

Προκήρυξη Αγώνα 12^ο Ημιμαραθωνίου «ΜΙΧΑΛΗΣ ΚΟΥΣΗΣ»

Το πρόγραμμα για την διεξαγωγή του αγώνα του 12^ο Ημιμαραθωνίου «ΜΙΧΑΛΗΣ ΚΟΥΣΗΣ» έχει ως εξής:

1. **ΕΠΩΝΥΜΙΑ:** 12^{ος} Ημιμαραθώνιος Δρόμος «ΜΙΧΑΛΗΣ ΚΟΥΣΗΣ» - 21,2 km.

2. **ΗΜΕΡΟΜΗΝΙΑ:** ΚΥΡΙΑΚΗ 13 ΟΚΤΩΒΡΙΟΥ 2019

3. **ΤΟΠΟΣ ΔΙΕΞΑΓΩΓΗΣ:** ΑΓΡΙΝΙΟ

Εκκίνηση: ώρα **10:15**, θέση Βαριά (Δογρή) της Τοπικής Κοινότητας Νερομάνας

Αφετηρία – Διαδρομή: Δογρή (Βαριά) - Παντάνασσα - Παραβόλα - Τραγάνα - Καινούργιο - Παναιτώλιο - Διασταύρωση Παναιτωλίου / Εθνική Οδός - Πανεπιστημίου-Κατράκη- Χαριλάου Τρικούπη.

Τερματισμός: Πλατεία Δημοκρατίας Αγρίνιο.

Ο Ημιμαραθώνιος δρόμος (αφετηρία – διαδρομή – τερματισμός) θα γίνει με την υποστήριξη της Τροχαίας Αγρινίου.

Η αγωνιστική διαδρομή είναι εξ' ολοκλήρου ασφαλτοστρωμένη, επίπεδη, με ελάχιστη υψομετρική διαφορά:

4. ΔΙΚΑΙΩΜΑ ΣΥΜΜΕΤΟΧΗΣ

Στον αγώνα επιτρέπεται η συμμετοχή αθλητών και αθλητριών από 18 ετών και πάνω, μη εγγεγραμμένων σε σωματεία του ΣΕΓΑΣ. Για αθλητές, αθλήτριες εγγεγραμμένων στο ΣΕΓΑΣ επιτρέπεται η συμμετοχή από 18 χρόνων και πάνω (γεν. 2001 και μεγαλύτεροι).

5. ΔΙΑΚΡΙΣΕΙΣ, ΕΠΑΘΛΑ

Νικητές ανακηρύσσονται οι τρεις (3) πρώτοι αθλητές, ξεχωριστά άνδρες και γυναίκες, της Γενικής Κατάταξης.

Στους πρώτους νικητές/τριες θα απονεμηθούν κύπελλα.

Στους πρώτους, δεύτερους και τρίτους νικητές/τριες θα απονεμηθούν μετάλλια και διπλώματα.

Σε όλους τους αθλητές που θα τερματίσουν, θα δοθεί αναμνηστικό δίπλωμα συμμετοχής και μετάλλιο του αγώνα.

Στους νικητές των ακόλουθων κατηγοριών (ξεχωριστά για άνδρες και γυναίκες) θα δοθεί ειδική διάκριση.

Από τις βραβεύσεις των κατηγοριών που ακολουθούν ΕΞΑΙΡΟΥΝΤΑΙ οι τρεις πρώτοι βραβευμένοι της Γενικής Κατάταξης.

Ηλικιακές Κατηγορίες Αγώνα:

- 18-29 ετών Α & Γ
- 30-39 ετών Α & Γ
- 40-49 ετών Α & Γ
- 50-59 ετών Α & Γ
- 60-69 ετών Α & Γ
- 70 + ετών Α & Γ

6. ΕΓΓΡΑΦΕΣ

Εγγραφές θα γίνονται ηλεκτρονικά μέχρι την Σάββατο 12 Οκτωβρίου 2019 στην ηλεκτρονική διεύθυνση του Δήμου Αγρινίου <http://www.cityofagrinio.gr>, στο σύνδεσμο του Αγώνα.

Μετά την ημερομηνία αυτή οι ενδιαφερόμενοι θα μπορούν να δηλώσουν συμμετοχή μέχρι 1 ώρα πριν τον αγώνα στην αφετηρία με δική τους ευθύνη χωρίς να μπορούν να

εφοδιασθούν με το τσιπ χρονομέτρησης. Οι οργανωτές διατηρούν το δικαίωμα αν ο αριθμός των συμμετοχών ξεπεράσει τον προβλεπόμενο να κλείσουν την ηλεκτρονική φόρμα πριν την παραπάνω ημερομηνία.

7. ΜΕΤΑΦΟΡΑ ΑΘΛΗΤΩΝ

Οι διοργανωτές αναλαμβάνουν την υποχρέωση να μεταφέρουν τους αθλητές από το Αγρίνιο στο χώρο της αφετηρίας με μέσα της διοργάνωσης.

Ώρα αναχώρησης για Ημιμαραθώνιο: 08.30 π.μ.

Σημείο αναχώρησης: Παλαιός σιδηροδρομικός σταθμός, επί της οδού Λορέντζου Μαβίλη.

Για τα **5,1 & 10,1 km**. Αφετηρία & Τερματισμός Πλατεία Δημοκρατίας

8. ΙΑΤΡΙΚΗ ΚΑΛΥΨΗ

Ο 12^{ος} Ημιμαραθώνιος δρόμος «ΜΙΧΑΛΗΣ ΚΟΥΣΗΣ» θα έχει πλήρη ιατρική κάλυψη (ασθενοφόρα, ιατρικό και νοσηλευτικό προσωπικό θα βρίσκονται στην αφετηρία, τη διαδρομή και τον τερματισμό του Ημιμαραθωνίου Δρόμου.

Σε κάθε περίπτωση όμως, όλοι οι αγωνιζόμενοι συμμετέχουν με δική τους αποκλειστική ευθύνη.

Οι διοργανωτές δε φέρουν ευθύνη για ό,τι συμβεί, κατά τη διάρκεια του αγώνα, σχετικά με θέματα ΥΓΕΙΑΣ και οφείλεται σε έλλειψη προληπτικού ιατρικού ελέγχου.

Από τους διοργανωτές δε θα ζητηθούν ιατρικές βεβαιώσεις για κανένα αθλητή και αθλήτρια, αφού όλοι οι συμμετέχοντες/χουσες αγωνίζονται με δική τους αποκλειστική ευθύνη.

9. ΔΙΑΔΡΟΜΗ

Α) Ολόκληρη η διαδρομή θα έχει σήμανση ανά χιλιόμετρο πάνω στο οδόστρωμα.

Β) Κατά την διάρκεια της διαδρομής μπορείτε να ζητήσετε πληροφορίες ή βοήθεια από τους υπευθύνους των σταθμών ή από τους ραδιοερασιτέχνες που καλύπτουν την διαδρομή ή από τον πλησιέστερο κριτή.

Γ) Πίσω από τον τελευταίο αθλητή θα υπάρχει λεωφορείο του Δήμου, στο οποίο θα μπορεί να επιβιβάζεται όποιος δε θα μπορεί να συνεχίσει καθώς επίσης θα ακολουθεί και ασθενοφόρο.

Δ) Στην αφετηρία του αγώνα θα υπάρχει υπεύθυνος που θα μεταφέρει το σάκο με τον ιματισμό των αθλητών και τα προσωπικά αντικείμενα στον τερματισμό (**Αίθουσα Δημοτικού Συμβουλίου Τράπεζα Ελλάδος**).

10. ΤΡΟΦΟΔΟΣΙΑ ΑΘΛΗΤΩΝ

Κατά τη διάρκεια του αγώνα θα διατεθούν στους αθλητές εμφιαλωμένο νερό, ισοτονικά ποτά σε (4) σταθμούς: 5^ο - 10^ο - 15^ο & 18^ο km.

Στην αφετηρία θα διατίθεται εμφιαλωμένο νερό.

Στον τερματισμό θα διατίθεται εμφιαλωμένο νερό, ισοτονικά ποτά, φρούτα, αναψυκτικά.

11. ΑΠΟΔΥΤΗΡΙΑ/ΝΤΟΥΣ

Μετά τον τερματισμό, δίνεται η δυνατότητα για αποδυτήρια και ντους στους αθλητές που τερματίζουν.

Η μεταφορά στο Εθνικό Στάδιο Αγρινίου γίνεται με μέσα της διοργάνωσης.

12. ΦΙΛΟΞΕΝΙΑ ΑΘΛΗΤΩΝ – ΜΕΤΑΚΙΝΗΣΗ ΣΥΜΜΕΤΕΧΟΝΤΩΝ

Με πρωτοβουλία, ευθύνη και δαπάνη του Δήμου Αγρινίου, θα παρασχεθούν οι παρακάτω παροχές:

Α) Σε όλους τους αθλητές/τριες, που θα αγωνιστούν ο Δήμος Αγρινίου θα παραθέσει γεύμα αμ έσως μετά το τέλος των αγώνων στις 13:30, λίγα μέτρα από το χώρο του τερματισμού στην Αίθουσα Δημοτικού Συμβουλίου (Τράπεζα Ελλάδος).

Β) Αναμνηστικά μετάλλια και μπλουζάκια με την επωνυμία του **12^{ου} Ημιμαραθωνίου Δρόμου «ΜΙΧΑΛΗΣ ΚΟΥΣΗΣ»**.

Οι δηλώσεις συμμετοχής θα πρέπει να γίνουν έγκαιρα. Οι διοργανωτές σε περίπτωση που καλυφθεί ο αριθμός των συμμετοχών έχουν το δικαίωμα να κλείσουν την ηλεκτρονική φόρμα δηλώσεων.

Μετά την ημερομηνία αυτή οι ενδιαφερόμενοι θα μπορούν να δηλώσουν συμμετοχή μέχρι μία (1) ώρα πριν τον αγώνα στην αφετηρία με δική τους ευθύνη χωρίς να μπορούν να πάρουν το τσιπάκι χρονομέτρησης.

13. ΠΑΡΑΛΑΒΗ ΑΡΙΘΜΩΝ.

Η παραλαβή των αριθμών θα γίνεται **Σάββατο 12 Οκτωβρίου 2019** στα γραφεία του Τμήματος Παιδείας & Δια Βίου μάθησης επί της οδού Λ. Μαβίλη πρώην σταθμός τρένου, από ώρα 16:00 έως 20:30.

ΓΕΝΙΚΕΣ ΔΙΑΤΑΞΕΙΣ ΓΙΑ ΟΛΑ ΤΑ ΑΓΩΝΙΣΜΑΤΑ:

ΚΑΝΟΝΙΣΜΟΙ:

Στους αγώνες θα ισχύσουν οι επίσημοι κανονισμοί του Σ.Ε.Γ.Α.Σ.

Ότι δεν προβλέπεται από την προκήρυξη θα ρυθμίζεται από και τους τεχνικούς υπευθύνους των αγώνων.

Α. Δρόμος 10,1 km Ανδρών – Γυναικών – Εφήβων – νεανίδων – (παίδων – κορασίδων, Γεν. 2001 – 2002).

Ώρα εκκίνησης: **09.00 π.μ.**

Β. Δρόμος 5,1km Ανδρών – Γυναικών – Εφήβων – νεανίδων – (παίδων – κορασίδων, Γεν. 2001-2002).

Ώρα εκκίνησης: **09.15π.μ.**

ΤΕΡΜΑΤΙΣΜΟΣ: Αφετηρία – Τερματισμός 5,1 km & 10,1 km :Πλατεία Δημοκρατίας ΑΓΡΙΝΙΟ

Γ. Αγώνας Δρόμου 1 km για μαθητές/τριες Δημοτικών Σχολείων και Γυμνασίων.

ΑΦΕΤΗΡΙΑ : Χαρ.Τρικούπη & Γρ.Λαμπράκη (πλησίον κόμβου Intersport).

Ώρα εκκίνησης **10:45 π.μ**

ΤΕΡΜΑΤΙΣΜΟΣ: Πλατεία Δημοκρατίας ΑΓΡΙΝΙΟ

Οι δηλώσεις συμμετοχής για τα 1000 μέτρα Δημοτικών Σχολείων & Γυμνασίων **θα διατίθενται και ηλεκτρονικά στην ηλεκτρονική διεύθυνση του Δήμου Αγρινίου** <http://www.cityofagrinio.gr>, **στο σύνδεσμο του Αγώνα αλλά και** στα γραφεία του Τμήματος Παιδείας & Δια Βίου Μάθησης Πλατεία Μαβίλη (πρώην σιδηροδρομικού σταθμού τρένου) Τηλ: **2641039631, όπου απαραίτητως πρέπει να κατατεθούν.** Οι συμμετοχές για τους αγώνες του δρόμου του ενός (1) km θα γίνονται δεκτές μέχρι το Σάββατο 12 Οκτωβρίου 2019, στα γραφεία του Τμήματος Παιδείας & Δια Βίου Μάθησης, αφού πρώτα καταθέσουν υπεύθυνη δήλωση ο Γονέας ή ο Κηδεμόνας των μαθητών/τριών που θα συμμετάσχουν στο δρόμο του 1km, περί της καλής υγείας τους.

Δικαίωμα συμμετοχής ανά κατηγορία για τον αγώνα του 1 km έχουν οι γεννηθέντες:

<2012	Αγοριών – Κοριτσιών
2010-2011	Αγοριών – Κοριτσιών
2008-2009	Αγοριών – Κοριτσιών
2006-2007	Αγοριών – Κοριτσιών
2005-2004-2003	Αγοριών – Κοριτσιών

ΠΑΡΑΤΗΡΗΣΕΙΣ

Για οποιαδήποτε πληροφορία επικοινωνήστε με τον Δρ. Αθανάσιο Μουρτζιάπη Ph.D. & P.D. Exercise Physiology στο τηλέφωνο **2641039631 & 6973435373**.

Ανακοινώνεται τέλος ότι, όπως αποφασίστηκε από τους διοργανωτές του αγώνα, ο Ημιμαραθώνιος δρόμος προς τιμή του μεγάλου Αγρινιώτη αθλητή, ΜΙΧΑΛΗ ΚΟΥΣΗ, καθιερώνεται σε σταθερή χρονική στιγμή και ειδικότερα τη δεύτερη Κυριακή του Οκτωβρίου κάθε έτους. Κατά συνέπεια, ο 13^{ος} Ημιμαραθώνιος Δρόμος «ΜΙΧΑΛΗΣ ΚΟΥΣΗΣ», θα διεξαχθεί την Κυριακή 11 Οκτωβρίου 2020.