



“ΚΑΤΩ ΤΙΘΟΡΕΑ MTB-ΧCP 2023”

Ο Σύλλογος Φίλων Αθλητισμού Γέρακα (ΣΥ.Φ.Α.ΓΕ.) μαζί με το Bike Expert και σε συνεργασία με το Δήμο Αμφίκλειας – Ελάτειας διοργανώνουν τους «**ΚΑΤΩ ΤΙΘΟΡΕΑ MTB-ΧCP 2023**», διασυλλογικούς αγώνες ορεινής ποδηλασίας, στο αγώνισμα ΧCP (POINT TO POINT), που θα πραγματοποιηθούν την **Κυριακή, 17 Σεπτεμβρίου 2023** στην περιοχή του δήμου Αμφίκλειας - Ελάτειας.

ΚΑΤΗΓΟΡΙΕΣ

Οι **κατηγορίες** θα έχουν ως εξής:

- ΑΝΔΡΕΣ - ΓΥΝΑΙΚΕΣ 43χλμ.
- ΕΦΗΒΟΙ – ΝΕΑΝΙΔΕΣ 43χλμ.
- ΜΑΣΤΕΡΣ ΑΝΔ - ΓΥΝ 43χλμ.
- SPORTIVE ΑΝΔΡΕΣ – ΓΥΝΑΙΚΕΣ 17+ 43χλμ.
- E-BIKE 43χλμ.
- SPORTIVE FUN ΑΝΔΡΕΣ - ΓΥΝΑΙΚΕΣ 15+ 26χλμ.
- ΠΑΙΔΕΣ – ΚΟΡΑΣΙΔΕΣ 26 χλμ.

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

ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ- ΑΠΟΣΤΑΣΕΙΣ/ΔΙΑΡΚΕΙΑ ΑΓΩΝΑ

- **8:30** Λειτουργία Γραμματείας
- **9:45** **Αγώνας E-BIKE MTB Point to Point Μεγάλη Διαδρομή 43χλμ.**
- **10:00** Εκκίνηση 3ου ΕΤΑΠ Bike Odyssey
- **10:05** **Αγώνας MTB Point to Point Μεγάλη Διαδρομή 43χλμ.**
- **10:15** **Αγώνας MTB Point to Point Μικρή Διαδρομή 26 χλμ.**
- **13:30** **Απονομές**

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

Ο αγώνας θα πραγματοποιηθεί στην περιοχή του δήμου Αμφίκλειας - Ελάτειας με εκκίνηση και τερματισμό την **Κεντρική Πλατεία της Κάτω Τιθορέας**.

ΔΙΑΔΡΟΜΕΣ

Μεγάλη Διαδρομή (~43 χλμ.) Η εκκίνηση θα δοθεί στην κεντρική πλατεία της Κάτω Τιθορέας, στη συνέχεια οι ποδηλάτες θα περάσουν πάνω από την αερογέφυρα και από



εκεί μέσα από χωματόδρομο οι ποδηλάτες θα φτάσουν στην Αγία Παρασκευή. Μέσω χωματόδρομου και μονοπατιών θα κατευθυνθούν στην Αγία Μαρίνα. . Από την Αγία Μαρίνα οι ποδηλάτες ανηφορίζουν προς τη θέση Χουμπάου και από εκεί μέσω χωματόδρομου θα πάνε στην Ιερά Μονή Παναγίας. Στη συνέχεια ποδηλατώντας σε άσφαλτο και παλιό μονοπάτι φτάνουν στην Αγία Μαρίνα, ύστερα πάνε στην Τιθορέα και από εκεί μέσω από χωματόδρομο θα φτάσουν στην Κάτω Τιθορέα όπου και θα τερματίσουν.

Μικρή Διαδρομή (~26χλμ). Είναι παρόμοια με τη μεγάλη διαδρομή. Η διαφορά τους έγκειται στο ότι στο κομμάτι μεταξύ Αγίας Μαρίας και Τιθορέας η διαδρομή δεν ανεβαίνει πιο ψηλά στο βουνό, κινείται από άλλο χωματόδρομο και καταφτάνει πιο άμεσα στην Τιθορέα.

ΔΗΛΩΣΕΙΣ ΣΥΜΜΕΤΟΧΗΣ

Δικαίωμα συμμετοχής έχουν όλοι οι αθλητές/τριες με δελτίο Ε.Ο.ΠΟΔΗΛΑΣΙΑΣ σε ισχύ για το 2023. Για τους ποδηλάτες - μέλη σωματείων, θα πρέπει τα σωματεία να αποστείλουν τη φόρμα συμμετοχής τους με e-mail στο **admin@bncycling.com** Η φόρμα συμμετοχής αποστέλλεται ηλεκτρονικά σε κάθε Σωματείο, ενώ υπάρχει αναρτημένη στην ιστοσελίδα του www.mtbxpert.gr και η δήλωση για τις sportive κατηγορίες.

Στην κατηγορία Sportive, οι συμμετέχοντες δεν μπορούν να έχουν ενεργό δελτίο σε κάποια αγωνιστική κατηγορία, όπως αυτές αναφέρονται παραπάνω. Υποχρεούνται επίσης, να προσκομίσουν πιστοποιητικό ικανότητας άθλησης (Βεβαίωση Ιατρού, κάρτα υγείας, κ.λπ.), καθώς και κάποιο έγγραφο ταυτοποίησης, εφόσον τους ζητηθεί.

Δηλώσεις συμμετοχής θα γίνονται δεκτές μέχρι την Τρίτη 12/09/2023 και ώρα 11:59π.μ.

Το παράβολο συμμετοχής ορίζεται στα 25€



Το παράβολο συμμετοχής θα καταβληθεί στον παρακάτω τραπεζικό λογαριασμό

ΕΘΝΙΚΗΣ ΤΡΑΠΕΖΑΣ:

ΑΡΙΘΜΟΣ ΛΟΓΑΡΙΑΣΜΟΥ: 87000310620

IBAN ΛΟΓΑΡΙΑΣΜΟΥ: GR3401108700000087000310620

ΤΡΑΠΕΖΑΣ ΠΕΙΡΑΙΩΣ:

ΑΡΙΘΜΟΣ ΛΟΓΑΡΙΑΣΜΟΥ: 5078107182745

IBAN ΛΟΓΑΡΙΑΣΜΟΥ : GR5801720780005078107182745

ΚΑΙ ΓΙΑ ΤΟΥΣ ΔΥΟ ΛΟΓΑΡΙΑΣΜΟΥΣ 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 θα προσέλθουν στην Γραμματεία με τα δελτία των αθλητών τους για επίδειξη δελτίων, και παραλαβή των αριθμών του αγώνα. 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 και επίδειξη της ατομικής Κάρτας Υγείας, ανά κατηγορία και ανά ομάδα, μέχρι και 30' πριν την έναρξη της κατηγορίας τους, με την αγωνιστική τους εμφάνιση και τον αριθμό πλάτης, τοποθετημένο.

Τεχνική Ενημέρωση από τον Αλυτάρχη στους Αρχηγούς των ομάδων θα γίνει στις 09:15 στον χώρο της Γραμματείας.

ΚΑΝΟΝΙΣΜΟΙ

Ο αγώνας διεξάγεται με τους κανονισμούς της ΕΟ Ποδηλασίας και της UCI, για ότι δεν προβλέπεται στους κανονισμούς της ΕΟΠ

ΕΙΔΙΚΟΙ ΚΑΝΟΝΙΣΜΟΙ

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.

ΤΡΟΦΟΔΟΣΙΑ/ΥΔΡΟΔΟΣΙΑ ΚΑΙ ΠΑΡΟΧΗ ΤΕΧΝΙΚΗΣ ΒΟΗΘΕΙΑΣ: Ο διοργανωτής θα ανακοινώσει με γραπτή ενημέρωση, με τις ακριβείς τοποθεσίες και τις



γεωγραφικές συντεταγμένες κάθε σταθερού σημείου τροφοδοσίας (FTA Zone) σε κάθε ΕΤΑΠ, για ενημέρωση και γνώση αθλητών και των συνοδών αυτών. Η εναπόθεση απορριμμάτων των αθλητών θα γίνεται μόνον στις προκαθορισμένες Ζώνες (Litter Zones), που θα ανακοινωθούν.

Απαγορεύεται οποιαδήποτε εξωτερική βοήθεια ακόμα και μεταξύ αθλητών της ίδιας ομάδας, σε σημεία εκτός των προκαθορισμένων ως Ζώνες Τεχνικής Βοήθειας. 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

Για την κατηγορία Μάστερς θα γίνονται ξεχωριστές απονομές ανά age group (30-39, 40-49, 50-59, 60+) μόνο εφόσον συμμετέχουν τέσσερις τουλάχιστον ποδηλάτες ανά κατηγορία. Αντίστοιχα και στην κατηγορία Νέων Ανδρών (19-23).

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

Οι απονομές επάθλων θα πραγματοποιηθούν στις 13:30 στην Κεντρική πλατεία της Κάτω Τιθορέας.

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 Ε.Ο.Π. και όπου δεν προβλέπεται, της UCI.

ΑΛΥΤΑΡΧΗΣ ΑΓΩΝΩΝ Θα ανακοινωθεί από την Ε.Ο.Π.

ΔΙΕΥΘΥΝΤΗΣ ΑΓΩΝΑ Τσαμουδάκη Αφροδίτη, 6979973675



ΠΛΗΣΙΕΣΤΕΡΟ ΝΟΣΟΚΟΜΕΙΟ Ή ΚΕΤΡΟ ΥΓΕΙΑΣ

Το πλησιέστερο νοσοκομείο είναι το νοσοκομείο υγείας και το πλησιέστερο κέντρο υγείας είναι το κέντρο υγείας Αμφίκλειας.

ΑΠΟΔΟΧΗ ΣΥΜΜΕΤΟΧΗΣ – ΠΡΟΣΩΠΙΚΑ ΔΕΔΟΜΕΝΑ

- I. Με τη 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.
- III. 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.λ.π.

ΡΥΘΜΙΣΗ ΑΠΡΟΒΛΕΠΤΩΝ ΘΕΜΑΤΩΝ:

Για ότι δεν προβλέπεται από την προκήρυξη αποφασίζεται επιτόπου από την Αγωνόδοκο Επιτροπή. Οι αθλητές/τριες συμμετέχουν στους αγώνες με δικιά τους ευθύνη και ο διοργανωτής δεν έχει καμία υποχρέωση για κάθε ενδεχόμενο ατύχημα ως και φθορά ή απώλεια αγωνιστικού υλικού, ενδυμάτων κλπ. Οι διοργανωτές έχουν το δικαίωμα να συμπτύξουν κατηγορίες σύμφωνα με τους Κανονισμούς της ΕΟΠ και να τροποποιήσουν το πρόγραμμα των αγώνων και την διαδρομή σε περίπτωση που για λόγους ανωτέρας βίας δεν είναι δυνατή και ασφαλής η πρόσβαση για τους αγωνιζόμενους σε όλα τα σημεία της διαδρομής.

Στους αγώνες θα εφαρμοστεί το εν ισχύ υγειονομικό πρωτόκολλο της ΕΟΠ



ΧΑΡΤΗΣ/ΥΨΟΜΕΤΡΙΚΟ ΔΙΑΓΡΑΜΜΑ ΔΙΑΔΡΟΜΗΣ

Μεγάλη Διαδρομή (~43 χλμ.)





Μικρή Διαδρομή (~26χλμ)

