεις συμμετοχής στους αγώνες:**

**Εμβολιασμένοι ή νοσήσαντες με πιστοποιητικό σε ισχύ: Ποσοστό 95% των συμμετεχόντων. Μη εμβολιασμένοι (συνολικά) 5% των συμμετεχόντων.**

**- Μη εμβολιασμένοι ενήλικοι (18 ετών και άνω) : επίδειξη PCR Test εντός 72 ωρών ή Rapid Test 48ωρών.**

**- Μη εμβολιασμένοι ανήλικοι (Μέχρι 18 ετών) : επίδειξη Self Test εντός 24 ωρών**

**Στην παραπάνω ποσοστωση (95-5) συμπεριλαμβάνονται όλοι οι εμπλεκόμενοι (αθλητές – συνοδοί ομάδας - προπονητές – προσωπικό διοργανωτή – αγωνόδικος επιτροπή.**

**Οι αγώνες διεξάγονται με βάση το επικαιροποιημένο υγειονομικό αγωνιστικό πρωτόκολλο της Ε.Ο.Π.**

**Υπεύθυνος COVID-19 διοργάνωσης: Τσαμουδάκη Αφροδίτη**

## ΕΙΔΙΚΟΙ ΚΑΝΟΝΙΣΜΟΙ

**ΕΞΟΠΛΙΣΜΟΣ:** Τα ποδήλατα πρέπει να έχουν τροχούς που δε θα ξεπερνάνε τις 29 ίντσες **(για την κατηγορία Μίνι Μικρά 27.5 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.

**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 κ.λπ.) πρέπει να ενημερώσει τον κοντινότερο Κριτή διαδρομής.

## ΒΡΑΒΕΥΣΕΙΣ

Οι απονομές θα γίνουν στον χώρο εκκίνησης/τερματισμού σύμφωνα με το πρόγραμμα. Οι νικητές θα προσέλθουν με την αγωνιστική τους ενδυμασία. Θα βραβευτούν οι 6 πρώτοι κάθε κατηγορίας. 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, Χρυσό Μετάλλιο και Τιμητικό Δίπλωμα
- 2η θέση: Αργυρό Μετάλλιο και Τιμητικό Δίπλωμα
- 3η θέση: Χάλκινο Μετάλλιο και Τιμητικό Δίπλωμα
- 4η – 5η – 6η θέση: Τιμητικά Διπλώματα

## ΑΠΟΝΟΜΕΣ

Βαση του εν ισχύ υγειονομικού πρωτοκόλλου κατά της Πανδημίας Covid-19 δεν επιτρέπονται οι τελετές απονομών. Σε περίπτωση χαλάρωσης των μέτρων, θα υπάρξει ενημέρωση για τον χώρο και χρόνο των απονομών.

## ΕΛΕΓΧΟΣ ΑΝΤΙΝΤΟΠΙΝΓΚ

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

## ΠΟΙΝΕΣ

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

**ΑΛΥΤΑΡΧΗΣ ΑΓΩΝΩΝ** Θα ανακοινωθεί από την ΕΟΠ

**ΥΠΕΥΘΥΝΟΣ ΔΙΟΡΓΑΝΩΣΗΣ** Μακρυγιάννης Χρήστος, 6979973675

## ΑΠΟΔΟΧΗ ΣΥΜΜΕΤΟΧΗΣ - ΠΡΟΣΩΠΙΚΑ ΔΕΔΟΜΕΝΑ

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

II. 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.

## ΧΑΡΤΕΣ/ΥΨΟΜΕΤΡΙΚΑ

### ΧΑΡΤΗΣ ΔΙΑΔΡΟΜΗΣ



### ΥΨΟΜΕΤΡΙΚΑ ΔΙΑΔΡΟΜΗΣ

