



**ΠΡΟΚΗΡΥΞΗ  
ΤΟΥ 1ου ΜΑΡΑΘΩΝΙΟΥ ΑΓΩΝΑ ΟΡΕΙΝΟΥ ΤΡΕΞΙΜΑΤΟΣ ΖΑΓΟΡΙΟΥ**

**ΚΥΡΙΑΚΗ 24 ΙΟΥΛΙΟΥ 2011**





Χαράδρα του Βίκου - Γεφύρι Κόκκορη



Μπελόη



Σκάλα Βραδέτου



Πάπιγκο



Βοιδομάτης



Πασχάλειος Σχολή

Ο Δήμος Ζαγορίου διοργανώνει τον 1ο Μαραθώνιο Αγώνα Ορεινού Τρεξίματος με επίκεντρο τη Χαράδρα του Βίκου και την Τύμφη.

#### ΗΜΕΡΟΜΗΝΙΑ ΔΙΕΞΑΓΩΓΗΣ

Κυριακή 24 Ιουλίου 2011

#### ΤΟΠΟΣ ΣΥΓΚΕΝΤΡΩΣΗΣ - ΓΡΑΜΜΑΤΕΙΑ

Γέφυρα Κόκκορη κοντά στο χωριό Κουκούλι

#### ΑΓΩΝΙΣΜΑΤΑ

Κυριακή 24/7/2011

#### Μαραθώνιος Αγώνας Ορεινού Τρεξίματος 38 χλμ

Παράλληλα, θα διεξαχθεί και **μια μικρότερη διαδρομή ορεινού τρεξίματος 10 χλμ.**, με την ίδια αφητηρία και τον ίδιο τερματισμό, για όσους αγαπάνε τη φύση και θέλουν να γνωρίσουν την περιοχή. Σκοπός του αγώνα είναι να φέρει σε επαφή νέους αθλητές με το ορεινό τρέξιμο.

#### ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΑΓΩΝΑ

**24/7/2011, 06:30 π.μ.**

Συγκέντρωση αθλητών μπροστά στη Γέφυρα Κόκκορη κοντά στο Κουκούλι Ζαγορίου. Η μεταφορά θα γίνει από το σημείο τερματισμού στο σημείο εκκίνησης με μεταφορικά μέσα του Δήμου Ζαγορίου.

**24/7/2011, 7:00 π.μ.**

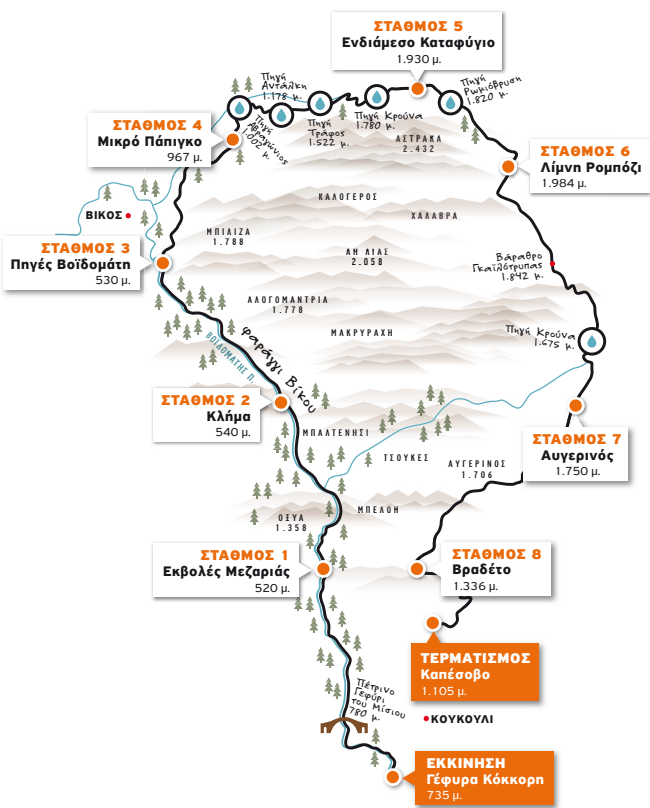
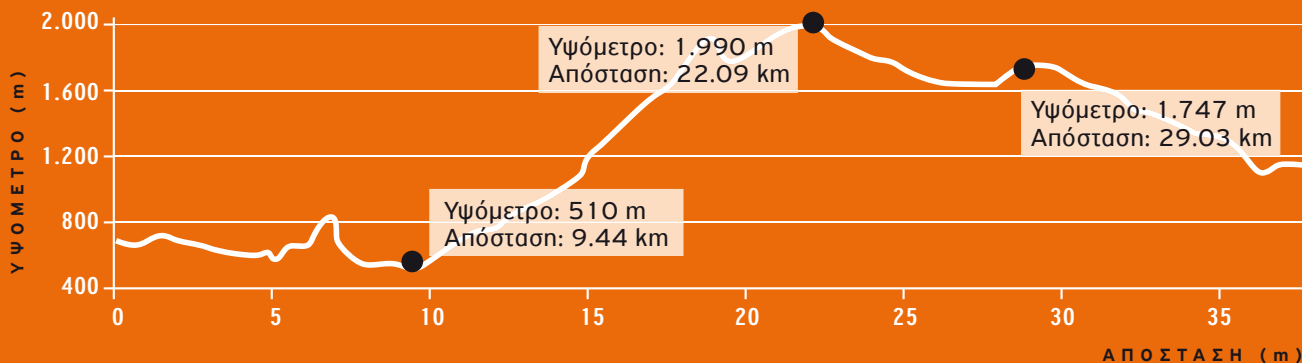
Εκκίνηση Αγώνα

**24/7/2011**

Με το πέρας του αγώνα θα υπάρξει γεύμα για όλους τους αθλητές.

**24/7/2011, 6.00 μ.μ.**

Απονομές βραβείων έμπροσθεν της Πασχαλείου Σχολής Καπεσόβου Ζαγορίου η οποία γιορτάζει τα 150 χρόνια από την κτίση της.



### ΔΙΑΔΡΟΜΗ

Η διαδρομή του 1ου ΜΑΡΑΘΩΝΙΟΥ ΑΓΩΝΑ ΟΡΕΙΝΟΥ ΤΡΕΞΙΜΑΤΟΣ ΖΑΓΟΡΙΟΥ έχει συνολική υψομετρική διαφορά 2.522 m και μήκος 38 km. Η διαδρομή θα είναι σε όλο το μήκος της σηματοδοτημένη. Πρόκειται για μια μαραθώνια διαδρομή με επίκεντρο το Φαράγγι του Βίκου με υψηλές προδιαγραφές.

Η εκκίνηση θα είναι στα 735 μ. υψόμετρο, στη Γέφυρα Κόκκορη, κοντά στο Κουκούλι και ο τερματισμός επίσης στα 1.105 μ., έμπροσθεν της Πασχαλείου Σχολής Καπέσοβου Ζαγορίου.

Η διαδρομή του αγώνα θα είναι η μοναδική που κατά το 99% γίνεται σε μονοπάτι και περνάει μέσα από τρία χωριά (Πάπιγκο - Βραδέτο - Καπέσοβο). Εναλλάσσεται μοναδικά το φυσικό περιβάλλον με την σπάνια αρχιτεκτονική του Ζαγορίου. Οι αθλητές θα διασχίσουν Χαράδρα του Βίκου με τα ξακουστά βάραθρα, θα περάσουν το Βοϊδομάτη ποταμό, θα ανέβουν στον πυρήνα της Τύμφης ανάμεσα στην Αστράκα και στην Γκαμήλα, θα συναντήσουν το Μπελόη, την σπάνια ομορφιάς Σκάλα του Βραδέτου και θα καταλήξουν στο Καπέσοβο, εκεί που φυλάσσεται ένα από τα αντίγραφα της Χάρτας του Ρήγα.

### ΣΤΑΘΜΟΙ

Εκβολές Μεζαριάς, Κλήμα, Πηγές Βοϊδομάτη, Μικρό Πάπιγκο, Ενδιάμεσο Καταφύγιο, Ρομπόζι, Αυγερινός, Βραδέτο.

### ΧΡΟΝΙΚΑ ΟΡΙΑ ΔΙΑΔΡΟΜΗΣ

Το χρονικό όριο του αγώνα καθορίζεται στις 10 ώρες μέχρι τον τερματισμό και ενδιάμεσο όριο αποκλεισμού στις 5:30 ώρες μέχρι τον 4ο Σταθμό (Μικρό Πάπιγκο 967 μ.). Το όριο είναι κοινό για άνδρες και γυναίκες και για όλες τις ηλικίες. Όσοι αθλητές περάσουν εκπρόθεσμα από το σημείο αποκλεισμού, πρέπει να παραδώσουν τον αριθμό τους στους υπεύθυνους του Σταθμού και να συνεχίσουν πεζοί προς τον τερματισμό.

### ΔΙΚΑΙΩΜΑ ΣΥΜΜΕΤΟΧΗΣ

Στον αγώνα μπορούν να συμμετάσχουν άνδρες και γυναίκες άνω των 18 ετών, ενώ οι μικρότερης ηλικίας θα μπορούν να συμμετάσχουν μόνο με την έγκριση του κηδεμόνα.

### ΟΡΟΙ ΣΥΜΜΕΤΟΧΗΣ

Κάθε αθλητής με την συμμετοχή του στον αγώνα δηλώνει υπεύθυνα ότι αποδέχεται τους κανονισμούς της προκήρυξης και ότι είναι απολύτως υγιής για την συμμετοχή του στον αγώνα, αντιλαμβανόμενος όλους τους πιθανούς κινδύνους που απορρέουν από την συμμετοχή του σε αυτόν. Συμμετέχει αποκλειστικά και μόνο με δική του ευθύνη και παράλληλα αναγνωρίζει ότι οι διοργανωτές, όπως και κάθε πρόσωπο που εργάζεται και εμπλέκεται με οποιοδήποτε τρόπο στη διοργάνωση του συγκεκριμένου αγώνα, δεν φέρουν καμία απολύτως ευθύνη απέναντί του για τυχόν τραυματισμό του, καταστροφή ή απώλεια προσωπικού εξοπλισμού ή αντικειμένων, πριν κατά την διάρκεια ή και μετά τον αγώνα.

Κάθε αθλητής με την συμμετοχή του σε κάθε αγώνα δηλώνει υπεύθυνα ότι δεν απαιτεί καμία αποζημίωση για φωτογραφίες, βίντεο, στιγμιότυπα, αποτελέσματα με προσωπικά του στοιχεία ή συνεντεύξεις του κατά την διάρκεια της διοργάνωσης, που τυχόν θα χρησιμοποιηθούν από τον διοργανωτή ή τους χορηγούς για ενημερωτικούς ή διαφημιστικούς σκοπούς κατά τη διάρκεια και μετά τη λήξη της διοργάνωσης.

### ΔΗΛΩΣΕΙΣ ΣΥΜΜΕΤΟΧΗΣ

Δηλώσεις συμμετοχών μπορούν να υποβληθούν για όλους ως εξής:

- 1) Στην ηλεκτρονική διεύθυνση [www.zagori.gov.gr](http://www.zagori.gov.gr) με συμπλήρωση της φόρμας συμμετοχής. Θα ακολουθεί απαντητικό e-mail με έναν καταθετικό τραπεζικό λογαριασμό για την καταβολή του ποσού συμμετοχής.
- 2) Δήλωση και καταβολή της συμμετοχής στην γραμματεία του αγώνα στις **21/7/2011**.
- 3) Μέσω αποστολής φαξ της Δήλωσης Συμμετοχής στο Δήμο Ζαγορίου στο **FAX: 26533 60323** και του ονομαστικού καταθετηρίου τραπεζής στο ίδιο FAX.
- 4) Μέσω e-mail στις διευθύνσεις: [d.zagoriou@1376.syzefxis.gov.gr](mailto:d.zagoriou@1376.syzefxis.gov.gr), [aggelina87@gmail.com](mailto:aggelina87@gmail.com) με την παράλληλη αποστολή του ονομαστικού καταθετηρίου τραπεζής στο FAX: 26533 60323

**Οι δηλώσεις συμμετοχής ισχύουν έως τις 20/7/2011.**

### Τηλέφωνα Επικοινωνίας

2653360300, 2653360319, 2651037309, 6934692489, 6972244064

### ΚΟΣΤΟΣ ΣΥΜΜΕΤΟΧΗΣ

Το κόστος συμμετοχής στον αγώνα είναι **20€**/αθλητή. Σε κάθε συμμετέχοντα θα δοθεί αναμνηστικό πιστοποιητικό, μετάλλιο και μπλούζα με το λογότυπο του αγώνα.

### ΠΑΡΑΛΑΒΗ ΑΡΙΘΜΩΝ ΣΥΜΜΕΤΟΧΗΣ

Η παραλαβή των αριθμών συμμετοχής θα γίνεται το Σάββατο, παραμονή του αγώνα, από το Δημαρχείο Ασπραγγέλων, που απέχει περίπου 5 χιλιόμετρα από την εκκίνηση, ενώ όσοι από τους αθλητές επιθυμούν να πάρουν τους αριθμούς τους την Κυριακή, μπορούν να το κάνουν στην περιοχή της εκκίνησης λίγο πριν την έναρξη του αγώνα (Γεφύρι του Κόκκορη). Για την παραλαβή των αριθμών απαιτείται ταυτότητα ή κάποιο άλλο επίσημο δελτίο που να πιστοποιεί τα στοιχεία του αθλητή.



#### **ΜΕΤΑΚΙΝΗΣΗ ΑΘΛΗΤΩΝ:**

Οι αθλητές θα συγκεντρωθούν το πρωί της Κυριακής στο Καπέσοβο (εκκίνηση). Από εκεί οι αθλητές μπορούν να μεταφερθούν στην περιοχή της εκκίνησης (Γεφύρι Κόκκορη) με τη βοήθεια 3 λεωφορείων της Διοργάνωσης τα οποία θα εκτελούν συνεχόμενα δρομολόγια από τις 06:00 π.μ. έως τις 06:45 π.μ.

#### **ΑΣΦΑΛΕΙΑ**

Η διοργάνωση του αγώνα φροντίζει για την ασφάλεια των αθλητών με την παρουσία εθελοντών, που θα παρέχουν τις πρώτες βοήθειες όπου αυτό είναι αναγκαίο. Σε περίπτωση τραυματισμού κάποιου αθλητή, θα πρέπει να ειδοποιηθεί άμεσα το προσωπικό της διοργάνωσης.

Η διαδρομή του αγώνα θα είναι άρτια σηματοδοτημένη πέντε μέρες πριν τον αγώνα και θα καλύπτεται σε όλο της το μήκος με κριτές, προσωπικό ασφαλείας, ιατρικό προσωπικό και τροφοδοσίες.

Επίσης, θα υπάρχει ασύρματη επικοινωνία σε όλη την διάρκεια της διαδρομής με σκοπό τον συντονισμό του αγώνα και για την παροχή βοήθειας, όπου αυτό είναι αναγκαίο.

#### **ΤΡΟΦΟΔΟΣΙΑ**

Τροφοδοσία θα υπάρχει στην εκκίνηση, στον τερματισμό και σε οχτώ (8) σημεία εντός της διαδρομής του αγώνα θα δίνονται δωρεάν energy jells, energy drinks, νερά, σάντουιτς κ.α.

#### **ΡΥΘΜΙΣΗ ΑΠΡΟΒΛΕΠΤΩΝ**

Για οτιδήποτε δεν προβλέπεται στην προκήρυξη του αγώνα αποφασίζει επιτόπου η Επιτροπή, του αγώνα η οποία έχει το δικαίωμα τροποποίησης της.

#### **ΤΟΠΟΙ ΔΙΑΜΟΝΗΣ**

Ξενοδοχεία στο Ζαγόρι: [http://www.zagori.gov.gr/index.php?option=com\\_sobi2&Itemid=569](http://www.zagori.gov.gr/index.php?option=com_sobi2&Itemid=569)

#### **ΛΕΠΤΟΜΕΡΕΙΕΣ ΚΑΙ ΥΨΟΜΕΤΡΙΚΑ ΤΟΥ ΑΓΩΝΑ**

[www.zagori.gov.gr](http://www.zagori.gov.gr)