

# ΠΡΟΚΗΡΥΞΗ

«11<sup>ου</sup> Αγώνα ορεινού τρεξίματος Ξηρολιβάδου Βέροιας (14χλμ.)»

Κυριακή 16 Ιουλίου 2023

Ο Σύλλογος δρομέων Βέροιας ,με το Αθλητικό τμήμα του Κ.Α.Π.Α. Δήμου Βέροιας και την υποστήριξη της της Αντιπεριφέρειας Ημαθίας, διοργανώνουν τον **11<sup>ο</sup> Αγώνα ορεινού τρεξίματος Ξηρολιβάδου και του παιδικού Αγώνα 1500μ ηλικιών (7ετων έως 15ετων)**

Τον αγώνα υποστηρίζουν ο συνεταιρισμός διαχείρισης συνιδιοκτησίας Ξηρολιβάδου, ο Π.Ο.Ξ. (Πολιτιστικός Όμιλος Ξηρολιβάδου) .

**1. Ημερομηνία διεξαγωγής αγώνα 14χλμ : Κυριακή 16 Ιουλίου 2023**

**2. Ώρα και τόπος εκκίνησης 14χλμ.:** 9:15πμ από το κεντρικό πάρκο του χωριού Ξηρολίβαδο Βέροιας.

**3. Δηλώσεις συμμετοχής:**

Η δήλωση συμμετοχής θα πρέπει να έχει γίνει έως την **Δευτέρα 10 Ιουλίου** κάνοντας κλικ στον ηλεκτρονικό σύνδεσμο εγγραφών **Φόρμα συμμετοχής** και συμπληρώνοντας όλα τα στοιχεία της ηλεκτρονικής φόρμας.

**4. Κόστος συμμετοχής του αγώνα.** Το κόστος συμμετοχής είναι 10 ευρώ. Τα χρήματα θα κατατίθενται στη **Τράπεζα Πειραιώς** στον λογαριασμό με IBAN: **GR75 0172 2430 0052 4308 5986 552** στο όνομα: ΜΟΡΦΩΤΙΚΟΣ & ΑΘΛΗΤΙΚΟΣ ΣΥΛΛΟΓΟΣ ΔΡΟΜΕΩΝ ΒΕΡΟΙΑΣ, θα πρέπει με την κατάθεση των χρημάτων **να δηλώσετε το ονοματεπώνυμο σας**. Τυχόν ακύρωση συμμετοχής έως την Δευτέρα 10 Ιουλίου στο e-mail του συλλόγου: [syldrover@gmail.com](mailto:syldrover@gmail.com)

Δηλώσεις της τελευταίας στιγμής (την ίδια ημέρα) θα γίνουν δεκτές εφόσον δεν έχει υπερβεί ο αριθμός των 500 δρομέων και για περιορισμένο αριθμό, αλλά παρακαλούμε να μην το αφήσετε για την τελευταία στιγμή διότι θα δημιουργήσετε πρόβλημα στη διοργάνωση.

Οι δηλώσεις συμμετοχής για τον αγώνα των μικρών παιδιών θα γίνει το Σάββατο 15/7 μεταξύ 18:00 και 20:00 από το κιόσκι του πάρκου του Ξηρολιβάδου και την Κυριακή 16/7 Ιουλίου έως 45 λεπτά πριν την εκκίνηση από το ίδιο μέρος, υπογράφοντας οι γονείς υπεύθυνη δήλωση ότι επιτρέπουν το παιδί τους να συμμετάσχει στον αγώνα και ότι έχει εξεταστεί πρόσφατα από γιατρό.

**ΠΡΟΣΟΧΗ:** Οι δρομείς συμμετέχουν με δική τους **ΑΠΟΚΛΕΙΣΤΙΚΗ ΕΥΘΥΝΗ** και θα πρέπει να έχουν εξεταστεί από γιατρό πριν από τη συμμετοχή τους λόγω και της ιδιαιτερότητας του αγώνα. Δεν θα ζητηθούν ιατρικές βεβαιώσεις για κανέναν αθλητή/τρια, αφού όλοι οι συμμετέχοντες/ουσες αγωνίζονται με δική τους αποκλειστική ευθύνη και οι ανήλικοι με ευθύνη των κηδεμόνων τους. Οι συμμετέχοντες υπογράφουν «τσεκάροντας» κατά την

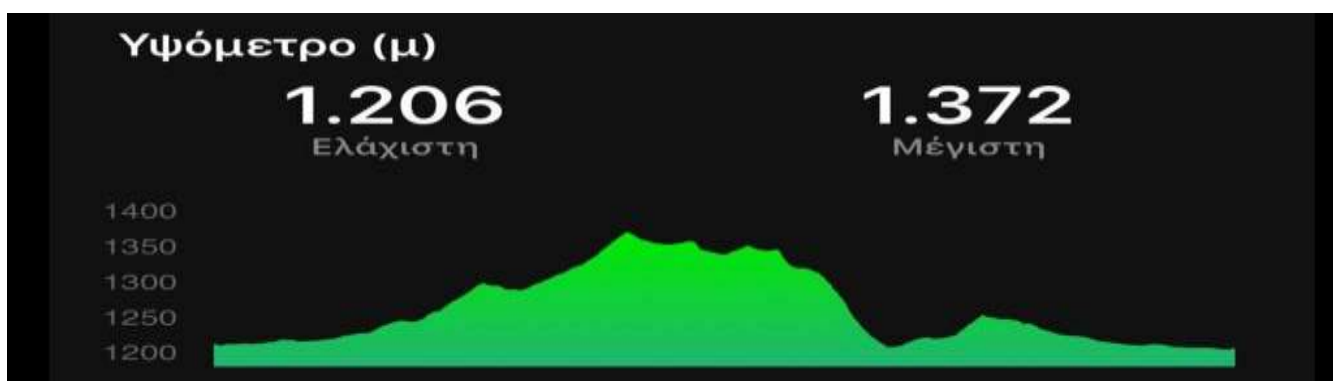
ηλεκτρονική τους εγγραφή την υπεύθυνη δήλωση ότι έχουν εξεταστεί πρόσφατα από γιατρό.

### **5. Περιγραφή Αγώνα :**

Το **Ξηρολίβαδο** αντίθετα με την ονομασία του είναι ένα καταπράσινο λιβάδι σε υψόμετρο 1230μέτρα περιτριγυρισμένο από υπεραιωνόβια μαυρόπευκα και οξιές. Βρίσκεται στο Βέρμιο σε απόσταση 18χιλιομέτρων από τη Βέροια. Από τη Βέροια παίρνουμε το δρόμο για Σέλι και στο 9<sup>ο</sup> χιλιόμετρο στρίβουμε αριστερά για Ξηρολίβαδο.

Ο αγώνας είναι 14 χιλιόμετρα μέσα σε δασική περιοχή σε πανέμορφο τοπίο, με μικρές αυξομειώσεις ανηφόρας & κατηφόρας (συνολική θετική υψομετρική 190 μέτρα περίπου) αλλά και σε πολλά σημεία με μονοπάτια που ξεκουράζουν τον δρομέα χωρίς μεγάλες η και καθόλου κλίσεις (**ο γρηγορότερος και ευκολότερος ορεινός αγώνας με υψόμετρο πάνω από 1230μ, στην Ελλάδα**).

Θα υπάρχει ατομική ηλεκτρονική χρονομέτρηση για όλους τους συμμετέχοντες.



**6. Καταλύματα:** Προτεινόμενα καταλύματα σε σχέση με την απόσταση από το χωριό του Ξηρολιβάδου:

- **ΝΤΟΥΚΑΤΑ** στο χωριό του Ξηρολιβάδου. Τηλέφωνο: 6978181922
- **ΚΑΨΑΛΗΣ** μόλις 8 χλμ. από το χωριό του Ξηρολιβάδου. Τηλέφωνο: 2331044421
- **ΛΟΖΙΤΣΙ** στην διασταύρωση Βεροίας-Σελίου σε απόσταση 12χλμ. από το χωριό του Ξηρολιβάδου. Τηλέφωνο: 2331022327

### **7. Ωρολόγιο πρόγραμμα.**

**Σάββατο 15 Ιουλίου 2023**

18:00 με 20:00 παραλαβή αριθμών (από το κίосκι της παιδικής χαράς του Ξηρολιβάδου)

**Κυριακή 16 Ιουλίου 2023**

07:00 έως 08:30 παραλαβή αριθμών

09:00 Εκκίνηση παιδικού αγώνα «Γύρος λίμνης 1500μ»

09:15 Εκκίνηση αγώνα ορεινού τρεξίματος 14χλμ

11:30 Απονομές

**8. Ιατρική κάλυψη αγώνα:** Θα υπάρχει ιατρική κάλυψη πρώτες βοήθειες στον τερματισμό και κατά το μήκος της διαδρομής. Ασθενοφόρο της ιδιωτικής κλινικής ΕΥΑΓΓΕΛΙΣΜΟΣ θα παρευρίσκεται στον χώρο του τερματισμού αλλά και κατά την διαδρομή.

**9. Τροφοδοσία:** Νερά θα υπάρξουν περίπου στο 5χιλιόμετρο και νερά σε μπουκάλι & ισotonικά στο 10<sup>ο</sup>χιλιόμετρο, ενώ στον τερματισμό οι δρομείς θα πιούν νερό από παρακείμενη βρύση.

Οι σταθμοί τροφοδοσίας θα να είναι ταυτόχρονα και σημεία ελέγχου.

*Οι αθλητές είναι υποχρεωμένοι να έχουν σε εμφανές σημείο τον αριθμό τους, ώστε να τους καταγράφουν οι κριτές. Σε περίπτωση που κάποιος αθλητής φέρει τον αριθμό κάτω από ρούχα, θα πρέπει φτάνοντας στο σταθμό ελέγχου να φροντίσει να επιδείξει τον αριθμό του. Άρνηση επίδειξης του αριθμού σημαίνει αποκλεισμό.*

#### **10. Ηλικιακές κατηγορίες, Έπαθλα & χρηματικό έπαθλο:**

Θα βραβευθούν οι τρεις (3) πρώτοι άνδρες και οι τρεις (3) πρώτες γυναίκες της γενικής κατάταξης, καθώς και οι αντίστοιχοι πρώτοι νικητές των ηλικιακών κατηγοριών οι οποίες είναι με βάση τα ηλικιακά όρια / ανά κατηγορία της IAAF:

Για τους άνδρες ανά πενταετία: 18 έως 34, 35-39,40-44, 45-49, 50-54, 55 και άνω.

Για τις γυναίκες ανά δεκαετία:18 έως 34, 35-44, 45 και άνω.

Σε όλους τους δρομείς που θα τερματίσουν θα δοθεί αναμνηστικό μετάλλιο.

**Οι νικητές της γενικής δεν συμμετέχουν στις ηλικιακές κατηγορίες.**

Στον πρώτο νικητή του αγώνα θα δοθεί χρηματικό έπαθλο 150€.

**11. Παραλαβή αριθμών:** Η παραλαβή των αριθμών θα γίνει το Σάββατο 15 Ιουλίου από το κίosκι του πάρκου του Ξηρολιβάδου, μεταξύ 18:00 και 20:00 και την Κυριακή 16 Ιουλίου έως 45 λεπτά πριν την εκκίνηση από το ίδιο μέρος.

**12. Αποτελέσματα του αγώνα:** Τα αποτελέσματα του αγώνα θα ανακοινώνονται άμεσα και μετά τον τερματισμό του κάθε δρομέα στο διαδίκτυο στην ιστοσελίδα της διοργάνωσης και η κατάταξη των αθλητών θα γίνει με βάση την επίδοση που καταγράφηκε με το πιστόλι εκκίνησης (guntime) και όχι με την επίδοση διέλευσης από την γραμμή εκκίνησης (nettime).

**13. ΜΕΤΡΑ ΑΣΦΑΛΕΙΑΣ ΔΡΟΜΕΩΝ.** Οι συμμετέχοντες δρομείς θα πρέπει να είναι ιδιαίτερα προσεκτικοί στην κίνησή τους στα δύσκολα σημεία της διαδρομής και οφείλουν να σέβονται τους υπόλοιπους συναθλητές τους, να μην αλληλο-εμποδίζονται στην προσπάθειά τους, να επιτρέπουν σε πιο γρήγορους δρομείς να τους προσπεράσουν και γενικά να μην εμποδίζουν την ομαλή διεξαγωγή του αγώνα. Η εποπτεία – επιτήρηση της διαδρομής του αγώνα θα γίνεται με ειδικές ομάδες ασφάλειας, αναζήτησης και διάσωσης και παροχής ιατρικής βοήθειας. Το προσωπικό ασφάλειας και οι κριτές θα έχουν την δυνατότητα να υποδείξουν στους αθλητές ότι πρέπει να αλλάξουν κατεύθυνση για λόγους ασφάλειας ή να διακόψουν την προσπάθεια εφόσον ο γιατρός κρίνει ότι κάποιος αθλητής κινδυνεύει. Άρνηση συμμόρφωσης θα σημαίνει αποκλεισμό από τον αγώνα. Σε περίπτωση έκτακτης ανάγκης και μετά από σχετική εισήγηση των γιατρών του αγώνα θα επεμβαίνει όχημα έκτακτης ανάγκης κατά μήκος της διαδρομής προκειμένου να γίνει περισυλλογή και διακομιδή. Σε περίπτωση τραυματισμού αθλητή, θα πρέπει να ειδοποιηθεί άμεσα το προσωπικό της διοργάνωσης καθώς και οι Εθελοντές – Διασώστες που καλύπτουν τη διαδρομή, από τους αθλητές που θα αντιληφθούν τέτοιο περιστατικό. Τέλος, οι συμμετέχοντες αθλητές δεν επιτρέπεται να χρησιμοποιούν φορητές συσκευές ήχου (MP3

κ.α.) προκειμένου να είναι σε θέση να αντιληφθούν καταστάσεις κινδύνου (πτώσεις βράχων, πτώση συναθλητών, κάλεσμα σε βοήθεια κ.α.), ιδιαίτερα αν οι καιρικές συνθήκες την ημέρα διεξαγωγής του αγώνα είναι δύσκολες (έντονη βροχόπτωση κ.α.) Δεν επιτρέπεται η χρήση μπατόν πεζοπορίας από τους αθλητές και εξωτερική βοήθεια ή συνοδεία προς τους αθλητές. Αν παραστεί ανάγκη (εξαιρετικά επικίνδυνες καιρικές συνθήκες), θα εξεταστεί το ενδεχόμενο τροποποίησης της διαδρομής ή και αναβολής για μικρό χρονικό διάστημα της εκκίνησης, ή και ματαίωσης ή και διακοπής του αγώνα, προκειμένου να μη τεθεί σε κίνδυνο η σωματική ακεραιότητα των συμμετεχόντων. Θα υπάρχει διαδικασία περισυλλογής δρομέων που εγκαταλείπουν τον αγώνα..

#### **14. Παράλληλα με τον δρόμο των 14.000μ θα διεξαχθεί και δρόμος 1.500μ για μαθητές μέχρι 15 ετών ( γεννημ. Εως και το 2007 )**

##### **Αγώνας 1.500μ για μαθητές έως 15 χρονών (γύρος της λίμνης - μπάρας)**

Κυριακή 09:00 (χωρίς κλίσεις εδάφους εντελώς επίπεδο σε χόρτο)

Θα βραβευτούν με μετάλλια:

- οι 3 πρώτοι και πρώτες: έως και Γ' Δημοτικού
- οι 3 πρώτοι και πρώτες: από Δ' έως ΣΤ' Δημοτικού
- οι 3 πρώτοι και πρώτες: από Α' έως Γ' Γυμνασίου

Για περισσότερες πληροφορίες επικοινωνήστε με τα μέλη της οργανωτικής επιτροπής στα τηλέφωνα:

Κελεπούρης Νίκος 6973534440 (Τεχνικός Υπεύθυνος)

Τσιάρας Βασίλης 6977252606 (υπεύθυνος Αγώνα και χορηγιών)

Χασιούρας Ιωάννης 6943107047 (υπεύθυνος εγγραφών )

Βεργώνης Κώστας 6978445682 (Υπεύθυνος διαδρομής)

Κουκουτέγου Αικατερινη & Τσιπρουπούλου Αναστ. (Υπευθυνες Γραμματείας)

**Ο Πρόεδρος του Σ.Δ ΒΕΡΟΙΑΣ**

**Ο πρόεδρος του Κ.Α.Π.Α**

**ΤΣΙΑΡΑΣ ΒΑΣΙΛΗΣ**

**ΔΕΛΛΑΣ ΑΘΑΝΑΣΙΟΣ**