

Προκήρυξη, 2^ο Καποδιστριακού Δρόμου 2018

Το Εθνικό και Καποδιστριακό Πανεπιστήμιο Αθηνών, η Σχολή Επιστήμης Φυσικής Αγωγής & Αθλητισμού, με την υποστήριξη της Περιφέρειας Αττικής, του Δήμου Ζωγράφου και του Δήμου Καισαριανής προκηρύσσει το 2^ο Αγώνα Δρόμου 10 km, καθώς και τον περιπατητικό δρόμο 4 km, εκτός σταδίου με την ονομασία:

«2^ο ΚΑΠΟΔΙΣΤΡΙΑΚΟΣ ΔΡΟΜΟΣ 2018»

Ο αγώνας θα διεξαχθεί σύμφωνα με τους παρακάτω όρους:

1. ΗΜΕΡΟΜΗΝΙΑ: Κυριακή 13 Μαΐου 2018

2. ΤΟΠΟΣ ΔΙΕΞΑΓΩΓΗΣ: Πανεπιστημιούπολη Ηλύσια - Ζωγράφου.

Εκκίνηση 10 km: Ώρα 10:00 στην αρχή του δρόμου που οδηγεί στο κλειστό γυμναστήριο της Πανεπιστημιούπολης, πίσω από τη φοιτητική εστία των Ηλυσίων, είσοδος από οδό Ούλωφ Πάλμε.

Διαδρομή: 10 km εντός της Πανεπιστημιούπολης.

Τερματισμός: Στο ίδιο σημείο με την εκκίνηση.

Εκκίνηση 4 km Περιπατητικού Δρόμου: Ώρα 10:10 στην αρχή του δρόμου που οδηγεί στο κλειστό γυμναστήριο της Πανεπιστημιούπολης, πίσω από τη φοιτητική εστία των Ηλυσίων, είσοδος από οδό Ούλωφ Πάλμε.

Διαδρομή: 4 km εντός της Πανεπιστημιούπολης.

Τερματισμός: Στο ίδιο σημείο με την εκκίνηση.

Για τα ανωτέρω τίθεται χρονικό όριο τερματισμού 1ώρα και 30 λεπτά για τον αγώνα των 10 km και 1 ώρα για το περιπατητικό βάδην των 4 km. Μετά από αυτό το χρονικό όριο οι αθλητές συνεχίζουν την προσπάθεια με δική τους ευθύνη.

3. ΙΑΤΡΙΚΗ ΕΞΕΤΑΣΗ

Όλοι οι συμμετέχοντες αγωνίζονται με **ΑΠΟΚΛΕΙΣΤΙΚΑ ΔΙΚΗ ΤΟΥΣ ΕΥΘΥΝΗ**. Οι διοργανωτές δεν φέρουν καμία ευθύνη για ζητήματα που αφορούν στην υγεία των συμμετεχόντων και οφείλονται σε έλλειψη προληπτικού, ιατρικού ελέγχου.

4. ΔΙΑΚΡΙΣΕΙΣ – ΕΠΑΘΛΑ- ΑΠΟΝΟΜΕΣ:

10 km: Νικητές στα 10 km ανακηρύσσονται οι τρεις (3) πρώτοι αθλητές, άνδρες/γυναίκες, της Γενικής Κατάταξης.

- Στους πρώτους νικητές/τριες θα απονεμηθούν κύπελλα και ανά κατηγορία: 19-39, 40-49, 50-59 και 60+
- Στους πρώτους, δεύτερους και τρίτους νικητές/τριες θα απονεμηθούν επίσης μετάλλια.
- Σε όλους τους αθλητές που θα τερματίσουν, θα δοθεί μετάλλιο του αγώνα.

Περιπατητικός Δρόμος 4 km:

-Σε όλους τους συμμετέχοντες που θα τερματίσουν, θα δοθεί αναμνηστικό μετάλλιο.

5. ΔΗΛΩΣΕΙΣ ΣΥΜΜΕΤΟΧΗΣ:

Στους αγώνες μπορούν να δηλώσουν συμμετοχή δρομείς που γυμνάζονται συστηματικά αλλά και αθλούμενοι δρομείς με χαμηλότερη εβδομαδιαία φυσική δραστηριότητα. Οι συμμετέχοντες πρέπει να έχουν ηλικία ίση ή μεγαλύτερη των 18 ετών (γεννημένοι το 1999 ή νωρίτερα).

Όλοι οι συμμετέχοντες καλούνται να συνεισφέρουν τρόφιμα μακράς διαρκείας ή εναλλακτικά αντίτιμο 5 ευρώ που θα διατεθούν στον εθελοντικό μη κερδοσκοπικό οργανισμό μέριμνας και προστασίας μητέρας και παιδιού « Η Κιβωτός του Κόσμου».

Οι δηλώσεις συμμετοχής θα γίνουν **ΜΟΝΟ** ηλεκτρονικά συμπληρώνοντας τη [φόρμα συμμετοχής](#), πληροφορίες στα τηλέφωνα 210 7276080 και 210 7276167.

Η προθεσμία δηλώσεων συμμετοχής που θα τηρηθεί αυστηρά για τον καλύτερο προγραμματισμό του αγώνα λήγει στις 10 Μαΐου 2018.

Οι δηλώσεις συμμετοχής θα παραμείνουν ανοικτές μέχρι να συμπληρωθούν 700 εγγραφές (Θα τηρηθεί αυστηρά η σειρά προτεραιότητας).

* Κατά τη διάρκεια των αγώνων θα διεξαχθεί το kids athletics (δραστηριότητα για παιδιά μέχρι 10 ετών) όπου θα μπορούν να συμμετέχουν παιδιά από 5 ετών.

ΓΡΑΜΜΑΤΕΙΑ ΑΓΩΝΑ: Για την παραλαβή των αριθμών θα λειτουργήσει η γραμματεία των αγώνων την Κυριακή 13 Μαΐου από ώρα 8.00 έως 9.30.

6. 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 και τον Αλυτάρχη των αγώνων.
- Η χρονομέτρηση των αγώνων θα γίνει ηλεκτρονικά.
- Η διαδρομή είναι κυκλική, με αφετηρία και τερματισμό στην Πανεπιστημιούπολη (ο χάρτης της διαδρομής υπάρχει στην ιστοσελίδα www.phed.uoa.gr).
- Την ιατρική κάλυψη του αγώνα θα αναλάβει η Ιατρική Υπηρεσία της Πανεπιστημιούπολης καθώς και ομάδα εθελοντών ιατρών του Πανεπιστημίου.
- Στη διαδρομή των 10 km θα υπάρχει σταθμός τροφοδοσίας των αθλητών στο 5^ο km.
- Για την άρτια διεξαγωγή του αγώνα θα χρησιμοποιηθούν επίσης εθελοντές, τόσο στον σταθμό τροφοδοσίας όσο και στην εκκίνηση/τερματισμό.