



## 10<sup>ος</sup> ΕΥΡΥΤΑΝΕΙΟΣ ΔΡΟΜΟΣ

Σας γνωρίζουμε, ότι την 29<sup>η</sup> Ιουλίου 2023, ημέρα Σάββατο και ώρα 17.00, θα διεξαχθεί ο 10<sup>ος</sup> Ευρυτάνειος δρόμος, που αναβαθμίστηκε σε ημιμαραθώνιο δρόμο, με αφετηρία το μνημείο της μάχης του 279 π.χ. των Ευρυτάνων και Αιτωλών κατά των Γαλατών, στην τοποθεσία Κοκκάλια και τερματισμό στην πλατεία του Κρικέλλου (<https://www.mixanitouxronou.gr/i-ematiri-isvoli-ton-galaton-stin-ellada-to-279-p-ch-ithelan-na-leilatisoun-to-mnimio-ton-delfon-alla-katatropothikan-apo-etolous-ke-evritanes/>) αφιερωμένος στην μνήμη των μαχητών της εποχής.

Για 10η φορά, ο πολιτιστικός σύλλογος των εν Αθήναις και απανταχού Κρικελλιωτών Ευρυτάνων «Ο Άγιος Νικόλαος», σε συνεργασία με τον τα αθλητικά σωματεία ΑΠΣ Καρπενήσι 2002 και Κεραυνός Κρικέλλου, τον ΟΠΑΣΤΕ και το Δήμο Καρπενησίου, διοργανώνουν τον Ευρυτάνειο Δρόμο (ορεινός ημιμαραθώνιος αγώνας απόστασης 21.300, κύρια διαδρομή).

Ο αγώνας έχει την υποστήριξη του ΣΕΓΑΣ και της Ε.Ο.Σ.Λ.Μ.Α.Υ. και του Συλλόγου Μαραθωνοδρόμων ΤΕΛΜΗΣΣΟΣ Μαραθώνος και συνδρομή της Περιφέρειας Στερεάς Ελλάδος και της Περιφερειακής Ενότητας Ευρυτανίας και του Τοπικού Συμβουλίου Κρικέλλου.

Παράλληλα θα διεξαχθεί σε απόσταση 3 Χιλιομέτρων αγώνας για όλες τις ηλικίες περιμετρικά του χωριού μας και αγώνας δρόμου απόστασης 1.5 χιλιομέτρου για παιδιά έως 16 ετών. Οι δυο αυτοί αγώνες έχουν ως αφετηρία και τερματισμό την πλατεία του Κρικέλλου, ενώ ο κύριος αγώνας έχει αφετηρία το μνημείο στα Κοκκάλια και τερματισμό την πλατεία του Κρικέλλου.

Οι δύο διαδρομές (21.300μ και 3.000μ) θα χρονομετρηθούν ηλεκτρονικά.

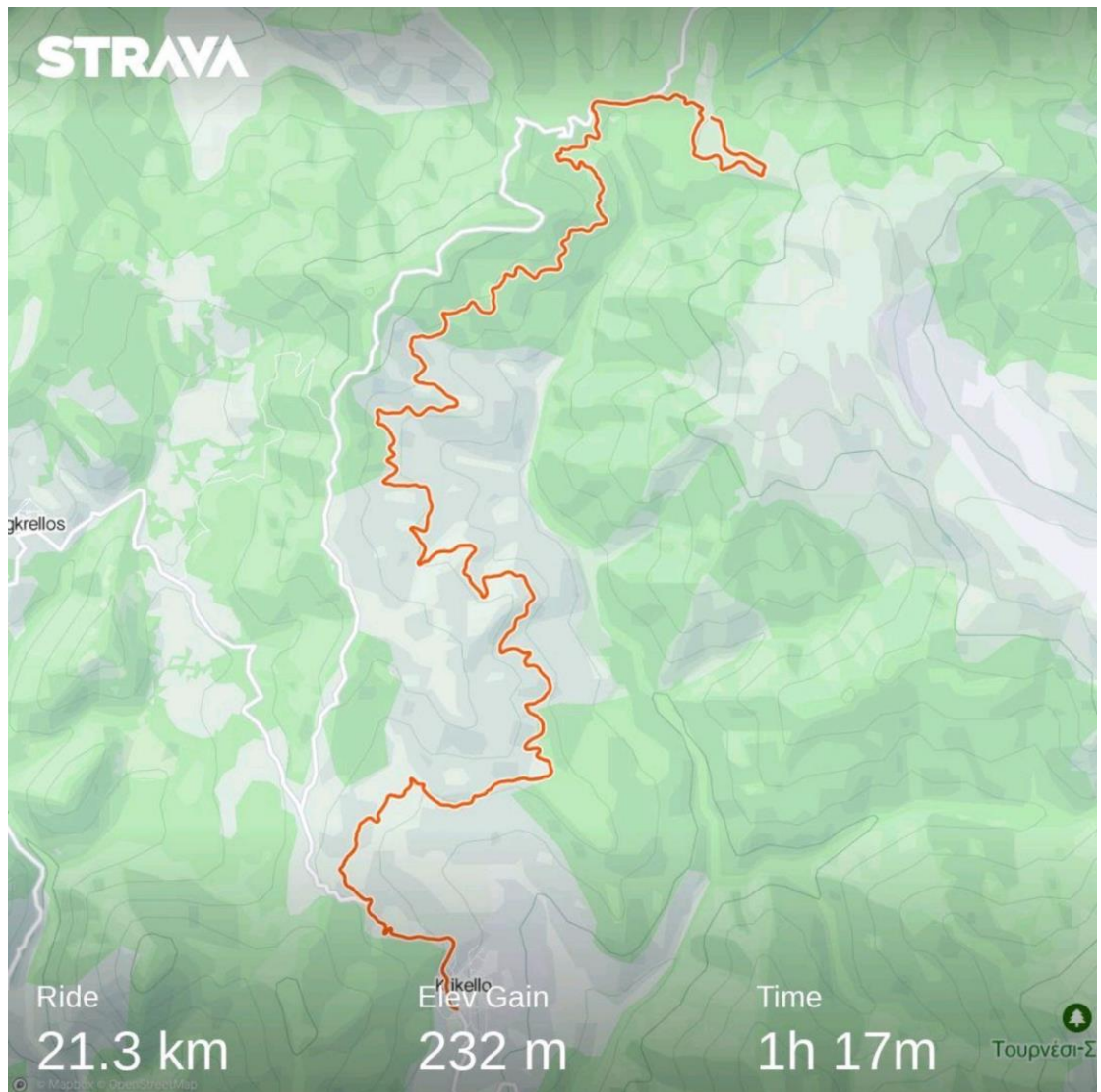
Για δηλώσεις συμμετοχής θα βρείτε την σχετική φόρμα στην ιστοσελίδα του ευρυτάνειου δρόμου : [www.evrytaneiosdromos.gr](http://www.evrytaneiosdromos.gr) καθώς και τους τραπεζικούς λογαριασμούς όπου μπορείτε να καταθέσετε το ποσό της συμμετοχής με αιτιολογία:

*Ονοματεπώνυμο Αθλητή\_Απόσταση Μονοπατιού (21χλμ / 3χλμ)*



Στον παρακάτω σύνδεσμο μπορείτε να δείτε τα στοιχεία της διαδρομής.

Check out my activity on Strava: <https://strava.app.link/jcUckFO1pb>



Ο αγώνας θα διεξαχθεί σύμφωνα με τους παρακάτω όρους:

1. Τόπος : Κρίκελλο Ευρυτανίας (30 χλμ. από Καρπενήσι)

<https://goo.gl/maps/8Xwy2SGHtTLegeZMA>

2. Ημερομηνία Διεξαγωγής Αγώνα :

**Σάββατο 29 Ιουλίου 2023**



### 3. Διαδρομές

A. Ευρυτάνειος δρόμος: Απόσταση : **21.300 μ.** (δασικός δρόμος – χωμάτινη διαδρομή με ελάχιστη ασφαλτο στο τέλος της διαδρομής)

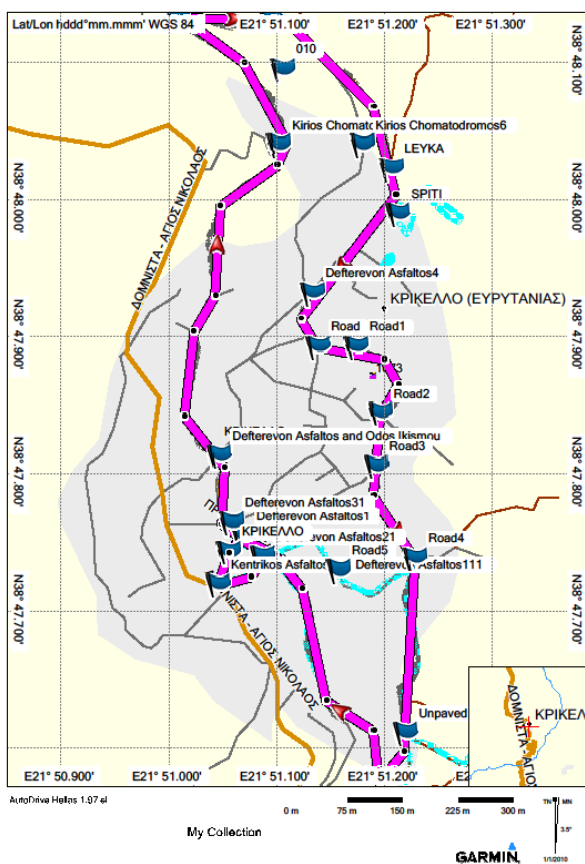
Αφετηρία – Τερματισμός : μνημείο των Κοκκαλίων- Πλατεία χωριού

Ώρα Εκκίνησης: **17:00 (μμ)**

B. Μονοπάτι: Απόσταση : **3.000 μ.**

Αφετηρία – Τερματισμός : Πλατεία χωριού

Ώρα Εκκίνησης: **17:30**



Γ. Παιδικός Αγώνας: **1.500 μ**

Αφετηρία – Τερματισμός : Πλατεία χωριού

Ώρα Εκκίνησης: **17:05**



### Διαδρομή Ευρυτανείου Δρόμου: 21.3 χλμ.

Ο αγώνας ξεκινά από το Μνημείο στα Κοκκάλια, εκεί όπου έγινε η ιστορική μάχη Αιτωλών και Ευρυτάνων απέναντι στους Γαλάτες το 279 πΧ. Οι αθλητές θα έχουν την δυνατότητα να τρέξουν παράλληλα με τα βουνά της Ευρυτανίας έχοντας μια εκπληκτική θέα καθ'όλη την διάρκεια της διαδρομής τους. Για περίπου 400 μ. θα τρέχουν σε ένα ιδιαίτερο μονοπάτι που συνδυάζει φυσική ομορφιά και αθλητική πρόκληση. Ο δρόμος που θα διασχίσουν περιέχει μια απαλή διαδρομή με μικρά ανηφορικά επίπεδα και μετά από περίπου 18 χιλιόμετρα καταλήγει στη κεντρική πλατεία του Κρίκελλου Ευρυτανίας όπου θα βρίσκεται και ο τερματισμός. Οι αθλητές τερματίζουν στη κεντρική πλατεία του Κρίκελλου Ευρυτανίας.

### Διαδρομή Μονοπατιού: 3 χλμ.

Έχει αφετηρία και τερματισμό την πλατεία του χωριού και ακολουθεί διαδρομή περιφερειακά του οικισμού.

Αναλυτικές πληροφορίες σχετικά με τις διαδρομές μπορείτε να βρείτε στην επίσημη ιστοσελίδα της διοργάνωσης: <http://evrytaneiosdromos.gr/>

### Διαδρομή Μονοπατιού: 1.5 χλμ.

Έχει αφετηρία και τερματισμό την πλατεία του χωριού και ακολουθεί διαδρομή περιφερειακά του οικισμού.

Αναλυτικές πληροφορίες σχετικά με τις διαδρομές μπορείτε να βρείτε στην επίσημη ιστοσελίδα της διοργάνωσης: <http://evrytaneiosdromos.gr/>

## 4. Δικαίωμα Συμμετοχής

-Για να συμμετάσχει κάποιος στον **Ευρυτανείο Δρόμο**, θα πρέπει να έχει **συμπληρώσει το 18<sup>ο</sup>** έτος, ενώ για μικρότερα σε ηλικία παιδιά θα χρειαστεί η συγκατάθεση και η συνοδεία γονέα/κηδεμόνα.

-Για να συμμετάσχει κάποιος στο **Μονοπάτι**, θα πρέπει να έχει **συμπληρώσει το 16<sup>ο</sup>** έτος, ενώ κρίνεται απαραίτητη η συγκατάθεση και η συνοδεία γονέα/κηδεμόνα.

-Για να συμμετάσχει κάποιος στο **αγώνα 1.5 χλμ**, θα πρέπει να έχει **συμπληρώσει το 9<sup>ο</sup>** έτος της ηλικίας, ενώ κρίνεται απαραίτητη η συγκατάθεση και η συνοδεία γονέα/κηδεμόνα.

*\*Στους συμμετέχοντες δρομείς που είναι ανήλικοι (κάτω των 18 ετών), είναι απαραίτητη η υπογραφή υπεύθυνης δήλωσης από τους γονείς/κηδεμόνες τους, δίνοντας τη συγκατάθεσή τους και να αποσταλλεί ηλεκτρονικά έως και την Παρασκευή 21 Ιουλίου 2023, στο e-mail: [evrytaneiosdromos@gmail.com](mailto:evrytaneiosdromos@gmail.com) προκειμένου να τους επιτραπεί η συμμετοχή τους στον αγώνα.*



## 5. Διακρίσεις – Έπαθλα

Για τον Ευρυτάνειο (αγώνας 21.3 χλμ) τα επαθλα (μετάλλιο και κύπελλο) απονέμονται στους\*:

- 1) Τρεις (3) πρώτους νικητές της Γενικής Κατάταξης Ανδρών
- 2) Τρεις (3) πρώτες νικήτριες της Γενικής Κατάταξης Γυναικών
- 3) Τρεις (3) πρώτους Άνδρες νικητές της Κατηγορίας 18-39 ετών
- 4) Τρεις (3) πρώτες Γυναίκες νικήτριες της Κατηγορίας 18-39 ετών
- 5) Τρεις (3) πρώτους Άνδρες νικητές της Κατηγορίας 40-49 ετών
- 6) Τρεις (3) πρώτες Γυναίκες νικήτριες της Κατηγορίας 40-49 ετών
- 7) Τρεις (3) πρώτους Άνδρες νικητές της Κατηγορίας 50-59 ετών
- 8) Τρεις (3) πρώτες Γυναίκες νικήτριες της Κατηγορίας 50-59 ετών
- 9) Τρεις (3) πρώτους Άνδρες νικητές της Κατηγορίας 60-69 ετών
- 10) Τρεις (3) πρώτες Γυναίκες νικήτριες της Κατηγορίας 60-69 ετών
- 11) Τρεις (3) πρώτους Άνδρες νικητές της Κατηγορίας 70 ετών και άνω
- 12) Τρεις (3) πρώτες Γυναίκες νικήτριες της Κατηγορίας 70 ετών και άνω

Για το Μονοπάτι (αγώνας 3χλμ) τα έπαθλα (μετάλλιο και κύπελλο) απονέμονται στους\*:

- 1) Τρεις (3) πρώτους νικητές της Γενικής Κατάταξης Ανδρών
- 2) Τρεις (3) πρώτες νικήτριες της Γενικής Κατάταξης Γυναικών

Για τον παιδικό αγώνα (1.5χλμ) τα έπαθλα (μετάλλιο και κύπελλο) απονέμονται στους\*:

- 1) Τρεις (3) πρώτους νικητές της Γενικής Κατάταξης Αγοριών
- 2) Τρεις (3) πρώτες νικήτριες της Γενικής Κατάταξης Κοριτσιών

\*Όσοι αθλητές διακρίθηκαν αλλά απουσιάζουν από τις απονομές, δεν θα παραλαμβάνουν το βραβείο τους.

Σε όλους τους δρομείς που θα τερματίσουν, θα δοθεί αναμνηστικό μετάλλιο με τα διακριτικά του αγώνα.

Το δίπλωμα συμμετοχής θα το παραλάβουν μετά το πέρας του αγώνα ηλεκτρονικά από την επίσημη ιστοσελίδα της διοργάνωσης.



## 6. Παροχές Αγώνα

### Πακέτο αθλητικού εξοπλισμού και συμμετοχής για τον Ευρυτάνειο Δρόμο :

- Αριθμός συμμετοχής με chip ηλεκτρονικής χρονομέτρησης,
- Αναμνηστικό μετάλλιο με τα διακριτικά του αγώνα
- Τεχνικό t-shirt με τα διακριτικά του αγώνα (για όποιον το επιθυμεί)
- Παροχή νερού, ισοτονικών ποτών, αναψυκτικών, σνακ
- Ελαφρύ μετά-αγωνιστικό γεύμα
- Ηλεκτρονικό Πιστοποιητικό συμμετοχής
- Αναμνηστική Τσάντα με τοπικά προϊόντα

Η διοργάνωση διαθέτει φωτογράφο στην αφετηρία, στον τερματισμό και κατά τη διάρκεια του αγώνα.

### Πακέτο αθλητικού εξοπλισμού και συμμετοχής για το Μονοπάτι :

- Αριθμός συμμετοχής με chip ηλεκτρονικής χρονομέτρησης,
- Αναμνηστικό μετάλλιο με τα διακριτικά του αγώνα
- Τεχνικό t-shirt με τα διακριτικά του αγώνα (για όποιον το επιθυμεί)
- Παροχή νερού, ισοτονικών ποτών, αναψυκτικών, σνακ
- Ελαφρύ μετά-αγωνιστικό γεύμα (μπουφές)
- Ηλεκτρονικό Πιστοποιητικό συμμετοχής
- Αναμνηστική Τσάντα με τοπικά προϊόντα

Η διοργάνωση διαθέτει φωτογράφο στην αφετηρία, στον τερματισμό και κατά τη διάρκεια του αγώνα.

## 7. Δηλώσεις Συμμετοχής

Οι δηλώσεις συμμετοχής για τον αγώνα θα πρέπει να **ολοκληρωθούν** το αργότερο μέχρι την **Πέμπτη 20 Ιουλίου και ώρα 23:59** και ΜΟΝΟ ηλεκτρονικά στην διεύθυνση: [www.evrytaneiosdromos.gr](http://www.evrytaneiosdromos.gr), με συμπλήρωση της αντίστοιχης φόρμας εγγραφής (στην κατηγορία ΑΓΩΝΕΣ → Πληροφορίες → Εγγραφές).

Θα υπάρχει η δυνατότητα περιορισμένων εγγραφών στη γραμματεία, την ημέρα του αγώνα, στις ώρες λειτουργίας της γραμματείας που αναφέρονται παρακάτω.

Κατά τη διάρκεια του αγώνα θα παρίστανται προληπτικά εθελοντές του Ερυθρού Σταυρού και ομάδα διάσωσης. Ο κάθε δρομέας τρέχει όμως με δίκη του ευθύνη και συνιστάται πριν οποιαδήποτε αθλητική δραστηριότητα να έχει περάσει ένα τυπικό ιατρικό έλεγχο.



## Αντίτιμο Συμμετοχής

Το κόστος συμμετοχής στον 10<sup>ο</sup> Ευρυτάνειο Δρόμο είναι: **12€**

Το κόστος συμμετοχής για το Μονοπάτι είναι : **5€**

Το κόστος συμμετοχής για τον παιδικό αγώνα είναι : **Δωρεάν**

**\*Όποιος επιθυμεί να παραλάβει τεχνικό μπλουζάκι με τα διακριτικά του αγώνα, το κόστος ανέρχεται στα 8€ επιπλέον.**

## 8. Τρόποι Πληρωμής

**Με κατάθεση σε τραπεζικό λογαριασμό:**

στην Εθνική Τράπεζα	στην Τράπεζα ALPHA BANK
IBAN: GR1801104120000041262522653	IBAN: GR2801401560156002340028444
ΔΙΚΑΙΟΥΧΟΣ : Νίκος Γιαννακόπουλος	ΔΙΚΑΙΟΥΧΟΣ : Μαρία Κοντού

Στην αιτιολογία κατάθεσης πρέπει **απαραίτητα να δηλώσετε το ονοματεπώνυμό σας και την απόσταση.**

\*Στην περίπτωση που επιθυμείτε **τεχνικό μπλουζάκι**, παρακαλείστε να **καταθέσετε το αντίστοιχο ποσό (8€) μαζί με το αντίστοιχο ποσό συμμετοχής για τον αγώνα (12€ ή 5€)** και στην αιτιολογία πρέπει **απαραίτητα να δηλώσετε το ονοματεπώνυμό σας, την απόσταση και το μέγεθος (S / M / L / XL).**

**Για παράδειγμα:**

***Ο κ. Παπαδόπουλος Γεώργιος θα τρέξει στα 21.3χλμ και επιθυμεί τεχνικό μπλουζάκι μεγέθους Medium. Χρειάζεται να καταθέσει 20€ με την αιτιολογία:  
ΠΑΠΑΔΟΠΟΥΛΟΣ ΓΕΩΡΓΙΟΣ\_21χλμ\_M***

Δικαίωμα συμμετοχής στον αγώνα έχουν όσοι έχουν **καταθέσει το ποσό συμμετοχής, μέχρι και Παρασκευή 21 Ιουλίου 2023.** Στην περίπτωση εγγραφής στον αγώνα μέσω της ηλεκτρονικής φόρμας, αλλά μη κατάθεσης του αντίστοιχου ποσού συμμετοχής, η εγγραφή θα θεωρείται άκυρη.

**ΕΠΙΣΤΡΟΦΗ ΧΡΗΜΑΤΩΝ – ΠΟΛΙΤΙΚΗ ΑΚΥΡΩΣΕΩΝ :** **Ακυρώσεις συμμετοχών δε γίνονται δεκτές ούτε επιστρέφεται το αντίτιμο συμμετοχής.**

Μόνο σε περίπτωση ακύρωσης του αγώνα από τη διοργάνωση, θα επιστρέφεται το αντίτιμο συμμετοχής.

**\*Οι τακτοποιημένοι οικονομικά αθλητές που για οιονδήποτε λόγο δε θα συμμετάσχουν στον αγώνα που δήλωσαν, μπορούν να λάβουν εφόσον το επιθυμούν, ταχυδρομικά και με δική τους επιβάρυνση, το αγωνιστικό πακέτο που τους αναλογεί.**



## 09. Υγειονομικοί Όροι και Ιατρική Κάλυψη

### Σε κάθε περίπτωση όλοι οι αγωνιζόμενοι συμμετέχουν με αποκλειστικά δική τους ευθύνη.

Οι διοργανωτές δεν ευθύνονται για τον τραυματισμό, θάνατο ή οποιαδήποτε βλάβη της υγείας των αγωνιζομένων, οι οποίοι υποβάλλοντας την αίτηση συμμετοχής δηλώνουν ότι γνωρίζουν τους κινδύνους που υπάρχουν στο ορεινό περιβάλλον και βεβαιώνουν ότι η κατάσταση της υγείας τους είναι καλή και τους επιτρέπει να αγωνιστούν, έχουν δε πρόσφατα εξεταστεί από γιατρό γι' αυτό το θέμα. Οι διοργανωτές δε φέρουν καμία ευθύνη για τυχόν προβλήματα υγείας των αθλητών, οφειλόμενα σε έλλειψη προληπτικού ιατρικού ελέγχου. Επίσης δεν φέρουν ευθύνη για τυχόν ατύχημα που προκύψει κατά τη διεξαγωγή του αγώνα.

Συστήνεται στους συμμετέχοντες να έχουν υποβληθεί πρόσφατα σε ιατρική εξέταση. Από τους διοργανωτές δε θα ζητηθούν ιατρικές βεβαιώσεις για κανένα αθλητή/τρια, αφού όλοι οι συμμετέχοντες/ουσες αγωνίζονται με δική τους αποκλειστική ευθύνη και οι δε ανήλικοι με ευθύνη των κηδεμόνων τους.

Οι διοργανωτές δεσμεύονται ότι θα πάρουν όλα τα δυνατά προβλεπόμενα μέτρα προκειμένου οι αθλητές να είναι ασφαλείς.

Κατά τη διάρκεια του αγώνα θα παρίστανται προληπτικά εθελοντές του Ερυθρού Σταυρού και Ομάδα Διάσωσης.

**ΑΠΟΠΟΙΗΣΗ ΕΥΘΥΝΗΣ:** Η διοργάνωση δεν ευθύνεται για τον θάνατο, τραυματισμό ή οποιαδήποτε βλάβη της υγείας των αγωνιζομένων, οι οποίοι υποβάλλοντας την αίτηση συμμετοχής, δηλώνουν ότι γνωρίζουν τους κινδύνους που υπάρχουν στο ορεινό περιβάλλον και βεβαιώνουν ότι η κατάσταση της υγείας τους είναι καλή και τους επιτρέπει να αγωνιστούν, έχουν δε πρόσφατα εξεταστεί από γιατρό γι αυτό το θέμα. Δεν πρόκειται ωστόσο να ζητηθεί από κανέναν αθλητή να προσκομίσει ιατρική βεβαίωση. Οι ίδιοι οι αθλητές είναι υποχρεωμένοι να προβαίνουν τακτικά σε ιατρικό προληπτικό έλεγχο, ώστε να ελέγχουν την κατάσταση της υγείας τους. Η Επιτροπή αποποιείται κάθε ευθύνη σχετικά με τη σωματική ακεραιότητα των αθλητών, οι οποίοι θα πρέπει να συμπεριφερθούν υπεύθυνα σε σημεία της διαδρομής όπου ο κίνδυνος πτώσης με δυσάρεστα ή μοιραία αποτελέσματα είναι αυξημένος.

## 10. Τεχνικά Χαρακτηριστικά Αγώνα

Θα υπάρχει σήμανση και χιλιομετρικοί δείκτες καθ' όλη τη διαδρομή, ενώ δείκτες θα δείχνουν την πορεία. Σε συγκεκριμένα σημεία θα υπάρχουν κόκκινες κορδέλες σήμανσης.

Αναλυτικές πληροφορίες σχετικά με τις διαδρομές μπορείτε να βρείτε στην επίσημη ιστοσελίδα της διοργάνωσης: [www.evrytaneiosdromos.gr](http://www.evrytaneiosdromos.gr)





## 11. Χιλιομετρικές Ενδείξεις

Ανά χιλιόμετρο της διαδρομής του αγώνα θα υπάρχει χιλιομετρική ένδειξη.

## 12. Ηλεκτρονική Χρονομέτρηση

Την ηλεκτρονική χρονομέτρηση του αγώνα, τις εγγραφές καθώς και την έκδοση των προσωρινών αποτελεσμάτων αμέσως μετά το τέλος των αγώνων έχει αναλάβει εταιρεία επίσημης χρονομέτρησης. **Για το λόγο αυτό όλοι οι συμμετέχοντες δρομείς, θα πρέπει να φορούν το chip χρονομέτρησης και τον αριθμό συμμετοχής τους, που παραλαμβάνουν από το Κέντρο Εγγραφών την ημέρα του αγώνα. Οι αγωνιζόμενοι που δε θα εμφανίζουν ηλεκτρονική ένδειξη στα παραπάνω αναφερόμενα σημεία δεν θα κατατάσσονται.**

Τα επίσημα αποτελέσματα ανακοινώνονται εντός δέκα εργάσιμων ημερών. Αμέσως μετά την ανακοίνωση των επίσημων αποτελεσμάτων οι δρομείς θα μπορούν να εκτυπώνουν το πιστοποιητικό συμμετοχής τους από την επίσημη ιστοσελίδα της διοργάνωσης [www.evrytaneiosdromos.gr](http://www.evrytaneiosdromos.gr)

## 13. Γραμματεία Αγώνα

Η γραμματεία των αγώνων θα λειτουργήσει για την παραλαβή των αριθμών αγώνα και του τεχνικού t-shirt το Σάββατο 29/07/2023 από τις 02:00 μ.μ. έως τις 04:00 μ.μ. στην πλατεία του χωριού.

Στο διάστημα αυτό θα δίνεται η δυνατότητα εγγραφής στον αγώνα, με περιορισμένο αριθμό εγγραφών. Για αυτό το λόγο, προτρέπουμε τους αθλητές να εγγραφούν και να καταθέσουν το ποσό συμμετοχής τους στον αγώνα ηλεκτρονικά, προκειμένου να κατοχυρώσουν τη συμμετοχή τους.

## 14. Υδροδοσία:

Θα υπάρχουν σταθμοί υδροδοσίας κατά μήκος της διαδρομής (ανά 3 χιλιόμετρα περίπου) με την παρουσία εθελοντών.

Σε όλους τους σταθμούς θα δίνεται νερό στους δρομείς ενώ θα διατίθεται επιπλέον του νερού και ισοτονικά ποτά.

## 15. Διαμονή:

Οι αθλητές που επιθυμούν να διανυκτερεύσουν, το Σάββατο 29 Ιουλίου 2023 στο Κρίκελλο Ευρυτανίας, με δικό τους sleeping bag, παρακαλούμε να μας ενημερώσουν μέσω e-mail στο [evrytaniosdromos@gmail.com](mailto:evrytaniosdromos@gmail.com) καθώς παρέχεται η δυνατότητα διανυκτέρευσης σε στεγασμένο χώρο.