



ΔΡΟΜΟΣ ΟΡΕΙΝΟΥ ΤΡΕΞΙΜΑΤΟΣ «ΠΕΡΙΒΑΛΛΟΝ & ΕΝΟΠΛΕΣ ΔΥΝΑΜΕΙΣ ΕΤΟΥΣ 2019»

Η Γραμματεία του Ανωτάτου Συμβουλίου Αθλητισμού Ενόπλων Δυνάμεων (ΑΣΑΕΔ), το **Σάββατο 8 Ιουνίου 2019**, θα οργανώσει αγώνα δρόμου ορεινού τρεξίματος, στο πλαίσιο του εορτασμού της Παγκόσμιας ημέρας για το Περιβάλλον, με σκοπό την ευαισθητοποίηση του προσωπικού των Ενόπλων Δυνάμεων και των Σωμάτων Ασφαλείας και της ανάδειξης του ενδιαφέροντός τους, σε θέματα προστασίας του Περιβάλλοντος.

Ο υπόψη αγώνας, θα πραγματοποιηθεί στον **«Βοτανικό Κήπο Ιουλίας και Αλεξάνδρου Ν. Διομήδους»** με τη συνδρομή του Κοινοφελούς Ιδρύματος **«ΒΟΤΑΝΙΚΟΣ ΚΗΠΟΣ ΙΟΥΛΙΑΣ & ΑΛΕΞΑΝΔΡΟΥ Ν.ΔΙΟΜΗΔΟΥΣ»**

Συμμετοχή: Στον αγώνα δύναται να συμμετέχει προσωπικό των Ενόπλων Δυνάμεων και των Σωμάτων Ασφαλείας, καθώς και ιδιώτες αθλητές, άνω των 18 ετών.

Εκκίνηση: Η εκκίνηση του αγώνα θα δοθεί το **Σαββάτο 8 Ιουνίου 2019** και ώρα **18:00**, με σημείο εκκίνησης αλλά και τερματισμού 150μ αριστερά της Κεντρικής εισόδου του Βοτανικού Κήπου.

Διαδρομή: Η διαδρομή είναι μήκους 12.500μ συνολικά. Αποτελείται από 4 ολόκληρους κύκλους (στροφές) 3.100μ. Η υψομετρική διαφορά κάθε κύκλου (στροφής) είναι 115μ, θετικής και αντίστοιχα αρνητικής. Η συνολική υψομετρική διαφορά είναι 460μ. Στο σύνολο της κινείται σε δασικό δρόμο (πλάτους 4-5μ), εκτός από ένα κομμάτι περίπου 180μ όπου κινείται σε κακοτράχαλο - πετρώδες, κατηφορικό μονοπάτι (μικρού πλάτους, μονής διέλευσης).

Δηλώσεις Συμμετοχής: Η συμμετοχή στον αγώνα είναι δωρεάν και θα υπάρξει χρονομέτρηση. Ως εκ τούτου, οι δηλώσεις συμμετοχής θα γίνουν **ΜΟΝΟ ηλεκτρονικά** με ευθύνη του κάθε αγωνιζόμενου μέχρι την **Τρίτη 4 Ιουνίου 2019**, στην παρακάτω ηλεκτρονική διεύθυνση, συμπληρώνοντας τη φόρμα εγγραφής:

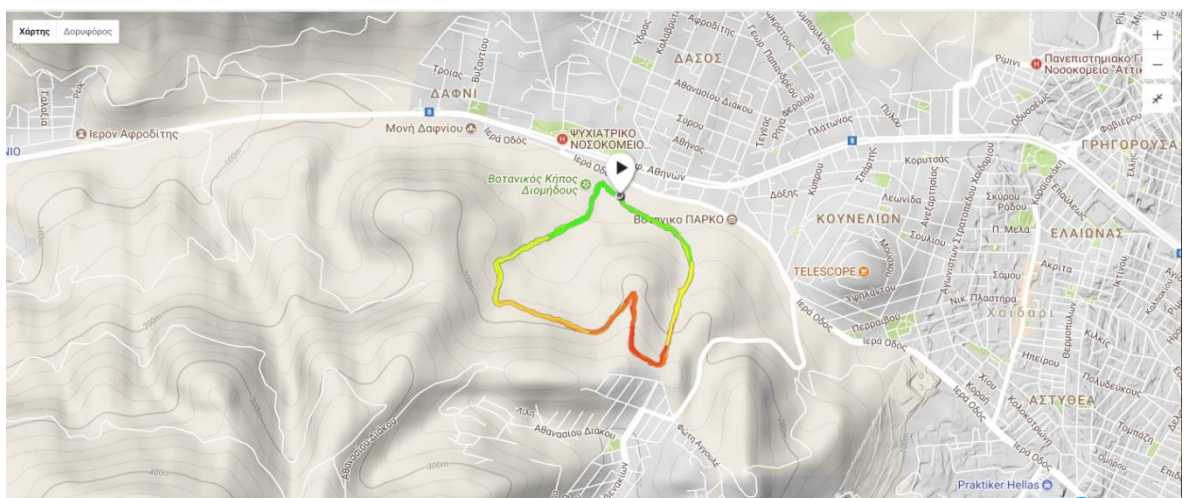
<https://forms.gle/XMHQgKYhJEBqatw97>

Τροφοδοσία: Στο πλαίσιο της ανάδειξης του σκοπού της εν λόγω διοργάνωσης, όπως και της περιβαντολογικής συνείδησης που διέπει τους συμμετέχοντες στον αγώνα, δεν θα δοθούν πλαστικά μπουκαλάκια με νερό από τη διοργάνωση, αλλά ο κάθε αγωνιζόμενος θα ανεφοδιάζεται μέσω του ατομικού του εξοπλισμού, όπως και της ανανέωσής του με πόσιμο νερό από τους σταθμούς που θα βρίσκεται στο 3,1^ο, 6,2^ο και 9,3^ο χλμ όπως και στον τερματισμό. Ως εκ τούτου, όλοι οι συμμετέχοντες θα πρέπει να έχουν μεριμνήσει ώστε κατά τη διάρκεια του αγώνα να εφοδιάζονται με ικανή ποσότητα νερού μέσω του ατομικό τους εξοπλισμού.

Χρονικό όριο: Το χρονικό όριο τερματισμού καθορίζεται στις 2 ώρες και οποιοσδήποτε θα ευρίσκεται εκτός του χρονικού ορίου θα αποκλείεται από τον αγώνα.

Ιατρική Κάλυψη: Θα υπάρξει ιατρική κάλυψη του αγώνα.

Υψομετρικό προφίλ, καθώς και ο χάρτης της διαδρομής:



Βραβείσεις: Θα απονεμηθούν έπαθλα στους τρεις πρώτους άνδρες και στις τρεις πρώτες γυναίκες της γενικής κατάταξης, καθώς και στους τρεις πρώτους

άνδρες και στις τρεις πρώτες γυναίκες των Ενόπλων Δυνάμεων και των Σωμάτων Ασφαλείας. Επίσης σε όλους όσους τερματίσουν, θα δοθούν αναμνηστικά μετάλλια.

Παραλαβή Αριθμών: Η παραλαβή των αριθμών θα γίνει την ημέρα του αγώνα από τη Γραμματεία που θα λειτουργεί στον χώρο της εκκίνησης. Οι αγωνιζόμενοι θα πρέπει να παρευρίσκονται στην εκκίνηση **τουλάχιστον μία ώρα νωρίτερα (17:00) για την παραλαβή των αριθμών (BIB Numbers)**.

Βεβαίωση Ικανότητας: Στον αγώνα δύναται να συμμετάσχουν όλοι όσοι έχουν κλείσει το 18^ο έτος της ηλικίας τους. Η διοργάνωση δεν θα ζητήσει πιστοποιητικά καλής υγείας των συμμετεχόντων, αλλά θεωρείται βέβαιο ότι όλοι οι συμμετέχοντες έχουν υποβληθεί σε πρόσφατο ιατρικό έλεγχο της υγείας τους με ίδια ευθύνη τους και έχουν κριθεί κατάλληλοι για να συμμετάσχουν σε αγώνα δρόμου 12.500 μέτρων. Για το προσωπικό των Ενόπλων Δυνάμεων και των Σωμάτων Ασφαλείας, εφίσταται η προσοχή της πιστής τήρησης των αναγραφόμενων στο Παράρτημα «Δ» της Διαταγής Φ.362/15/104153/Σ.176/22 Απρ 19/ΓΕΕΘΑ/ΑΣΑΕΔ.