



ΚΑΝΟΝΙΣΜΟΣ HEROES 2024

HEROES

1. ΟΡΟΙ

Στους κανονισμούς που απαριθμούνται πιο κάτω, οι λέξεις που σημειώνονται εδώ αναφέρονται σε συγκεκριμένους όρους:

- ΑΘΛΗΤΙΚΗ ΣΥΝΑΝΤΗΣΗ, ΑΓΩΝΑΣ: HEROES
- ΑΘΛΗΤΕΣ-ΑΘΛΟΥΜΕΝΟΙ στους αγωνιζόμενους, αυτούς δηλαδή που νόμιμα έχουν εγγραφεί και συμμετέχουν στον αγώνα
- ΔΙΟΡΓΑΝΩΣΗ, στο Διοικητικό Συμβούλιο του Π.Ο.Σ. Κ.ΝΕΥΡΟΚΟΠΙΟΥ
- ΕΠΙΤΡΟΠΗ ΑΓΩΝΑ στην Οργανωτική Επιτροπή που είναι υπεύθυνη για την εκτέλεση του αγώνα και λαμβάνει τις αποφάσεις.

2. ΔΙΟΡΓΑΝΩΣΗ

Ο Π.Ο.Σ. Κ.Νευροκοπίου σε συνεργασία με το Δήμο Κάτω Νευροκοπίου, διοργανώνουν τον 5° (HEROES) αγώνα ορεινού τρεξίματος στο Περιθώρι-Βαθύτοπο την Κυριακή **14 Ιουλίου 2024**.

3. ΓΕΝΙΚΑ

Ο **HEROES** είναι αγώνας ορεινού τρεξίματος απόστασης **44km** και υψομετρική διαφορά **+1990m**. Ο αγώνας πραγματοποιείται στο Κάτω Νευροκόπι με εκκίνηση από την Κοινότητα Περιθωρίου στις 08:30πμ και τερματίζει στο ίδιο μέρος.

Χρονικό όριο: **9 ώρες**.

4. ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ:

Κυριακή 14 Ιουλίου 2024

ΓΡΑΜΜΑΤΕΙΑ: 7:00πμ-8:00πμ Πλατεία Περιθωρίου

Ώρα εκκίνησης: 8:35πμ

Απονομές: 17:00

Εκκίνηση: Άνω Πλατεία Περιθωρίου

Τερματισμός: Κεντρική Πλατεία Περιθωρίου

5. ΣΤΑΘΜΟΙ ΑΝΕΦΟΔΙΑΣΜΟΥ:

Κάθε 7 χλμ θα υπάρχει σημείο ανεφοδιασμού. Εκτός από τους σταθμούς εφοδιασμού θα υπάρχουν εθελοντές σε διάφορα σημεία της διαδρομής για την διευκόλυνση και προστασία των αθλητών. Η μέση της διαδρομής είναι στην Κοινότητα Βαθυτόπου στην οποία βρίσκεται και ο Κεντρικός Σταθμός τροφοδοσίας. Με νεότερη ανακοίνωση οι αθλητές θα ενημερωθούν λεπτομερώς για την τροφοδοσία στους σταθμούς.

6. ΣΥΜΜΕΤΟΧΗ

Άνδρες και γυναίκες άνω των 18 ετών δικαιούνται να συμμετάσχουν στον αγώνα μόνο με την προϋπόθεση ότι έχουν τερματίσει την τελευταία διετία (**από 01/01/2022 έως το τέλος των εγγραφών**) σε τουλάχιστον **δύο** αγώνες ορεινού τρεξίματος ο καθένας απόστασης τουλάχιστον **20χλμ** με υψομετρική διαφορά **+800μ** ή μεγαλύτερη, ή τον τελευταίο χρόνο (**από 01/06/2023 έως το τέλος των εγγραφών**) **έναν** αγώνα ορεινού τρεξίματος απόστασης τουλάχιστον **30χλμ** με υψομετρική διαφορά **+1000μ** και άνω.

7. ΕΓΓΡΑΦΕΣ

Οι εγγραφές ανοίγουν στις **1 Ιουνίου** και θα παραμένουν ανοιχτές μέχρι νεότερη ανακοίνωση.

Υπάρχει δυνατότητα ομαδικής εγγραφής με οικονομικότερο εισιτήριο συμμετοχής

Στη φόρμα εγγραφής κάθε αθλητής/ αθλήτρια πρέπει να παρέχει τα προσωπικά του/της δεδομένα καθώς και τις ακόλουθες πληροφορίες:

- αγώνες-κριτήρια με ιστοσελίδα του αγώνα και χρόνο τερματισμού (έτος / αγώνας / χρόνος τερματισμού / link)

(για παράδειγμα 2023 / GRANITIS TRAIL / 5:00/www.granitistrail.gr

- link από την σελίδα ITRA εφόσον υπάρχει

Η εγγραφή ολοκληρώνεται εφόσον πληρούνται αγώνες-κριτήρια και έχει γίνει η διαδικασία πληρωμής.

Το ποσό θα καταβάλλεται στον Τραπεζικό Λογαριασμό του Πεζοπορικού Ορειβατικού Συλλόγου Κάτω Νευροκοπίου, Τράπεζα Πειραιώς, ΤΡΑΠΕΖΑ ΑΡ. ΛΟΓ : 619714 4948 637 και IBAN: GR03 0171 1970 0061 9714 4948 637 (Στην αιτιολογία το ΟΝΟΜΑΤΕΠΩΝΥΜΟ σας. για ομαδικές εγγραφές θα πρέπει να συμπληρώσετε Υποχρεωτικά και τα 3 ονόματα)

- ✓ **Κόστος συμμετοχής χωρίς αναμνηστικό:**

1 Ιουνίου έως 10 Ιουνίου: **20,00** ευρώ (χωρίς αναμνηστικό)

11 Ιουνίου έως 20 Ιουνίου: **30,00** ευρώ (χωρίς αναμνηστικό)

21 Ιουνίου έως την ολοκλήρωση των εγγραφών : **40,00** ευρώ (χωρίς αναμνηστικό)

- ✓ **Κόστος Ομαδικής συμμετοχής χωρίς αναμνηστικό:**

1 Ιουνίου έως την ολοκλήρωση των εγγραφών : **20,00** ευρώ (απαραίτητη προϋπόθεση η ομαδική εγγραφή να περιλαμβάνει **3 μέλη**) (χωρίς αναμνηστικό) (παράδειγμα: 3 συμμετοχές χ 20 ευρώ η κάθε μια =60,00ευρώ)

- ✓ **Κόστος συμμετοχής με αναμνηστικό:**

1 Ιουνίου έως 10 Ιουνίου: **35,00** ευρώ (με αναμνηστικό)

11 Ιουνίου έως 20 Ιουνίου: **45,00** ευρώ (με αναμνηστικό)

21 Ιουνίου έως την ολοκλήρωση των εγγραφών : **55,00** ευρώ (με αναμνηστικό)

- ✓ **Κόστος Ομαδικής συμμετοχής με αναμνηστικό:**

1 Ιουνίου έως την ολοκλήρωση των εγγραφών : **35,00** ευρώ (απαραίτητη προϋπόθεση η ομαδική εγγραφή να περιλαμβάνει **3 μέλη**) (με αναμνηστικό) (παράδειγμα: 3 συμμετοχές χ 35 ευρώ η κάθε μια =105,00ευρώ)

Οι συμμετοχές που περιλαμβάνουν αναμνηστικό δώρο θα πρέπει να ολοκληρωθούν έως τις 30 Ιουνίου 2024

Η αξία του κόστους συμμετοχής καταβάλλεται κατά τη διάρκεια της κάθε περιόδου εγγραφής ΜΟΝΟ μέσω διαδικτύου αποκλειστικά με πιστωτική ή χρεωστική κάρτα και περιλαμβάνει:

- αριθμός BIB του αγώνα
- πρώτες βοήθειες, τροφοδοσία και υδροδοσία στη διαδρομή και στον τερματισμό
- μετάλλιο στους έγκυρους τερματίζοντες
- ιδιωτική ασφάλιση σε περίπτωση ατυχήματος
- **Αναμνηστικό μόνο σε αυτούς που θα επιλέξουν το πλήρες πακέτο**

Για όσους δεν πληρούν τα κριτήρια συμμετοχής στο HEROES, είτε δεν συμπληρώνουν σωστά στοιχεία για αγώνες - κριτήρια στην FORMA εγγραφής, θα απορρίπτεται η αίτηση τους και θα τους επιστρέφεται το 50% του ποσού συμμετοχής που κατέλαβαν.

Οι 3 πρώτοι άνδρες νικητές και οι 3 πρώτες γυναίκες νικήτριες του GRANITIS TRAIL 2023 καθώς και του ZYGAKTIS TRAIL 2024 έχουν την τιμή να λάβουν μέρος στον HEROES 2024 δωρεάν.

Η Διοργάνωση έχει το δικαίωμα να εγκρίνει τη συμμετοχή, ακόμη και δωρεάν, σε αθλητές-αθλήτριες που η ίδια κρίνει άξιους να πάρουν μέρος στον αγώνα, ανεβάζοντας έτσι το αγωνιστικό επίπεδο. Αυτό μπορεί να γίνει σε οποιοδήποτε χρονικό διάστημα, ακόμη και μετά το κλείσιμο των εγγραφών.

8. ΠΟΛΙΤΙΚΗ ΑΚΥΡΩΣΗΣ

Εάν κάποιος αθλητής δεν μπορεί να συμμετάσχει στον αγώνα, θα πρέπει να ενημερώσει τους διοργανωτές μέσω email στην ακόλουθη διεύθυνση: info@frozenpeaks.gr - frozen.peaks.nevrokopi@gmail.com

Δεν υπάρχει δυνατότητα επιστροφής χρήματων σε περίπτωση ακύρωσης της συμμετοχής.

Σε περίπτωση που ο αγώνας ακυρωθεί για λόγους πέραν του ελέγχου της Διοργάνωσης έως και 15 ημέρες πριν από την εκδήλωση, θα γίνει επιστροφή 50% του ποσού εγγραφής που καταβλήθηκε. Το ποσοστό αυτό καθίσταται απαραίτητο από τα διάφορα έξοδα που έχουν ήδη πραγματοποιήσει οι Διοργανωτές και δεν μπορούν να ανακτηθούν.

Σε περίπτωση διακοπής ή ακύρωσης του αγώνα λόγω καιρικών συνθηκών ή για οποιονδήποτε άλλο λόγο πέραν του ελέγχου της Διοργάνωσης, δεν θα επιστρέφεται το κόστος συμμετοχής.

Δεν είναι δυνατή η ανταλλαγή αριθμού BIB αγώνα, η αναβολή της εγγραφής για το επόμενο έτος, η αλλαγή από τον έναν αγώνα της διοργάνωσης στον άλλο.

Οι αθλητές που θα τρέξουν με BIB που ανήκει σε άλλον αθλητή, ακόμη και μετά τον αγώνα, θα αποκλειστούν.

9. ΙΑΤΡΙΚΟ ΠΙΣΤΟΠΟΙΗΤΙΚΟ

Οι αθλητές δεν υποχρεούνται να προσκομίσουν ιατρική βεβαίωση για την κατάσταση υγείας τους. Ωστόσο, οι ίδιοι οι συμμετέχοντες θα πρέπει να γνωρίζουν πλήρως την ικανότητά τους να συμμετάσχουν σε έναν απαιτητικό αγώνα όπως ο HEROES 2024. Πρέπει να είναι σαφές ότι με την υποβολή μιας αίτησης, κάποιος αναλαμβάνει την πλήρη ευθύνη για οτιδήποτε μπορεί να συμβεί, κατά τη διάρκεια ή μετά τον αγώνα.

10. ΜΕΓΙΣΤΟ ΧΡΟΝΙΚΟ ΟΡΙΟ ΚΑΙ ΧΡΟΝΟΙ ΑΠΟΚΛΕΙΣΜΟΥ. ΕΓΚΑΤΑΛΕΙΨΗ ΤΟΥ ΑΓΩΝΑ

Ο μέγιστος επιτρεπόμενος χρόνος για να φτάσει αθλητής/αθλήτρια στη γραμμή τερματισμού είναι **9 ώρες** (έως τις 17:05 την Κυριακή 14 Ιουλίου 2024).

Οι αθλητές/αθλήτριες οι οποίοι θα φτάσουν στα σημεία αποκλεισμού είτε στον τερματισμό εκτός χρονικού ορίου θα αποκλειστούν

Η «σκούπα» θα ακολουθεί τον τελευταίο δρομέα, προκειμένου να βοηθήσει τους αθλητές που εγκαταλείπουν από τον αγώνα και να εξασφαλίσει βοήθεια για όποιον τραυματιστεί ή χρειάζεται βοήθεια.

Υπάρχουν **3 σημεία αποκλεισμού** στον αγώνα και είναι:

- 1) **ΚΑΛΥΒΑ** (14 χλμ) σε **3,5 ώρες** από την εκκίνηση του αγώνα
- 2) **ΒΑΘΥΤΟΠΟΣ** (22 χλμ) σε **5,5 ώρες** από την εκκίνηση του αγώνα
- 3) **ΚΙΟΣΚΙ** (33km) σε **8 ω** από την εκκίνηση του αγώνα

Τα σημεία αποκλεισμού όπως και σημεία ελέγχου βρίσκονται στους σταθμούς τροφοδοσίας, δηλαδή την ώρα που αθλητής/αθλήτρια αποχωρεί από το σταθμό τροφοδοσίας.

Οι αθλητές που δεν θα φτάσουν στα σημεία αυτά εντός των καθορισμένων χρονικών ορίων δεν θα επιτρέπεται να συνεχίσουν τον αγώνα (DSQ). Τα σημεία αποκλεισμού ορίζονται για την ασφάλεια των ίδιων των αθλητών καθώς και για την ομαλή λειτουργία του αγώνα. Προκειμένου να διασφαλιστεί η υγεία των συμμετεχόντων, οι ιατρικοί εκπρόσωποι της διοργάνωσης στα σημεία ελέγχου έχουν την εξουσία να εμποδίζουν τους δρομείς που κρίνονται ακατάλληλοι να συνεχίσουν τον αγώνα.

Οι υπεύθυνοι του αγώνα διατηρούν το δικαίωμα να αποκλείσουν αθλητές που δεν σέβονται τους κανόνες.

Σε περίπτωση εγκατάλειψης ο αθλητής παραδίνει το αριθμό BIB στην «σκούπα» είτε στον υπεύθυνο του σταθμού και σταματάει τη συμμετοχή του στον αγώνα.

Αν εγκαταλείψουν στο Βαθύτοπο ή στο Κιόσκι θα υπάρχει όχημα της διοργάνωσης που θα τους παραλάβει και θα τους πάει πίσω στο Περιθώρι.

Σε περίπτωση εγκατάλειψης στον 1^ο & 2^ο Σταθμό, οι αθλητές θα ενημερωθούν από την «σκούπα» και τον υπεύθυνο του σταθμού και θα πρέπει να μετακινηθούν είτε στο Βαθύτοπο είτε στο Κιόσκι με τα πόδια μόνοι τους για να πάρουν το όχημα της διοργάνωσης που θα τους μεταφέρει πίσω στο Περιθώρι.

Οι αθλητές που έχουν σταματήσει τον αγώνα μπορεί να χρειαστεί να περιμένουν κάποιο χρονικό διάστημα μέχρι να τους παραλάβει το όχημα διοργάνωσης από τα καθορισμένα σημεία περισυλλογής πριν συνοδευτούν στον χώρο τερματισμού.

Οποιοσδήποτε αθλητής/αθλήτρια που εγκαταλείπει από τον αγώνα σε οποιοδήποτε σημείο εκτός από τα καθορισμένα σημεία ελέγχου θα πρέπει να επιστρέψει στο Περιθώρι και να ενημερώσει αμέσως τους Διοργανωτές του αγώνα.

11. ΠΑΡΑΛΑΒΗ ΤΟΥ ΑΡΙΘΜΟΥ BIB ΚΑΙ ΠΑΚΕΤΟ ΤΟΥ ΑΘΛΗΤΗ

Πληροφορίες σχετικά με τη διάθεση των αριθμών BIB και πακέτων αθλητών σε νεότερη ανακοίνωση.

Η παραλαβή αριθμούς BIB του αγώνα και πακέτων των αθλητών γίνεται μόνο τις ώρες λειτουργίας Γραμματείας.

Οι αθλητές πρέπει να προσκομίσουν έγκυρο έγγραφο ταυτοποίησης και ταυτοπροσωπίας (ταυτότητα ή διαβατήριο) για να παραλάβουν το αριθμό BIB.

Οι αριθμοί BIB θα πρέπει να φορεθούν αναλλοίωτα από όλους τους συμμετέχοντες μόνο στο μέτωπο της φανέλας τους και δεν πρέπει να διπλωθούν ή να κοπούν.

Ο αριθμός BIB πρέπει να φορεθεί από το πρόσωπο για το οποίο έγινε η εγγραφή στον αγώνα.

Σε περίπτωση που ο συμμετέχοντας / η συμμετέχουσα δεν θα πάρει μέρος στον αγώνα η Διοργάνωση θα αποστέλλει το πακέτο αθλητή (στη διεύθυνση που έχουν δηλώσει στην αίτηση εγγραφής) μετά τη λήξη της διοργάνωσης.

12. ΥΠΟΧΡΕΩΤΙΚΟΣ ΕΞΟΠΛΙΣΜΟΣ

Για την αντιμετώπιση όλων των διαφορετικών πιθανών κλιματικών συνθηκών την ημέρα του αγώνα, κατά την κρίση τους και με βάση την πρόγνωση καιρού που παρέχεται από τον αρμόδιο φορέα, οι Διοργανωτές μπορούν να τροποποιήσουν τη λίστα του υποχρεωτικού εξοπλισμού. Οποιοσδήποτε αλλαγές μπορούν να κοινοποιηθούν έως και 12 ώρες πριν την εκκίνηση του αγώνα, επομένως όλοι οι αθλητές καλούνται να έχουν όλο τον υποχρεωτικό εξοπλισμό.

Οι αθλητές θα πρέπει να έχουν μαζί τους τον παρακάτω εξοπλισμό για όλη τη διάρκεια του αγώνα:

- απόθεμα νερού τουλάχιστον 1000 ml (προκειμένου να μειωθεί η κατανάλωση πλαστικού, δεν θα υπάρχουν ποτηράκια στους σταθμούς)
- ο αριθμός BIB του αγώνα να είναι ορατός καθ' όλη τη διάρκεια του αγώνα
- παπούτσια κατάλληλα για τρέξιμο στο έδαφος του Νευροκοπίου (πέτρες, χώμα, χαλίκι, άσφαλτο)
- Φακό κεφαλής ο οποίος θα χρησιμοποιείται κατά την είσοδο των Οχυρών

ΠΡΟΤΕΙΝΟΜΕΝΟΣ ΕΞΟΠΛΙΣΜΟΣ

Συνιστάται στους συμμετέχοντες στον αγώνα να φέρουν μαζί τους τον ακόλουθο εξοπλισμό:

- αντιανεμικό μπουφάν
- καπέλο

13. ΣΤΑΘΜΟΙ ΤΡΟΦΟΔΟΣΙΑΣ

Οι αθλητές υποχρεούνται να τρέχουν σε ημιαυτόνομη λειτουργία και πρέπει να έχουν μαζί τους τουλάχιστον 1000 ml υγρού (νερό, ισοτονικό).

Η ημι-αυτονομία ορίζεται ως η ικανότητα ο αθλητής να είναι αυτόνομος μεταξύ δύο σταθμών τροφοδοσίας σε σχέση με τα τρόφιμα, τον εξοπλισμό και την ασφάλεια και να μπορεί να προσαρμοστεί σε τυχόν προβλήματα που μπορεί να προκύψουν (κακές καιρικές συνθήκες, σωματικές παθήσεις, τραυματισμοί...).

Αυτό συνεπάγεται τους ακόλουθους κανόνες:

- οι αθλητές θα πρέπει να έχουν μαζί τους όλο τον υποχρεωτικό εξοπλισμό για όλη τη διάρκεια του αγώνα.
- όταν φεύγουν από ένα σταθμό τροφοδοσίας, οι αθλητές θα πρέπει να έχουν αρκετό νερό για να φτάσουν στον επόμενο σταθμό τροφοδοσίας.
- στους σταθμούς τροφοδοσίας θα είναι διαθέσιμη μια περιορισμένη ποικιλία σνακ και ροφημάτων που οι Διοργανωτές κρίνουν κατάλληλα για να εγγυηθούν μια σωστή διατροφή για τους αθλητές του αγώνα. Οποιοσδήποτε ειδικές διατροφικές απαιτήσεις πρέπει να αντιμετωπίζονται αυτόνομα από τους αθλητές.

Κατά μήκος της διαδρομής θα υπάρχουν 4 βασικοί σταθμοί τροφοδοσίας:

- **Προφ Ηλίας** (7.5 χλμ, υψόμετρο d+510 μ)
- **ΚΑΛΥΒΑ** (14 χλμ, υψόμετρο d+ 492 μ)
- **ΒΑΘΥΤΟΠΟΣ** (24 χλμ, d+ 95 μ)
- **ΚΙΟΣΚΙ** (34 χλμ, d+ 640 μ)
- **ΠΕΡΙΘΩΡΙ** (44 χλμ, d+ 255μ)

Μόνο αθλητές με ορατό αριθμό BIB του αγώνα θα έχουν πρόσβαση σε σταθμούς τροφοδοσίας.

ΔΕΝ ΘΑ ΥΠΑΡΧΟΥΝ ΠΛΑΣΤΙΚΑ ΠΟΤΗΡΑΚΙΑ ΣΤΟΥΣ ΣΤΑΘΜΟΥΣ εφόσον ένας από τους βασικούς στόχους της Διοργάνωσης είναι να μην υπάρχει κανένα οικολογικό αποτύπωμα στο περιβάλλον.

Στους σταθμούς τροφοδοσίας, σνακ και νερά θα σερβίρονται μόνο από το προσωπικό του σταθμού. Τα σκουπίδια πρέπει να τοποθετούνται στα κατάλληλα δοχεία.

14. ΣΥΝΟΔΙΑ/ΥΠΟΣΤΗΡΙΞΗ ΣΤΗ ΔΙΑΔΡΟΜΗ ΤΟΥ ΑΓΩΝΑ

Η βοήθεια που παρέχεται σε αθλητές από μέλη της οικογένειας ή της ομάδας επιτρέπεται μόνο στους ακόλουθους σταθμούς τροφοδοσίας:

- Βαθύτοπος (22χλμ)

Δεν επιτρέπονται racer σε όλη την διάρκεια του αγώνα.

Επιτρέπεται η συνοδεία του αθλητή από οικεία πρόσωπα ΜΟΝΟ λίγα μετρά πριν το τερματισμό.

15. DROP-BAG,

Δεν θα υπάρχει δυνατότητα drop-bag

16. Η ΕΚΚΙΝΗΣΗ ΤΟΥ ΑΓΩΝΑ

Οι αθλητές πρέπει να βρίσκονται στο Περιθώρι έως τις 08:10 το πρωί της Κυριακής 14 Ιουλίου 2024 (εφόσον παρέλαβαν το BIB την προηγούμενη μέρα).

Ο αγώνας ξεκινά στις **08:35** την Κυριακή **14 Ιουλίου 2024**.

Σε περίπτωση διαδοχικών εκκινήσεων (block) ο αριθμός του block καθώς και η θέση σε αυτό, θα ορίζεται αποκλειστικά και μόνο με βάση την βαθμολογία στην ΙΤΡΑ.

17. ΔΙΑΔΡΟΜΗ ΤΟΥ ΑΓΩΝΑ

Για την αναλυτική περιγραφή της διαδρομής του αγώνα θα ενημερωθείτε με νέα ανακοίνωση.

Η σήμανση της διαδρομής θα είναι πυκνή με χρωματιστές ταινίες, μπογιά (μικρής διάρκειας) σε έντονα χρώματα και μικρές πινακίδες που θα έχουν το λογότυπο του αγώνα.

Σε περίπτωση έκτακτης ανάγκης (ιδιαίτερα επικίνδυνες καιρικές συνθήκες) οι Διοργανωτές διατηρούν το δικαίωμα να τροποποιήσουν τη διαδρομή, ώστε κανένας αθλητής να μην εκτεθεί σε κίνδυνο. Εναλλακτική διαδρομή θα ανακοινωθεί αν χρειαστεί στην ενημέρωση πριν την έναρξη του αγώνα.

Οι αθλητές θα πρέπει να τηρούν αυστηρά τη σηματοδοτημένη διαδρομή του αγώνα και να μην κόβουν τμήματα της διαδρομής. Οποιοσδήποτε αποχωρήσεις από την επίσημη διαδρομή θα οδηγήσουν σε αποκλεισμό.

18. ΑΣΦΑΛΙΣΗ

Η Διοργάνωση ασφαρίζει τους αθλητές σε περίπτωση ατυχήματος κατά τη διάρκεια του αγώνα από ιδιωτική εταιρία ασφάλισης.

19. ΑΣΦΑΛΕΙΑ

Η Διοργάνωση σε συνεργασία με την ομάδα Εθελοντών Σαμαρειτών Διασωστών θα τοποθετηθούν κατά μήκος της διαδρομής του αγώνα. Θα υπάρχουν δυο ασθενοφόρα, ένα στην εκκίνηση-τερματισμό και ένα στο Βαθύτοπο 23^ο χλμ σε κατάσταση αναμονής, όπου θα υπάρχει γιατρός.

20. ΠΕΡΙΒΑΛΛΟΝ

Όποιος βρεθεί να αφήνει σκουπίδια κατά μήκος της διαδρομής θα αποκλείεται από τον αγώνα και θα υφίσταται τις κυρώσεις που προβλέπονται από τους δημοτικούς κανονισμούς.

Για να μειωθεί η κατανάλωση πλαστικού, τα ποτήρια μιας χρήσης ΔΕΝ θα μοιράζονται στους σταθμούς, επομένως ο αθλητής πρέπει να φέρει το δικό του παγούρι /κύπελλο.

21. ΚΑΙΡΟΣ

Σε περίπτωση δυσμενών καιρικών συνθηκών (πυκνή ομίχλη, δυνατή βροχή ή καταιγίδες), οι διοργανωτές διατηρούν το δικαίωμα να κάνουν αλλαγές της τελευταίας στιγμής, ακόμη και κατά τη διάρκεια του αγώνα, στη διαδρομή του αγώνα, προκειμένου να εξαιρεθούν πιθανοί κίνδυνοι ή συνθήκες που θα μπορούσαν να προκαλέσουν δυσκολίες για τους συμμετέχοντες. Οι συμμετέχοντες θα ενημερώνονται από τους Διοργανωτές για τυχόν αλλαγές. Η Διοργάνωση διατηρούν επίσης το δικαίωμα να διακόψουν ή να ακυρώσουν τον αγώνα εάν οι καιρικές συνθήκες είναι τέτοιες που θέτουν σε κίνδυνο αθλητές, προσωπικό, εθελοντές ή ιατρικές ομάδες.

22. ΑΠΟΚΛΕΙΣΜΟΣ, ΠΟΙΝΕΣ, ΕΦΕΣΕΙΣ ΚΑΙ ΕΝΣΤΑΣΕΙΣ. ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ.

Οι ακόλουθες παραβιάσεις θα οδηγήσουν σε άμεσο αποκλεισμό και απόσυρση του αριθμού BIB του αθλητή:

- αποφυγή σημείου ελέγχου
- κοψίματα διαδρομής
- αφήνοντας σκουπίδια κατά μήκος της διαδρομής του αγώνα
- άρνηση να βοηθήσει έναν συμμετέχοντα που αντιμετωπίζει δυσκολίες
- προσβολή ή απειλή προσωπικού ή εθελοντών
- χρήση μεταφοράς κατά τη διάρκεια του αγώνα
- απώλεια του αριθμού BIB

Θα επιβληθεί ποινή 1/2 ώρας για τις ακόλουθες παραβάσεις:

- εάν ο αθλητής είχε racer κατά τη διάρκεια του αγώνα (εκτός από τα τελευταία 100 μέτρα πριν τη γραμμή τερματισμού, όπου ο αθλητής μπορεί να συνοδεύεται από μέλη της οικογένειας)
- χρήση μη εξουσιοδοτημένης βοήθειας ή βοήθειας εκτός των περιοχών που ορίζονται στον κανονισμό.
- για κάθε στοά στην οποία ο αθλητής δεν εισέρχεται

Ποινή ή αποκλεισμός μπορούν να εφαρμοστούν αμέσως μόλις διαπιστωθεί η παράβαση, στο τέλος του αγώνα ή μετά τη διασταύρωση των αποδεικτικών στοιχείων, αλλά το αργότερα μέχρι την ανακοίνωση των επίσημων αποτελεσμάτων.

Οι αντιρρήσεις, ανεξάρτητα από τον λόγο, υποβάλλονται μόνο από τον αθλητή εντός 24 ωρών μετά την λήξη του αγώνα. Η απόφαση της Επιτροπής για εντάσεις εκδίδεται το αργότερο μέχρι την ανακοίνωση των επίσημων αποτελεσμάτων και δεν μπορεί να αμφισβητηθεί.

Τα προσωρινά αποτελέσματα του αγώνα θα είναι διαθέσιμα, εντός 24 ωρών από το πέρας του αγώνα.

Τα επίσημα αποτελέσματα ανακοινώνονται στην ιστοσελίδα της διοργάνωσης.

22. ΒΡΑΒΕΥΣΗ

Το αναμνηστικό μετάλλιο δίνεται μόνο στους αθλητές που πέρασαν τη γραμμή τερματισμού εντός του καθορισμένου χρονικού ορίου αγώνα (9 ώρες).

Οι 3 πρώτοι άνδρες και 3 γυναίκες της γενικής κατάταξης θα λάβουν κύπελλα.

Οι πρώτοι 3 άνδρες και 3 γυναίκες κάθε ηλικιακής κατηγορίας θα λάβουν κύπελλα νικητών ηλικίας (σε περίπτωση που η ηλικιακή κατηγορία έχει λιγότερους από 6 τερματίζοντες, θα βραβευτεί μόνο ο 1^{ος} ηλικιακός νικητής / 1^η ηλικιακή νικήτρια). Οι ηλικιακές κατηγορίες εξαιρούνται της γενικής

Ακολουθούν οι ηλικιακές κατηγορίες:

κατηγορία	ηλικίες ανδρών	κατηγορία	ηλικίες γυναικών
M	20-39 χρ.	W	20-39 χρ.
M40	40-49 χρ.	W40	40-49 χρ.
M50	50-59 χρ.	W50	50-59 χρ.
M60	60-69 χρ.	W60	60-69 χρ.
M70	70+ χρ.	W70	70+ χρ.

Η απονομή θα γίνει την Κυριακή 14 Ιουλίου στις 17:00 το απόγευμα στην πλατεία Περιθωρίου (στον χώρο του τερματισμού).

Σε καμία περίπτωση τα βραβεία δεν θα αποστέλλονται και δεν θα μοιράζονται εκ των προτέρων.

23. ΠΝΕΥΜΑΤΙΚΑ ΔΙΚΑΙΩΜΑΤΑ

Κατά την εγγραφή, οι αθλητές εξουσιοδοτούν τους Διοργανωτές να χρησιμοποιούν ελεύθερα οποιοσδήποτε ακίνητες ή κινούμενες εικόνες που τους απεικονίζουν κατά τη συμμετοχή τους στον αγώνα χωρίς εδαφικά ή χρονικά όρια.

24. ΑΠΟΠΟΙΗΣΗ ΕΥΘΥΝΗΣ

Η εθελοντική εγγραφή και η μετέπειτα συμμετοχή στον αγώνα υποδηλώνει την πλήρη αποδοχή των κανόνων και των κανονισμών του αγώνα και τυχόν μεταγενέστερες αλλαγές που έγιναν σε αυτούς. Με την εγγραφή τους, οι συμμετέχοντες απαλλάσσουν τους Διοργανωτές από οποιαδήποτε αστική ή ποινική ευθύνη για ζημιές σε πρόσωπα ή/και περιουσιακά στοιχεία που προκαλούνται από ή σε αυτούς.