

## ΠΡΟΚΗΡΥΞΗ

### «ΠΟΔΗΛΑΤΙΚΟ ΔΙΗΜΕΡΟ ΛΟΥΤΡΑΚΙΟΥ»

Η Ποδηλατική Ένωση Παλαιμάχων Αθλητών (Π.Ε.Π.Α.) και ο Κορινθιακός Ποδηλατικός Όμιλος, συνδιοργανώνουν σε συνεργασία με τον Δήμο Λουτρακίου το **Σάββατο 12/09/2015** αγώνα Ατομικής Χρονομέτρησης και την **Κυριακή 13/09/2015**, αγώνα αντοχής, στις κατηγορίες Π.Ε.Π.Α: Α', Β', Γ', Δ' και Θ', Master ΕΟΠ και κατηγορία ΟΠΕΝ (μόνο για την ατομική χρονομέτρηση).

#### ΓΕΝΙΚΕΣ ΠΛΗΡΟΦΟΡΙΕΣ:

**Δικαίωμα συμμετοχής** στους αγώνες έχουν όλοι οι αθλητές - αθλήτριες με δελτίο Π.Ε.Π.Α. και Δελτίο Master Ε.Ο.Π. ενώ στην ατομική χρονομέτρηση θα υπάρχει κατηγορία ΟΠΕΝ, (διευκρινήσεις παρακάτω).

Όλοι οι αθλητές είναι απαραίτητο να φέρουν ποδήλατα δρόμου (τύπου κούρσας).

Απαγορεύεται ρητά, οποιοσδήποτε πρόσθετος εξοπλισμός ακατάλληλος για την ποδηλασία δρόμου και τις συνθήκες του αγώνα, όπως αερόμπαρες (εκτός του αγωνίσματος Ατομικής Χρονομέτρησης) φτερά, κάμερες καταγραφής κ.λ.π.

#### ΔΗΛΩΣΕΙΣ ΣΥΜΜΕΤΟΧΗΣ - ΕΓΓΡΑΦΕΣ :

Παρακαλούνται όλοι οι συμμετέχοντες να δηλώσουν συμμετοχή στο <http://goo.gl/forms/EvvZ2TSJWa> ή στο fax: 210 5131882 έως 09/09/2015, όπου θα πρέπει να αναφέρετε ονοματεπώνυμο, Αριθμό Μητρώου Π.Ε.Π.Α. (για όσους έχουν) ή Αριθμό Δελτίου Ε.Ο.Π., αγωνιστικό αριθμό Π.Ε.Π.Α. (για όσους έχουν), την κατηγορία, την ομάδα και για ποια αγωνίσματα ενδιαφέρονται .

Ειδικά για την κατηγορία ΟΠΕΝ χωρίς δελτίο Ε.Ο.Π., που θα τρέξει μόνο στο αγώνισμα της ατομικής χρονομέτρησης, απαραίτητη προϋπόθεση για τη συμμετοχή είναι η προσκόμιση πρόσφατης - εντός του 2015 - ιατρικής βεβαίωσης (από καρδιολόγο ή παθολόγο).

Θα πρέπει επίσης να γίνει κατάθεση του αντίστοιχου ποσού **στο λογαριασμό της Εθνικής Τράπεζας :0075/001312-92, IBAN: GR650110075000007500131292 όπου εμφανίζεται το όνομα της Ποδηλατικής Ένωσης Παλαιμάχων Αθλητών.**

Για καταθέσεις μέσω internet το Swift ή αλλιώς BIC είναι ETHNGRAA.

Στο καταθετήριο θα πρέπει να φαίνεται το ονοματεπώνυμό σας, ενώ στη συνέχεια θα πρέπει να γράψετε τον αριθμό καταθετηρίου στη δήλωση συμμετοχής που θα πρέπει να στείλετε μέχρι την προβλεπόμενη ημερομηνία (09/09/2015) ή στο γραφείο της Π.Ε.Π.Α. την Δευτέρα 31/08 και την Δευτέρα 07/09, από τις 8:30μμ-10:00μμ.

Όσοι κατοχυρώσουν το δικαίωμα συμμετοχής τους θα λάβουν απαντητικό μήνυμα από την Π.Ε.Π.Α.

Για παραπάνω πληροφορίες επικοινωνήστε με το τηλ. 6938050180.

#### ΚΟΣΤΟΣ ΣΥΜΜΕΤΟΧΗΣ:

**Ατομική Χρονομέτρηση:** Για τα μέλη της Π.Ε.Π.Α. 10 ευρώ και 15 ευρώ για τα μη μέλη και ΟΠΕΝ.

**Αντοχή:** Για τα μέλη της Π.Ε.Π.Α. 15 ευρώ και 20 ευρώ για τα μη μέλη.

#### ΑΓΩΝΙΣΤΙΚΕΣ ΚΑΤΗΓΟΡΙΕΣ:

Master: Α: (30 – 39 ετών) / Β: (40 – 49 ετών) / Γ: (50 – 59 ετών) / Δ: (60 + ετών) / Θ: (γυναικών), και μόνο για το αγώνισμα της ατομικής χρονομέτρησης κατηγορία ΟΠΕΝ για αθλητές με δελτίο Ε.Ο.Π. ή ιατρική βεβαίωση από καρδιολόγο ή παθολόγο, εντός του 2015.

## ΑΤΟΜΙΚΗ ΧΡΟΝΟΜΕΤΡΗΣΗ

**ΓΡΑΜΜΑΤΕΙΑ:** Η γραμματεία θα είναι ανοικτή από τις 16:30 για υπογραφές στα φύλλα αγώνα.

**ΧΩΡΟΣ ΕΚΚΙΝΗΣΗΣ:** Λίμνη Βουλιαγμένης (περιοχή Λουτράκιου).

**ΧΩΡΟΣ – ΤΕΡΜΑΤΙΣΜΟΥ:** Πίσσια.

**ΑΠΟΣΤΑΣΗ:** 12 χ.λ.μ.

**ΩΡΑ ΕΚΚΙΝΗΣΗΣ/ΣΕΙΡΑ ΕΚΚΙΝΗΣΗΣ:** Η ώρα εκκίνησης του αγώνα είναι η 17:30 με χρόνο εκκίνησης αθλητή ανά ένα λεπτό (1min).

Η σειρά εκκίνησης των κατηγοριών θα είναι η εξής και θα αναρτηθεί την Παρασκευή 11/09/2015:

**Κατηγορία ΟΠΕΝ**

**Κατηγορία Θ΄**

**Κατηγορία Δ΄**

**Κατηγορία Γ΄**

**Κατηγορία Α΄**

**Κατηγορία Β΄**

### **ΠΡΟΣΟΧΗ:**

- Οι αγωνιστικοί αριθμοί για το χρονόμετρο θα μπουν επάνω κάτω, δεξιά της μπλούζας.

## ΑΓΩΝΑΣ ΑΝΤΟΧΗΣ

Για την αντοχή η διαδρομή είναι κυκλική, τύπου σιρκουί, 4 στροφές των 13 χλμ περίπου, ενώ θα υπάρχει προεκκίνηση 15 χλμ, - η συνολική διαδρομή είναι 67 χλμ. - με 350μ. υψομετρικά ανά στροφή.

**ΓΡΑΜΜΑΤΕΙΑ:** Η γραμματεία θα είναι ανοικτή από τις 09:00 για υπογραφές στα φύλλα αγώνα.

**ΤΕΧΝΙΚΟ ΣΥΝΕΔΡΙΟ:** Την Κυριακή 13/09/2015 στις 09:00 στο χώρο της εκκίνησης.

**ΧΩΡΟΣ ΕΚΚΙΝΗΣΗΣ:** Λουτράκι – Δημοτικό Στάδιο Λουτρακίου

**ΧΩΡΟΣ ΤΕΡΜΑΤΙΣΜΟΥ:** Περαχώρα

**ΤΕΧΝΙΚΟΣ ΕΛΕΓΧΟΣ:** Ωρα 09:30 στο χώρο της εκκίνησης

**ΩΡΑ ΕΚΚΙΝΗΣΗΣ:** 10:00 π.μ.

**ΣΥΝΟΛΙΚΗ ΑΠΟΣΤΑΣΗ:** 67 χλμ.

**ΠΡΟΕΚΚΙΝΗΣΗ:** Η διαδρομή των πρώτων 10 χλμ. θα διεξαχθεί με προπομπό τον αλυτάρχη του αγώνα.

**ΑΓΩΝΙΣΤΙΚΟ ΜΕΡΟΣ:** 57 χλμ.

**ΑΝΑΛΥΣΗ ΔΙΑΔΡΟΜΗΣ:** Λουτράκι - Διώρυγα Ισθμού - Κόρινθος (από έξω) - Διώρυγα Ισθμού – Λουτράκι - Περιφερειακή οδός Λουτρακίου (Ελεύθερο) – Λουτράκι – Περαχώρα (Αριστερά προς Φλάμπουρο - Κυκλική διαδρομή) – Φλάμπουρο – Περαχώρα - Φλάμπουρο.

Πρόκριση θα παίρνει όποιος πιαστεί μετά τις 2 στροφές.

## **ΠΡΟΣΟΧΗ:**

**Οι αγωνιστικοί αριθμοί θα μούν αυστηρά πάνω δεξιά – κάτω δεξιά.**

## **ΚΑΝΟΝΙΣΜΟΙ ΑΓΩΝΑ:**

- Ο αγώνας θα διεξαχθεί σύμφωνα με τους κανονισμούς της Ε.Ο.Π. για την ποδηλασία δρόμου και τους ειδικούς της Π.Ε.Π.Α.
- Η χρήση προστατευτικού ποδηλατικού κράνους, είναι υποχρεωτική ακόμη και στις ελεύθερες δοκιμές ή προπονήσεις.
- Όλοι οι αγωνιζόμενοι οφείλουν να κινούνται στο δρόμο σύμφωνα με τον Κ.Ο.Κ.
- Η παραβίαση της διπλής διαχωριστικής γραμμής στο οδόστρωμα, τιμωρείται άμεσα με ποινή αποκλεισμού από τον αγώνα.
- Για την παροχή τεχνικής υποστήριξης, θα υπάρξουν αυτοκίνητα ουδέτερου service καθώς και σημεία υδροδοσίας – τροφοδοσίας.  
Απαγορεύεται η συνοδεία αθλητών με μοτοσυκλέτες και με αυτοκίνητα.  
Μέγιστος αριθμός συμμετοχών 200 άτομα.

## **ΒΡΑΒΕΥΣΕΙΣ / ΑΠΟΝΟΜΕΣ:**

Οι αθλητές που θα διακριθούν σε κάθε κατηγορία θα λάβουν:

1<sup>ος</sup>: Κύπελλο - Χρυσό μετάλλιο - Δίπλωμα

2<sup>ος</sup>: Αργυρό μετάλλιο - Δίπλωμα

3<sup>ος</sup>: Χάλκινο Μετάλλιο - Δίπλωμα

4<sup>ος</sup>, 5<sup>ος</sup>, 6<sup>ος</sup> - Δίπλωμα

Οι βραβεύσεις/απονομές όλων των κατηγοριών της Ατ. Χρονομέτρησης θα γίνουν στις 21:00μμ περίπου το Σάββατο 12/09/2015.

Οι βραβεύσεις / απονομές όλων των κατηγοριών της Αντοχής θα γίνουν στις 14:00μμ περίπου, την Κυριακή 13/09/2015.

## **ΛΕΠΤΟΜΕΡΕΙΕΣ:**

- Η απόρριψη αθλητή από τον τεχνικό έλεγχο λόγω σοβαρών ελλείψεων ή και παρατυπιών, αυτόματα λογίζεται ως ποινή αποκλεισμού όπως αν είχε λάβει μέρος στον αγώνα.
- Οι αθλητές/τριες συμμετέχουν στους αγώνες με δική τους ευθύνη και ο διοργανωτής δεν έχει καμία υποχρέωση για κάθε ενδεχόμενο ατύχημα ως και φθορά ή απώλεια αγωνιστικού υλικού, ενδυμάτων κλπ.
- Δίνετε την συγκατάθεση σας να λάβετε ιατρική και φαρμακευτική αγωγή σε περίπτωση τραυματισμού, ατυχήματος ή ασθένειας κατά τη διάρκεια της εκδήλωσης.
- Επιτρέπεται να χρησιμοποιηθούν φωτογραφίες και βίντεο που θα ληφθούν κατά τη διάρκεια της εκδήλωσης και συναφών δραστηριοτήτων για κάθε νόμιμη χρήση από τους διοργανωτές και τους χορηγούς.
- Οι διοργανωτές έχουν το δικαίωμα να συμπτύξουν/αναπτύξουν κατηγορίες και να τροποποιήσουν το πρόγραμμα των αγώνων και τη διαδρομή σε περίπτωση που για λόγους ανωτέρας βίας δεν είναι δυνατή και ασφαλής η πρόσβαση για τους αγωνιζόμενους σε όλα τα σημεία της διαδρομής.
- Υπενθυμίζεται ότι η χρήση κράνους είναι υποχρεωτική και στις επίσημες προπονήσεις (π.χ. ζέσταμα ή αναγνώριση διαδρομής πριν και μετά τον αγώνα).

**ΡΥΘΜΙΣΗ ΑΠΡΟΒΛΕΠΤΩΝ ΘΕΜΑΤΩΝ:**

- Για ότι δεν προβλέπεται από την προκήρυξη αποφασίζεται επιτόπου από την Αγωνόδικο Επιτροπή. Αρμόδιοι για την κατάρτιση και επισημοποίηση του προγράμματος του αγώνα καθώς και για ότι δεν προβλέπει η παρούσα προκήρυξη, είναι ο εκπρόσωπος της Τεχνικής Επιτροπής και ο Αλυτάρχης του αγώνα.

**ΑΘΛΟΘΕΤΗΣ:** ΔΗΜΟΣ ΛΟΥΤΡΑΚΙΟΥ

**ΧΟΡΗΓΟΣ ΕΠΙΚΟΙΝΩΝΙΑΣ:** Περιοδικό MBike

**ΕΤΗΣΙΟΙ ΧΟΡΗΓΟΙ:** MBike, ENDURA, BikeMe, My Athlete.