



# OPEN ROAD & MTB RACES

## 13<sup>οι</sup>

26 & 27 ΑΥΓΟΥΣΤΟΥ 2023

[www.prasinomple.gr](http://www.prasinomple.gr)

ΟΡΕΙΝΗ  
ΝΑΥΠΑΚΤΙΑ  
ΑΝΩ ΧΩΡΑ

## ΠΡΟΚΗΡΥΞΗ OPEN ROAD ΠΟΔΗΛΑΤΙΚΩΝ ΑΓΩΝΩΝ ΟΡΕΙΝΗΣ ΝΑΥΠΑΚΤΙΑΣ 26/08/2023

Στη προσπάθεια ανάδειξης της φυσικής ομορφιάς της Ορεινής Ναυπακτίας, η περιβαλλοντική οργάνωση 'Πράσινο+Μπλέ', σε συνδιοργάνωση με τον Δήμο Ναυπακτίας και την Περιφέρεια Δυτικής Ελλάδας, υλοποιούν open ποδηλατικούς αγώνες δρόμου και ορεινής ποδηλασίας.

Δικαίωμα συμμετοχής στους αγώνες έχουν, σωματεία και μεμονωμένοι αθλητές ή απλοί ποδηλάτες. Ο αγώνας δεν περιλαμβάνεται στο αγωνιστικό πρόγραμμα της ΕΟΠ, και δεν δίνει βαθμολογία στην ατομική και σωματειακή κατάταξη της ΕΟΠ.

### 2. ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ – ΑΠΟΣΤΑΣΕΙΣ/ΔΙΑΔΡΟΜΗ/ ΚΑΤΗΓΟΡΙΕΣ ΑΓΩΝΙΖΟΜΕΝΩΝ/ ΒΡΑΒΕΥΣΕΙΣ

#### Σάββατο 26 Αυγούστου αγώνας open Road bike 35km

Κατηγορίες: Ανδρών 18-29, 30-39, 40-49, 50ετών και άνω & Γυναικών 18 ετών και άνω.

18.00 - Εκκίνηση - Διεξαγωγή ποδηλατικού αγώνα Road bike 35 km με οδική ασφάλτινη διαδρομή από Άνω Χώρα – Ελατού - Τερψιθέα και μέσω Μακριάς Ράχης τερματισμός σε Αϊ Γιάννη.

20.00 - Βράβευση νικητών (χώρος: κεντρική πλατεία Άνω Χώρας )

### 3. ΣΥΜΜΕΤΟΧΗ:

- Αριθμός συμμετοχών: max 100 συνολικά σε όλες τις κατηγορίες.
- Δηλώσεις Συμμετοχής: έναρξη 15 Ιουλίου – λήξη 15 Αυγούστου (μόνο ηλεκτρονικά)

### 4. ΓΡΑΜΜΑΤΕΙΑ ΑΓΩΝΑ:

Κεντρική πλατεία Άνω Χώρας  
- Σάββατο 26 Αυγούστου αγώνας open Road bike 35km **16:00 – 17:00**

### 5. ΤΕΧΝΙΚΟ ΣΥΝΕΔΡΙΟ/ΤΕΧΝΙΚΗ ΕΝΗΜΕΡΩΣΗ:

- Σάββατο 26 Αυγούστου 14.00 σε κεντρική πλατεία για road bike 35km

### 6. ΚΑΝΟΝΙΣΜΟΙ:

Ο αγώνας διεξάγεται με τους κανονισμούς της ΕΟ Ποδηλασίας.



# OPEN ROAD & MTB RACES

## 13<sup>οι</sup>

26 & 27 ΑΥΓΟΥΣΤΟΥ 2023

www.prasinomple.gr

ΟΡΕΙΝΗ  
ΝΑΥΠΑΚΤΙΑ  
ΑΝΩ ΧΩΡΑ

## 7. ΕΙΔΙΚΟΙ ΚΑΝΟΝΙΣΜΟΙ ΔΙΟΡΓΑΝΩΣΗΣ:

### Ασφάλεια Αγώνων:

1. Οι αγωνιζόμενοι, τρέχουν με δική τους απόλυτη ευθύνη και απαιτείται να είναι υγιείς, συμπληρώνοντας υποχρεωτικά όλα τα στοιχεία τους στην [ηλεκτρονική υπεύθυνη δήλωση](#).
2. Οι διοργανωτές δεν φέρουν καμία απολύτως ευθύνη για την κατάσταση της υγείας των συμμετεχόντων καθώς και για την περίπτωση ατυχήματος κατά τη διάρκεια του αγώνα.
3. Η διοργάνωση έχει ασφαλισμένους τους συμμετέχοντες με γενική ασφάλεια αστικής ευθύνης και εφαρμόζει το ειδικό πρωτόκολλο ασφαλείας έναντι του covid-19 ,
4. Καθ' όλη τη διάρκεια των αγώνων διατίθενται 2 νοσοκομειακά οχήματα, ενώ το Κέντρο Υγείας Άνω Χώρας διαθέτει ιατρική ομάδα και βρίσκεται σε 24ωρη εφημερία
5. Εκπαιδευμένοι διασώστες με εξοπλισμό, βρίσκονται σε όλες τις διαδρομές αγώνων.
6. Αυστηρά απαιτείται η υποχρεωτική χρήση κράνους από τους αγωνιζόμενους.
7. Σε περίπτωση πανδημίας έχει δημιουργηθεί και θα εφαρμοστεί το ειδικό πρωτόκολλο ασφαλείας για τη προστασία των αγωνιζομένων, το οποίο καθορίζει σαφώς τα προληπτικά μέτρα που ισχύουν για την υλοποίηση των αγώνων, βάση οδηγιών ΕΟΔΥ, ΕΟΠ και αποφάσεων της οργανωτικής επιτροπής. Οι επιθυμούντες να συμμετέχουν στους αγώνες πριν συμπληρώσουν την ηλεκτρονική αίτηση συμμετοχής, οφείλουν να έχουν διαβάσει το πρωτόκολλο ασφαλείας και να συμφωνούν απόλυτα. Με την αποστολή της αίτησης αποδέχονται και τους όρους του πρωτόκολλου.

### Υδροδοσίες – feed zone

1. Για τον αγώνα κούρας... παρέχονται στην εγγραφή ισοτονικό ρόφημα και μπανάνα. και στον τερματισμό νερό και μπανάνα.
2. **Απαγορεύεται αυστηρά** με ποινή αποκλεισμού η ρίψη των φιαλών νερού ή συσκευασίες από ζελεδάκια κ.α. στο δρόμο. Οι παραβάτες αποκλείονται από τον αγώνα αλλά και από τις επόμενες διοργανώσεις.
- 3.

### Χρονομέτρηση – Εποπτεία αγώνων

1. Η χρονομέτρηση υλοποιείται με ηλεκτρονικό τρόπο, με chip χρονομέτρησης μιας χρήσης προσαρμοσμένο στο αριθμό ποδηλάτου του αγωνιζόμενου και στο κράνος. Για να ισχύει μία κατηγορία πρέπει να έχει τουλάχιστον 6 συμμετοχές. Σε περίπτωση που δεν συμπληρωθεί κάποια κατηγορία, ενσωματώνεται με την αμέσως μικρότερη ηλικιακά.
2. Η επίσημη χρονομέτρηση των αγώνων ολοκληρώνεται ως εξής:
  - **Road bike race 35km** Ο αγώνας ολοκληρώνεται με τελευταία χρονομέτρηση στις 20.00 δηλαδή στις 2 ώρες από την εκκίνηση. Όσοι αγωνιζόμενοι τερματίσουν μετά τις 20.00, δεν ολοκλήρωσαν τον αγώνα στον πίνακα κατάταξης
3. Στη διαδρομή υπάρχουν επόπτες - marshals που διευκολύνουν τους αγωνιζόμενους αλλά και τους εποπτεύουν σχετικά με τη σωστή τήρηση των κανονισμών. Οι αγωνιζόμενοι πρέπει να υπακούσουν στις υποδείξεις των κριτών αγώνων και εποπτών, σε άλλη περίπτωση κινδυνεύουν με αποκλεισμό από τον αγώνα
4. Με την ανάρτηση των αποτελεσμάτων στο site αγώνων οι αγωνιζόμενοι μπορούν ανατρέχοντας στη ανάλογη σελίδα με τα αποτελέσματα.



# OPEN ROAD & MTB RACES

## 13<sup>οι</sup>

26 & 27 ΑΥΓΟΥΣΤΟΥ 2023

[www.prasinomple.gr](http://www.prasinomple.gr)

ΟΡΕΙΝΗ  
ΝΑΥΠΑΚΤΙΑ  
ΑΝΩ ΧΩΡΑ

### Κόστος συμμετοχής

- Συμβολικό άπαξ κόστος εγγραφής για όλους τους αγώνες του 2ημερου: **15,00€** /άτομο
- Η πληρωμή της εγγραφής γίνεται υποχρεωτικά με τους πιο κάτω τρόπους :
  1. Με κατάθεση ηλεκτρονικά σε λογαριασμό **ΜΚΟ ΠΡΑΣΙΝΟ+ΜΠΛΕ τράπεζα Πειραιώς με IBAN GR9101721570005157046138869** αναγράφοντας υποχρεωτικά όνομα και επίθετο συμμετοχής ώστε να ισχύει η εγγραφή σας και για να παραλάβετε στην γραμματεία τη νόμιμη απόδειξή σας.

*\*Σε περίπτωση μη συμμετοχής ή ακύρωσης, δεν γίνεται επιστροφή χρημάτων.*

### 8. ΒΡΑΒΕΥΣΕΙΣ – ΕΠΑΘΛΑ:

Μετάλλια στους πρώτους έξη (6) και κύπελο στους πρώτους, ανά αγώνα ανά κατηγορία

### 9. ΕΛΕΓΧΟΣ ΑΝΤΙΝΤΟΠΙΝΓΚ:

Σε περίπτωση που το Εθνικό Συμβούλιο Καταπολέμησης Ντόπινγκ αποφασίσει ελέγχους, θα υπάρξει ενημέρωση για τους εμπλεκόμενους, σύμφωνα με τους κανονισμούς της ΕΟΠ, της UCI και του ΕΣΚΑΝ.

15. ΠΟΙΝΕΣ: Στον αγώνα θα εφαρμοστούν οι ποινές που αναφέρονται στους κανονισμούς της ΕΟΠ και όπου δεν προβλέπεται, της UCI.

### 10. ΑΛΥΤΑΡΧΗΣ ΑΓΩΝΑ:

Χαράλαμπος Ρήγας

### 11. ΔΙΕΥΘΥΝΤΗΣ ΑΓΩΝΑ:

Ξύδης Τάσος / m. 6936052888 / e. [info@prasinomple.gr](mailto:info@prasinomple.gr)

### 12. ΑΠΟΔΟΧΗ ΣΥΜΜΕΤΟΧΗΣ - ΠΡΟΣΩΠΙΚΑ ΔΕΔΟΜΕΝΑ:

I. Με την συμμετοχή του στον αγώνα, ο ποδηλάτης αποδέχεται το περιεχόμενο και τους όρους της παρούσας προκήρυξης των αγώνων.

II. Άπαντες οι συμμετέχοντες στους αγώνες με οποιαδήποτε μορφή, αθλητές, προπονητές, συνοδοί, θεατές και όλοι οι εμπλεκόμενοι στην διοργάνωση, αποδέχονται όπως τα προσωπικά τους στοιχεία, τα αποτελέσματα αγώνων με τις επιδόσεις, τις φωτογραφίες, τα βίντεο αυτών, να δίνονται στον έντυπο και ηλεκτρονικό Τύπο, στα ηλεκτρονικά μέσα δικτύωσης και επικοινωνίας, και να επεξεργάζονται από τον διοργανωτή του αγώνα και τους συνδιοργανωτές αυτού.

### 13. ΥΓΕΙΟΝΟΜΙΚΟ ΠΡΩΤΟΚΟΛΛΟ:

I. Ακολουθείται υγειονομικό πρωτόκολλο βάση οδηγιών και προσαρμόζεται την ανάλογη χρονική περίοδο.



# OPEN ROAD & MTB RACES

## 13<sup>οι</sup>

26 & 27 ΑΥΓΟΥΣΤΟΥ 2023

www.prasinomple.gr

ΟΡΕΙΝΗ  
ΝΑΥΠΑΚΤΙΑ  
ΑΝΩ ΧΩΡΑ

### 13. ΧΑΡΤΗΣ/ΥΨΟΜΕΤΡΙΚΟ ΔΙΑΓΡΑΜΜΑ ΔΙΑΔΡΟΜΗΣ:

#### ROAD BIKE RACE 35km

- Τα 15km λόγω πολύ κατηφορικού επικίνδυνου οδοστρώματος, είναι προθέρμανση με ταχύτητα έως 35km/h. Εκκίνηση δίνεται εν κινήσει για τα υπόλοιπα 20km τα οποία και είναι ανηφορικά.

- Προηγούνται για λόγους ασφαλείας των αγωνιζόμενων και για τα πρώτα 15km προθέρμανσης αυτοκίνητο της τροχαίας και αυτοκίνητο επόπτη αγώνα με αλυτάρχη και τους ακολουθούν αυτοκίνητο παροχής τεχνικής βοήθειας, Νοσοκομειακό όχημα, αυτοκίνητα συνοδοί και τέλος όχημα περισυλλογής ποδηλάτων. Η διαδρομή εποπτεύεται και εξασφαλίζεται από marshals και άνδρες της τροχαίας.





**OPEN ROAD & MTB RACES**

**13<sup>οι</sup>**

26 & 27 ΑΥΓΟΥΣΤΟΥ 2023

[www.prasinomple.gr](http://www.prasinomple.gr)

ΟΡΕΙΝΗ  
ΝΑΥΠΑΚΤΙΑ  
**ΑΝΩ ΧΩΡΑ**

**ΕΥΧΑΡΙΣΤΟΥΜΕ!**

---

**ΤΟΥΣ ΣΥΝΔΙΟΡΓΑΝΩΤΕΣ ΜΑΣ:** Περιφέρεια Δυτικής Ελλάδας & Δήμο Ναυπακτίας.

**ΤΗΝ ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΟΜΟΣΠΟΝΔΙΑ ΠΟΔΗΛΑΣΙΑΣ**

**ΤΟΥΣ ΣΥΝΕΡΓΑΖΟΜΕΝΟΥΣ ΦΟΡΕΙΣ:** Κέντρο Υγείας Άνω Χώρας, τοπική κοινότητα Άνω Χώρας, Δασαρχείο Ναυπακτίας, Τροχαία & Πυροσβεστική Ναυπάκτου, ομάδα διάσωσης Μεσολογγίου ΕΟΕΔ και φυσικά όλους τους επαγγελματίες της περιοχής για την άψογη συνεργασία.