

ΠΡΟΚΗΡΥΞΗ

Lamia Night & Run 2016 – 14 Μαΐου 2016

I. ΓΕΝΙΚΑ ΣΤΟΙΧΕΙΑ

Η ΕΡΙΒΩΛΟΣ ΦΘΙΑ Κοιν.Σ.Επ. και η Περιφέρεια Στερεάς Ελλάδας προκηρύσσουν τον 3^ο **Νυχτερινό Αγώνα** στη πόλη της Λαμίας με τίτλο **Lamia Night & Run® 2016**, μια δέσμη αγώνων που περιλαμβάνει αγώνα δρόμου 10.000 μέτρων, αγώνα δρόμου 4.200 μέτρων και αγώνα δρόμου 500μ για παιδιά ΑμΕΑ.

Οι αγώνες αυτοί με τον τίτλο **Lamia Night & Run® 2016** ανήκουν στην **κατηγορία City Run** και έχουν κυκλική πορεία στους ασφάλτινους δρόμους της πόλης. Η διαδρομή των 10.000 μέτρων είναι **επίσημα μετρημένη - πιστοποιημένη διαδρομή** από την **IAFF/AIMS**.

Οι διαδρομές είναι ασφαλείς, παρότι διεξάγονται νυχτερινή ώρα, καθώς διατρέχουν φωτισμένους δρόμους της πόλης. **Κώνιοι σήμανσης έργων** θα έχουν τοποθετηθεί κατά μήκος της διαδρομής και θα χαραχθεί **γραμμή χρώματος μπλε** (με ειδικά ανακλαστικά υαλοσφαιρίδια), η οποία θα είναι ενδεικτική και θα την ακολουθούν οι αθλητές των 10.000 μ. Οι αθλητές διανύουν την καθορισμένη κυκλική απόσταση των 5.000μ. δύο φορές (2 X 5.000 μ). Έτσι ολοκληρώνουν την διαδρομή των 10.000 μ.

Οι αθλητές της διαδρομής των 4.200 μ. θα ακολουθήσουν ένα τμήμα της διαδρομής αυτής.

II. ΟΡΟΙ ΣΥΜΜΕΤΟΧΗΣ

1. Ημερομηνία Διεξαγωγής Αγώνων

Σάββατο 14 Μαΐου 2016

2. Αφετηρία - Τερματισμός

α) Ο Αγώνας 10.000 μ. έχει αφετηρία στην πλατεία Ελευθερίας και τερματισμό στο ίδιο σημείο.

β) Ο Αγώνας 4.200 μ. έχει αφετηρία επίσης στην πλατεία Ελευθερίας και τερματισμό στο ίδιο σημείο.



γ) Ο Αγώνας 500 μέτρων για παιδιά ΑμεΑ έχει ομοίως αφετηρία στην πλατεία Ελευθερίας και τερματισμό στο ίδιο σημείο.

3. Στοιχεία Αγώνων:

α) Αγώνας 10.000 μέτρων - Ώρα εκκίνησης: 20.30μ.μ.

Συνοπτική περιγραφή της Διαδρομής: Η εκκίνηση του αγώνα δίνεται στην αψίδα που θα είναι στημένη στην πλατεία Ελευθερίας, στο κέντρο της πόλεως. Ανηφορική με ελαφρά κλίση οδός θα οδηγήσει τους δρομείς προς το Δημαρχείο και το Κάστρο. Από το 2^ο έως το 3^ο χιλιόμετρο είναι επίπεδη και από το 3^ο έως και τα 4,2 χλμ. οι δρομείς τρέχουν σε κατηφορικό τμήμα. Η συνέχεια γίνεται σε κεντρικό δρόμο που οδηγεί στο 5^ο χλμ, όπου οι αθλητές διέρχονται ξανά από το σημείο εκκίνησης (που συμπίπτει με τον τερματισμό). Οι αθλητές συνεχίζουν να τρέχουν στην ίδια διαδρομή για δεύτερη φορά και τερματίζουν στην πλατεία Ελευθερίας.

Αναλυτικές πληροφορίες σχετικά με τη διαδρομή μπορείτε να βρείτε στο επίσημο site της διοργάνωσης: <http://www.lamiarunfestival.gr/>

β) Αγώνας Δρόμου 4.200μέτρων - Ώρα εκκίνησης: Λίγα λεπτά μετά την αναχώρηση των τελευταίων δρομέων των 10.000 μ.

Συνοπτική περιγραφή της διαδρομής: Η εκκίνηση και αυτού του αγώνα δίνεται στην αψίδα που θα είναι στημένη στην πλατεία Ελευθερίας, στο κέντρο της πόλεως. Ανηφορική με ελαφρά κλίση οδός θα οδηγήσει τους δρομείς προς το Δημαρχείο και το Κάστρο, που είναι στο 3^ο χιλιόμετρο, και μετά ακολουθεί κατηφορικό τμήμα και επίπεδο τμήμα μέχρι τον τερματισμό (που συμπίπτει με την εκκίνηση) .

Αναλυτικές πληροφορίες σχετικά και με αυτή τη διαδρομή μπορείτε να βρείτε στο επίσημο site της διοργάνωσης: <http://www.lamiarunfestival.gr/>

γ) Αγώνας Δρόμου 500 μέτρων για παιδιά ΑμεΑ - Ώρα εκκίνησης: (Θα συμφωνηθεί με τους αρμόδιους συνοδούς, όπως και κάθε άλλη ειδική λεπτομέρεια).

4. Δικαίωμα Συμμετοχής

- ✓ Για να συμμετάσχουν κάποιοι στον αγώνα δρόμου 10.000μ., θα πρέπει να έχουν συμπληρώσει το 18^ο έτος της ηλικίας τους (γεννηθέντες το 1998 και μετά). Για αθλητές/-τριες μικρότερης ηλικίας απαιτείται γραπτή άδεια από γονέα ή κηδεμόνα.
- ✓ Στον αγώνα δρόμου των 4.200μ. συμμετέχουν όλοι ανεξαρτήτου ηλικίας.

5. Διακρίσεις – Έπαθλα

- ✓ Σε όλους τους δρομείς που θα τερματίσουν στα 10.000μ., 4.200μ. και 500μ. θα δοθεί μετάλλιο.
- ✓ Κύπελλα θα απονεμηθούν στους τρεις πρώτους αθλητές και στις τρεις πρώτες αθλήτριες των 10.000μ.
- ✓ Κύπελλα θα απονεμηθούν στους τρεις πρώτους αθλητές και στις τρεις πρώτες αθλήτριες των 4.200μ.
- ✓ Κύπελλα θα απονεμηθούν στον πρώτο αθλητή και στην πρώτη αθλήτρια των 10.000μ. από τον Δήμο Λαμιέων όπως έχει δηλωθεί στην φόρμα εγγραφής του.
- ✓ καθώς και στις τρεις (3) πρώτες ομάδες (εφόσον θα δηλωθούν ομαδικές συμμετοχές).
- ✓ Ανάρτηση της τελικής κατάταξης των αθλητών ανά φύλο θα γίνει στην επίσημη ιστοσελίδα του Lamia Run Festival 2016.

III. Δηλώσεις Συμμετοχής

Οι δηλώσεις συμμετοχής για τον Αγώνα 10.000μ., τον Αγώνα 4.200μ. και τον Αγώνα 500μ, θα πρέπει να γίνουν **έως τη:**

Δευτέρα, 09 Μαΐου 2016

Η Εγγραφή γίνεται με δύο τρόπους:

στην ηλεκτρονική διεύθυνση: <http://www.lamiarunfestival.gr/>

και Στα Γραφεία της Διοργάνωσης, **Διάκου 8, Λαμία**

Οι εγγραφές διακρίνονται σε:

- ✓ **Ατομικές**, οι οποίες γίνονται από μεμονωμένα άτομα.



- ✓ **Ομαδικές**, για πέντε (5) τουλάχιστον άτομα και **μόνον** στον αγώνα δρόμου 10.000 μέτρων. Οι ομαδικές εγγραφές απευθύνονται σε αθλητικούς συλλόγους, συλλόγους δρομέων, γυμναστήρια, εταιρείες, σχολεία, ιδιωτικούς και δημόσιους οργανισμούς, ταξιδιωτικά γραφεία, αλλά και απλές παρέες ανθρώπων που επιθυμούν να συμμετάσχουν ως ομάδα. Κατά την ομαδική εγγραφή ορίζεται ένας Αρχηγός της Ομάδας, ο οποίος μπορεί να είναι και ο ίδιος δρομέας, μπορεί και όχι. Σε κάθε περίπτωση ο Αρχηγός της Ομάδας εκπροσωπεί την ομάδα για διάφορα θέματα έναντι των διοργανωτών.

IV. Κόστος Συμμετοχής

Το κόστος συμμετοχής στον αγώνα δρόμου 10.000μ. είναι **10 ευρώ** ανά άτομο και στον αγώνα 4.200μ. είναι **5 ευρώ** ανά άτομο.

Το κόστος συμμετοχής στον αγώνα δρόμου για παιδιά ΑμΕΑ είναι **5 ευρώ** ανά άτομο.

Τρόποι Πληρωμής:

- ✓ *Με κατάθεση σε τραπεζικό λογαριασμό*

στην Εθνική Τράπεζα 396/545304-66 – ΚΟΙΝΩΝΙΚΗ ΣΥΝΕΤΑΙΡΙΣΤΙΚΗ
ΕΡΙΒΩΛΟΣ ΦΘΙΑ

IBAN: GR4101103960000039654530466

ΠΡΟΣΟΧΗ: Στην αιτιολογία κατάθεσης πρέπει απαραίτητα να δηλώσετε το ονοματεπώνυμό σας (και για πιθανές συνωνυμίες και το πατρώνυμό σας).

Επίσης:

- ✓ *Στα γραφεία της διοργάνωσης στη Λαμία την ώρα της εγγραφής σας.*

Γραφεία Διοργάνωσης, **Διάκου 8, Λαμία**

Ημέρες Λειτουργίας: **Δευτέρα - Κυριακή από 01 Απριλίου 2016 και μετά**

Ώρες Λειτουργίας: **10:00 – 13:00 και 18:00 – 21:00**

ΠΡΟΣΟΧΗ: Οι εγγραφές θα διαρκέσουν έως την **Δευτέρα 09 Μαΐου 2016** και η κατάθεση χρημάτων θα διαρκέσει έως την Τρίτη 10 Μαΐου 2016.

Για να είναι έγκυρη η εγγραφή θα πρέπει να ακολουθήσει κατάθεση του ποσού συμμετοχής στο λογαριασμό της διοργάνωσης ή στα γραφεία της, Διάκου 8 Λαμία, έως την Τρίτη 10 Μαΐου 2016.

V. Παροχές στους Συμμετέχοντες

Στους συμμετέχοντες των 10.000μ θα δοθούν :

- ✓ Τεχνικό T-Shirt **Saucony**
- ✓ Αριθμός εγγραφής (**Bib**) με γραμμένο και το ονοματεπώνυμο.
- ✓ Chip χρονομέτρησης.
- ✓ Αναμνηστικό μετάλλιο συμμετοχής.
- ✓ Δώρα χορηγών.
- ✓ Στα γραφεία της διοργάνωσης θα υπάρχει χώρος όπου θα μπορούν οι αθλητές να αφήνουν τα προσωπικά τους είδη και να τα παραλαμβάνουν στον τερματισμό.
- ✓ Νερό – Ισοτονικό στη διαδρομή και κατά τη λήξη του αγώνα.

Στους συμμετέχοντες των 4.200μ θα δοθούν :

- ✓ Τεχνικό T-Shirt
- ✓ Αριθμός εγγραφής (**Bib**).
- ✓ Chip χρονομέτρησης.
- ✓ Αναμνηστικό μετάλλιο συμμετοχής.
- ✓ Δώρα χορηγών.
- ✓ Στα γραφεία της διοργάνωσης θα υπάρχει χώρος όπου θα μπορούν οι αθλητές να αφήνουν τα προσωπικά τους είδη και να τα παραλαμβάνουν στον τερματισμό.
- ✓ Νερό – Ισοτονικό στη διαδρομή και κατά τη λήξη του αγώνα.

Στους συμμετέχοντες στον αγώνα δρόμου για παιδιά ΑμΕΑ θα δοθούν :

- ✓ Τεχνικό T-Shirt
- ✓ Αριθμός εγγραφής (**Bib**).
- ✓ Αναμνηστικό μετάλλιο συμμετοχής.
- ✓ Δώρα χορηγών.
- ✓ Στα γραφεία της διοργάνωσης θα υπάρχει χώρος όπου θα μπορούν οι αθλητές να αφήνουν τα προσωπικά τους είδη και να τα παραλαμβάνουν στον τερματισμό.

VI. Μέγας Χορηγός

Μέγας Χορηγός της Διοργάνωσης είναι η Εταιρεία ΚΑΡΑΦΕΡΗΣ ΕΠΕ.

VII. Χρηματικά Έπαθλα

Στους 3 πρώτους Αθλητές των 10.000μ. θα δοθούν:

| Θέση | Άνδρες | Γυναίκες |
|------|--------|----------|
| 1 | 200€ | 200€ |
| 2 | 100€ | 100€ |
| 3 | 50€ | 50€ |
| ΣΥΝ: | 350€ | 350€ |

Οι παραπάνω αμοιβές – χρηματικά έπαθλα των αθλητών – αθλητριών υπόκεινται σε κράτηση φόρου, σύμφωνα με την Ελληνική νομοθεσία. Τα χρηματικά έπαθλα θα πληρωθούν με μη επιστρεφόμενη ταχυδρομική επιταγή, που θα σταλεί στη διεύθυνση, που ο αθλητής θα συμπληρώσει στη φόρμα εγγραφής του.

VIII. Υγειονομική Κάλυψη

Σε κάθε περίπτωση όλοι οι αγωνιζόμενοι συμμετέχουν με αποκλειστικά δική τους ευθύνη.



Οι διοργανωτές δεν έχουν καμία ευθύνη για ό,τι συμβεί σχετικά με θέματα ΥΓΕΙΑΣ που θα οφείλονται σε έλλειψη προληπτικού ιατρικού ελέγχου. Επίσης δεν φέρουν ευθύνη για τυχόν ατύχημα που θα προκύψει κατά τη διεξαγωγή του αγώνα.

Από τους διοργανωτές δε θα ζητηθούν ιατρικές βεβαιώσεις για κανένα αθλητή/-τρια, αφού όλοι οι συμμετέχοντες/-ουσες αγωνίζονται με δική τους αποκλειστική ευθύνη και οι ανήλικοι με ευθύνη των γονέων ή κηδεμόνων τους.

Όχημα του ΕΚΑΒ θα καλύπτει τη διοργάνωση.

ΙΧ. Σταθμοί Υποστήριξης – Χιλιομετρικές Ενδείξεις

- ✓ Κατά μήκος της διαδρομής των 10.000μ. και των 4.200μ. θα υπάρχουν σταθμοί υποστήριξης των δρομέων. Ο αγώνας των 10.000μ. θα έχει τέσσερις (4) σταθμούς εφοδιασμού.
- ✓ Στον αγώνα των 10.000μ. θα υπάρχουν τέσσερις σταθμοί στο 2χλμ και στο 7χλμ που θα παρέχει μόνο νερό και στο 3,8χλμ. και στο 8,8χλμ που θα παρέχει νερό και ιστονικά.
- ✓ Στον αγώνα των 4.200μ. θα υπάρχουν δύο σταθμοί στο 2χλμ και στο 3,8χλμ που θα παρέχει μόνο νερό.
- ✓ Σε κάθε χιλιόμετρο της διαδρομής του Αγώνα 10.000μ. θα υπάρχει χιλιομετρική ένδειξη.
- ✓ Θα υπάρχει γραμμή χρώματος μπλε (με ειδικά ανακλαστικά υαλοσφαιρίδια).
- ✓ Την ηλεκτρονική χρονομέτρηση καθώς και την έκδοση των αποτελεσμάτων έχει αναλάβει εταιρεία επίσημης χρονομέτρησης. Για το λόγο αυτό όλοι οι συμμετέχοντες δρομείς θα πρέπει να φορούν το chip χρονομέτρησης που θα παραλάβουν μαζί με τον αριθμό συμμετοχής τους και το ονοματεπώνυμό τους από το Κέντρο Εγγραφών.

Χ. Παραλαβή πακέτου συμμετοχής από το Κέντρο Εγγραφών

- ✓ Τόπος: Διάκου 8 – Λαμία
- ✓ Από 13^η Μαΐου έως και την ημέρα διεξαγωγής του αγώνα μέχρι τις 18:00 μ.μ.

ΧΙ. Κοινωνική Ευθύνη

Μέρος των εσόδων θα δοθεί για φιλανθρωπικό σκοπό.



XII. Στοιχεία Επικοινωνίας

- ✓ Ιστοσελίδα: <http://www.lamiarunfestival.gr/>
 - ✓ E-mail: lamiarun@gmail.com
 - ✓ Γραφείο - Κέντρο Εγγραφών: **Διάκου 8, Λαμία.**
 - ✓ Τηλέφωνο: **6936763626, Αποστολόπουλος Κων/νος**
-

Ο Πρόεδρος της Οργανωτικής Επιτροπής

Κωνσταντίνος Ν. Αποστολόπουλος

