

# SFAKIA EXTREME TRAILS FESTIVAL

## THE ULTIMATE ROCKY CHALLENGE

### ΠΡΟΚΗΡΥΞΗ ΑΓΩΝΑ

Ο Ποδηλατικός Σύλλογος «ΤΑΛΩΣ ANEK LINES ΧΑΝΙΩΝ» σε συνεργασία με το Δήμο Σφακίων και το Μεσογειακό Αγρονομικό Ινστιτούτο Χανίων, διοργανώνει OPEN τριήμερο αγώνα δράσης στα Χανιά της Κρήτης, και συγκεκριμένα στις Μαδάρες των Λευκών Ορέων. Ο αγώνας διοργανώνεται στα πλαίσια του έργου SYLVAMED της Ευρωπαϊκής Ένωσης (πρόγραμμα MED), που έχει σαν στόχο την ανάδειξη των κοινωνικών χρήσεων των δασών και την καθιέρωση μηχανισμών χρηματοδότησης περιβαλλοντικών δράσεων, μέσω της αξιοποίησης των κοινωνικών χρήσεων του δάσους.

### ΗΜΕΡΟΜΗΝΙΑ ΔΙΕΞΑΓΩΓΗΣ ΤΟΥ ΑΓΩΝΑ

4, 5 και 6 Οκτωβρίου 2013

### ΤΟΠΟΣ

Ασκήφου και Ανώπολη του Δήμου Σφακίων

### ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΤΡΙΗΜΕΡΟΥ

#### ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ 04-10-2013

- 06.00 - 07.00 Συνάντηση και παραλαβή συμμετεχόντων έξω από το καράβι.
- 07.30 - 08.30 Πρωινό και σύντομη γνωριμία στο ΜΑΙΧ.
- 08.30 Μεταφορά όλων με λεωφορείο στο χωριό Ασκήφου.
- 09.30 - 14.30 Προπόνηση στην πρώτη διαδρομή. (μονοπάτι από Ταύρη - Ασκήφου).
- 15.00 - 16.00 Φαγητό στα Ασκήφου
- 16.30 - 18.30 Μεταφορά και επιστροφή με λεωφορείο στα κρυστάλλινα νερά του Λιβικού πελάγους.
- 20.00 Barbeque party

#### ΣΑΒΒΑΤΟ 05-10-2013

- 08:30 Αγώνας μικρών ανεξαρτήτων αθλητών του χωριού Ασκήφου.
- 08:30 - 11:00 Λειτουργία Γραμματείας και προπόνηση (2 υποχρεωτικές καταβάσεις)
- 11.30 - 15.00 Αγώνας (2 καταβάσεις και μετράει ο καλύτερος χρόνος από τους 2)
- 15.00 - 15.30 Απονομές
- 16.00 - 16.30 Μεταφορά όλων στο χωριό Ανώπολη.
- 17.30 - 18.30 Γέφυρα Αράδαινας για Bungee jumping (όσοι επιθυμούν να "πέσουν" θα πρέπει να το δηλώσουν μαζί με τη συμμετοχή τους).
- 20.30 Γλέντι έκπληξη στην Ανώπολη Σφακίων!

#### ΚΥΡΙΑΚΗ 06-10-2013

- 09.00 Αγώνας μικρών ανεξαρτήτων αθλητών του χωριού Ανώπολη.
- 09.00 - 09.30 Λειτουργία γραμματείας στην πλατεία του χωριού κι επιβίβαση στα φορτηγά για την εκκίνηση του αγώνα (Adventure race)

- 10.00 - 10:15 Αναχώρηση αθλητών προς Πάχνες (Ρουσιές 1.960μ).  
12.00 - 12.30 Εκκίνηση αγώνα (Μαζική εκκίνηση τύπου "le man"!!!)  
14:00 - 14:30 Απονομές 2ου αγώνα και γενικής.  
14:30 Φαγητό με παραδοσιακά εδέσματα στην Ανώπολη!  
16.00 Αναχώρηση από το χωριό για το λιμάνι της Σούδας (στάση για "βουτιά" σε παραλία των Σφακιών)!

### ΔΙΑΔΡΟΜΕΣ

Η 1η διαδρομή ξεκινάει από το καταφύγιο της Ταύρης πάνω από το χωριό Ασκύφου και τερματίζει στην Πλατεία του χωριού . Χρόνος κατάβασης υπολογίζεται στα 5 - 6 λεπτά σε μια αρκετά τεχνική και απαιτητική διαδρομή με πολλές εναλλαγές. Σχεδιασμένη πάνω στον παλιό γαιδουρόδρομο που ένωνε τα δυο σημεία τα παλιά χρόνια. Χαρακτηριστικό της η άφθονη πέτρα κι οι πολλοί βράχοι, όλα μέσα στο άγριο και διαφορετικό Σφακιανό δάσος!!

Η 2η διαδρομή βρίσκεται στο νότιο τμήμα της Κρήτης .Ξεκινάει πολύ κοντά στις Πάχνες (Υψηλότερη Κορυφή των Λευκών Ορέων 2.453 αλλά κι ολόκληρης της Κρήτης!) κι η εκκίνηση θα δοθεί ταυτόχρονα σε όλους τους αθλητές!

Με πυροβολισμό τρέχουν όλοι με τα πόδια στο σημείο που βρίσκονται τα ποδήλατα τους, τα καβαλάνε και φεύγουν!

Βασική προϋπόθεση είναι το ποδήλατο να είναι τύπου DOWN HILL(120mm διαδρομή κάθε ανάρτησης minimum). ΑΠΑΓΟΡΕΥΟΝΤΑΙ ΤΑ ΠΟΔΗΛΑΤΑ cross country, με ή χωρίς ανάρτηση! Συνολικός χρόνος κατάβασης υπολογίζεται στα 30 - 40 λεπτά. Η διαδρομή στο μεγαλύτερο κομμάτι της είναι πάνω σε πετρώδες έδαφος. Υπάρχουν μικρά τμήματα σε κακοτράχαλο χωματόδρομο, αλλά ως επί τω πλείστον είναι σε μια παλιά «βασιλική στράτα» όπως την λένε οι ντόπιοι, άγνωστη στους συμμετέχοντες.

Αυτοί θα πρέπει να είναι σε θέση να αντιμετωπίσουν όσο πιο γρήγορα μπορούν τις όποιες φυσικές και όχι μόνο δυσκολίες (και τυχόν βλάβες μόνοι τους), αλλά και να ανακαλύψουν τη ΔΙΑΚΡΙΤΙΚΗ σήμανση ΜΕΧΡΙ τον ΤΕΡΜΑΤΙΣΜΟ στο χωριό Ανώπολη.

Και για τις 2 διαδρομές θα υπάρχει ανάλογη με το χαρακτήρα της σήμανση σε όλο το διάστημα του τριημέρου.

Για την προστασία αθλητών και θεατών, έμπειροι κριτές θα βρίσκονται σε κοντινές μεταξύ τους αποστάσεις σε όλο το τμήμα και των δύο αγώνων.

### ΣΥΜΜΕΤΟΧΕΣ

Για την ομαλή διεξαγωγή των αγώνων, καθώς και για την τήρηση των ωραρίων το όριο συμμετοχών ορίζεται στις 40, συν των ακόλουθων αθλητών που έχουν πάρει "πρόσκληση" αυτόματα από τον τερματισμό τους το 2012.

Οι εγγραφές ανοίγουν στις 12/08/2013 και θα λήξουν στις **18/09/2013**.

ΜΑΝΩΛΗΣ ΓΙΑΝΝΗΣ

ΜΠΟΥΡΝΙΑΣ ΜΑΡΚΟΣ

ΣΚΑΡΗΣ ΦΩΤΗΣ

ΚΑΛΟΧΑΙΡΕΤΑΣ ΚΩΣΤΑΣ

ΤΑΣΟΥΛΑΣ ΧΡΗΣΤΟΣ

ΕΥΘΙΜΙΟΠΟΥΛΟΣ ΠΑΝΑΓΙΩΤΗΣ

ΚΟΥΦΑΛΗΣ ΛΕΥΤΕΡΗΣ

ΚΩΝΣΤΑΝΤΙΝΙΔΗΣ ΣΩΤΗΡΗΣ

ΕΥΣΤΡΑΤΙΑΔΗΣ ΜΗΧΑΛΗΣ

ΑΤΤΙΛΙΟ ΠΑΝΔΟΛΦΙΝΙ

ΓΚΩΚΟΣ ΚΩΣΤΑΣ

ΜΠΑΛΑΣΟΠΟΥΛΟΣ ΚΥΜΩΝ

ΓΚΑΤΖΙΟΥΡΑΣ ΣΤΕΦΑΝΟΣ

ΜΠΑΞΕΒΑΝΟΣ ΔΗΜΗΤΡΗΣ

ΒΑΣΙΛΑΚΑΚΟΣ ΝΙΚΟΣ

ΜΠΑΤΣΙΛΑΣ ΚΩΣΤΑΣ



ΠΟΛΛΑΛΗΣ ΜΑΡΙΟΣ  
ΔΕΡΒΕΝΗΣ ΧΡΗΣΤΟΣ  
ΜΕΝΤΑΚΗΣ ΜΑΝΟΛΗΣ  
ΚΑΚΑΒΕΛΑΚΗΣ ΓΙΩΡΓΟΣ  
ΜΩΡΑΙΤΗΣ ΓΙΑΝΝΗΣ

ΣΠΥΡΟΠΟΥΛΟΣ ΣΠΥΡΟΣ  
ΔΕΡΒΕΝΗΣ ΑΝΔΡΕΑΣ  
ΜΑΥΡΙΓΙΑΝΝΑΚΗΣ ΓΙΩΡΓΟΣ  
ΦΡΑΓΚΕΔΑΚΗΣ ΒΑΣΙΛΗΣ

### ΟΙΚΟΝΟΜΙΚΟΙ ΟΡΟΙ

Για την επιβεβαίωση των αθλητών στο SFAKIA EXTREME TRAILS απαραίτητη η κατάθεση των χρημάτων στον λογαριασμό (ΤΑΧΥΔΡΟΜΙΚΟ ΤΑΜΙΕΥΤΗΡΙΟ 00089720911-7 στο όνομα Χαϊδεμενάκης Χαράλαμπος) **με το ονοματεπώνυμο σας έως 18/09/2013**. Το κόστος είναι 150 ευρώ και περιλαμβάνει τις μετακινήσεις, διαμονή, διατροφή, συμμετοχές στους αγώνες, αλλά και όλες τις υπόλοιπες δραστηριότητες του τριημέρου (εξαιρείται το Bungee jumping που όμως θα έχει ειδική έκπτωτική τιμή έκπληξη!). Για τα ακτοπλοϊκά εισιτήρια έχει εξασφαλιστεί έκπτωση 50%. (ευγενική χορηγία της ANEK LINES). Μετά τη δήλωση συμμετοχής σας θα πρέπει να επικοινωνήσετε στα παρακάτω τηλέφωνα μετά την 26/9/2013 για να μάθετε τον κωδικό της έκπτωσης και τις λεπτομέρειες παραλαβής τους.

ΟΡΦΑΝΟΥΔΑΚΗΣ ΚΩΣΤΑΣ 6944426205  
ΧΑΙΔΕΜΕΝΑΚΗΣ ΜΠΑΜΠΗΣ 6981800644

**Οι 5 πρώτοι που θα δηλώσουν συμμετοχή στο SFAKIA EXTREME TRAILS FESTIVAL (επιβεβαιωμένη με την κατάθεση στον παραπάνω λογαριασμό) θα μεταφερθούν δωρεάν από Αθήνα-Χανιά και από Χανιά-Αθήνα.**

### ΚΑΝΟΝΙΣΜΟΙ ΑΓΩΝΑ

Ισχύουν οι κανόνες ασφαλείας της ΕΟΠ.

Οι συμμετέχοντες θα πρέπει:

- 1, Να κάνουν χρήση κράνους κλειστού τύπου καθώς και όλου του εξοπλισμού ασφαλείας (θώρακας, επιγονατίδες, επιαγκωνίδες κλπ).
  - 2, Η χρήση του αριθμού είναι υποχρεωτική, στο τιμόνι κάθε αναβάτη, και στις προπονήσεις!
  - 3, Ποδηλάτης με ελλείψεις στον εξοπλισμό ασφαλείας του, δεν θα λάβει εκκίνηση σε κανέναν από τους δυο αγώνες!**
  - 4, Οι αθλητές υποχρεούνται να ενημερώσουν την γραμματεία σε περίπτωση εγκατάλειψής τους.
- Για την ασφάλεια των αθλητών θα υπάρχει γιατρός και ασθενοφόρο αλλά και πολύπειροι Εθελοντές Σμαρείτες.

### ΕΙΔΙΚΟΙ ΚΑΝΟΝΙΣΜΟΙ ΑΓΩΝΑ

Ο αγώνας Κατάβασης θα έχει μία κοινή κατηγορία.

Θα πραγματοποιηθεί με 2 καταβάσεις και θα μετράει ο καλύτερος χρόνος από τους 2. Η σειρά εκκίνησης θα αποφασιστεί από τους διοργανωτές και θα είναι ίδια για τα 2 σκέλη της μέρας. Ποδηλάτης, που δεν έχει δύο τουλάχιστον επίσημα δοκιμαστικά, δεν θα πάρει εκκίνηση. Οι δοκιμές και η επίσημη προπόνηση θα πραγματοποιηθούν όπως φαίνεται στο πρόγραμμα. Ο δεύτερος αγώνας θα ξεκινήσει με μαζική εκκίνηση και η διαδρομή θα είναι άγνωστη για τους συμμετέχοντες.

## ΤΟΠΟΣ ΚΑΙ ΩΡΕΣ ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΑΣ ΓΡΑΜΜΑΤΕΙΑΣ

Η γραμματεία θα λειτουργεί σύμφωνα με το πρόγραμμα των αγώνων.

### ΕΠΑΘΛΑ

Ξεχωριστά επάθλα για τους πρώτους κάθε αγώνα.

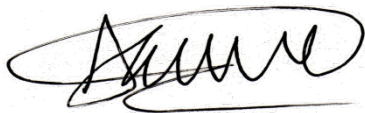
Θα υπάρχει γενική από τους 2 αγώνες **(θα βγει από βαθμολογία και όχι από χρόνο)** Σε περίπτωση ισοβαθμίας θα μετρήσει το καλύτερο αποτέλεσμα του τελευταίου αγώνα. Ακολουθεί πίνακας με τους βαθμούς που θα λαμβάνει κάθε αθλητής ανάλογα με την θέση που θα τερματίζει σε κάθε αγώνα.

1ος 200	16ος 65	31ος 50	46ος 35
2ος 160	17ος 64	32ος 49	47ος 34
3ος 140	18ος 63	33ος 48	48ος 33
4ος 125	19ος 62	34ος 47	49ος 32
5ος 110	20ος 61	35ος 46	50ος 31
6ος 95	21ος 60	36ος 45	51ος 30
7ος 90	22ος 29	37ος 44	52ος 29
8ος 85	23ος 58	38ος 43	53ος 28
9ος 80	24ος 57	39ος 42	54ος 27
10ος 75	25ος 56	40ος 41	55ος 26
11ος 70	26ος 55	41ος 40	56ος 25
12ος 69	27ος 54	42ος 39	57ος 24
13ος 68	28ος 53	43ος 38	58ος 23
14ος 67	29ος 52	44ος 37	59ος 22
15ος 66	30ος 51	45ος 36	60ος 21

Για τους υπόλοιπους αναβάτες αναμνηστικό μετάλλιο και δίπλωμα συμμετοχής. Οι απονομές θα γίνουν στις Πλατείες των χωριών Ασκούφου και Ανώπολη μετά το τέλος κάθε αγώνα.

Για οτιδήποτε δεν προβλέπεται στην προκήρυξη του αγώνα αποφασίζουν επιτόπου οι διοργανωτές.

Ο ΠΡΟΕΔΡΟΣ



ΚΟΠΑΝΑΚΗΣ ΙΩΑΝΝΗΣ



Ο ΓΕΝ. ΓΡΑΜΜΑΤΕΑΣ



ΠΑΝΗΓΥΡΑΚΗΣ ΝΕΚΤΑΡΙΟΣ