



POWERED BY

SALOMON



SPONSORED BY


SUUNTO

OFFICIAL SPORTS PERFORMANCE
NUTRITION PARTNER


MAURTEN

ΥΠΟ ΤΗΝ ΑΙΓΙΔΑ



ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΔΗΜΟΚΡΑΤΙΑ
Υπουργείο Παιδείας, Θρησκευμάτων
και Αθλητισμού



ΕΛΛΗΝΙΚΟΣ
ΟΡΓΑΝΙΣΜΟΣ
ΤΟΥΡΙΣΜΟΥ

www.visitgreece.gr

ΔΕΛΤΙΟ ΤΥΠΟΥ
ΠΡΟΚΗΡΥΞΗΣ ΔΙΟΡΓΑΝΩΣΗΣ

« HELICON MOUNTAIN RACE »

5 & 6 Απριλίου 2025

Λιβαδειά, Βοιωτία

Ο Αθλητικός Όμιλος Δρομέων (Α.Ο.Δ) Λιβαδειάς μέσω του Διοικητικού Συμβουλίου, ως πιστοποιημένος φορέας Αθλητικού Τουρισμού και Δραστηριοτήτων Αθλητικής Αναψυχής, υπό την αιγίδα του Υπουργείου Παιδείας, Θρησκευμάτων και Αθλητισμού, της Γενικής Γραμματείας Αθλητισμού (Γ.Γ.Α.) και του Ελληνικού Οργανισμού Τουρισμού (Ε.Ο.Τ.), σε συνδιοργάνωση με τον Δήμο Λεβαδέων, την Περιφερειακή Ενότητα Βοιωτίας, τον Οργανισμό Πολιτιστικής Ανάπτυξης Στερεάς Ελλάδας (Ο.Π.Α.ΣΤ.Ε), την υποστήριξη του Δασαρχείου Λιβαδειάς, με τον συντονισμό της Οργανωτικής Επιτροπής Αθλητικών Δράσεων του Α.Ο.Δ Λιβαδειάς και σε συνεργασία με Ελεθοντικά Σωματεία και την συνδρομή Συλλόγων, Φορέων & Ομάδων, προκηρύσσει την διήμερη αθλητική διοργάνωση σειράς αγώνων ορεινού τρεξίματος και παράλληλων εκδηλώσεων με την ονομασία **“HELICON MOUNTAIN RACE”**, που θα πραγματοποιηθεί **το Σάββατο 5 & την Κυριακή 6 Απριλίου 2025**, στην πόλη της Λιβαδειάς την πρωτεύουσα του Νομού Βοιωτίας, με κύριο πεδίο διεξαγωγής το εμβληματικό και μυθικό βουνό του Ελικώνα.

Μία νέα, ιδιαίτερη πολυαθλητική διοργάνωση με απόλυτο σεβασμό στο τοπικό φυσικό οικοσύστημα, σταθμός για το αγωνιστικό δρομικό καλεντάρι, με απώτερο σκοπό να παρουσιάσει στους συμμετέχοντες αθλητές αλλά και επισκέπτες του τουριστικού αθλητισμού, το παρθένο και απείρου κάλλους φυσικό Βοιωτικό ορεινό τοπίο με τα ελατοσκέπαστα μονοπάτια και τα ιστορικά καλντερίμια που πρόκειται να δώσουν δυνατές συγκινήσεις σε κάθε έναν ξεχωριστά.

Το σύνολο των αγώνων του **HMR 2025** περιλαμβάνει τις παρακάτω πέντε (5) νέες διαδρομές:

- **HELICON MOUNTAIN RACE 36k +2.200m**
- **HELICON MOUNTAIN RACE Relay 36k +2.200m (12k +1.100m / 24k +1.100m)**
- **HELICON MOUNTAIN RACE Basic 14k +700m**
- **HELICON Entry Trail Run 5k +200m**
- **HELICON Kids Race 1,5k**

ΔΙΕΘΝΕΙΣ ΠΙΣΤΟΠΟΙΗΣΕΙΣ

Ο αγώνας του **HELICON MOUNTAIN RACE 36k**, έχει επίσημα αξιολογηθεί και πιστοποιηθεί σύμφωνα με τις προδιαγραφές της **ITRA** (International Trail Running Association), που αποτελεί την Διεθνή Ομοσπονδία Ορεινού Τρεξίματος καθώς θα συμμετέχει και στο **ITRA NATIONAL LEAGUE 2025** της χώρας μας, δίνοντας την ευκαιρία στους συγκεκριμένους συμμετέχοντες να συλλέξουν τους απαραίτητους πόντους αθλητικής κατάταξης. Βάση του συστήματος αξιολόγησης της ITRA ο HMR 36k λαμβάνει 2 βαθμούς στο παγκόσμιο επίπεδο διοργανώσεων βουνού. Αυτό θα έχει ως αποτέλεσμα, κάθε αγωνιζόμενος με τον επιτυχή τερματισμό του, να λαμβάνει και το αντίστοιχο **ITRA score** που θα του αντιστοιχεί.

Ο αγώνας του **HELICON MOUNTAIN RACE 36k**, έχει επίσημα αξιολογηθεί και πιστοποιηθεί σύμφωνα με τις αυστηρές προδιαγραφές της **ISF** (International Skyrunning Federation), που αποτελεί την Διεθνή Ομοσπονδία Ορεινών Αγώνων σε Υψηλό Υψόμετρο, αποτελώντας μοναδικό ελληνικό επίτευγμα για το σύνολο της διοργάνωσης λόγω της ιδιαιτερότητας των αυστηρών διεθνών προδιαγραφών, έχοντας ήδη λάβει και την πιστοποίηση επίσημης διαδρομής **Certified Course Label 2025 (2025 CC Label)**.

Ο αγώνας του **HELICON MOUNTAIN RACE 36k**, αποτελεί επίσημο προκριματικό αγώνα για την διεθνής διοργάνωση του **UTMB** (Ultra-Trail Du Mont-Blanc) και έχει καταχωρηθεί στο **UTMB Index Races**, αξιολογώντας το επίπεδο απόδοσης κάθε δρομέα, όπου ο δείκτης του UTMB υπολογίζεται για καθεμία από τις 4 κατηγορίες αγώνων του **UTMB World Series** και συγκεκριμένα για αυτήν των **50k**.

ΔΙΕΞΑΓΩΓΗ ΟΡΕΙΝΩΝ ΑΓΩΝΩΝ

Η αγωνιστική εξέλιξη των όλων των διαδρομών ξεκινά αρχικά από τις μοναδικές Πηγές της Κρύας της Λιβαδειάς, ένα μαγικό φυσικό πάρκο και καταπράσινο τοπίο, με τρεχούμενα νερά και καταρράκτες, δίνοντας σειρά με το πέρασμα τους στο εντυπωσιακό βυζαντινό Κάστρο του 14^{ου} αιώνα, να ορθώνεται στο λόφο του Προφήτη Ηλία, πάνω από το φαράγγι της Έρκυνας, ανάμεσα σε απόκρημνους βράχους, δημιουργώντας ένα άγριο τοπίο που κάθε αγωνιζόμενος θα εντυπωσιαστεί μέσα από το ειδυλλιακό σκηνικό.

Οι συμμετέχοντες αγωνιζόμενοι των 5 χιλιομέτρων θα έχουν την μοναδική ευκαιρία να ζήσουν μία εύκολη και προσβάσιμη ορεινή διαδρομή, αμφιθεατρικά της πόλης, που πρόκειται να δώσει έντονα δρομικά συναισθήματα.

Ο λόφος του Προφήτη Ηλία σε συνέχεια του Λαφύστιου Όρους, αγκαλιάζουν και αυτά με την σειρά του, τους δρομείς της διαδρομής των 14 χιλιομέτρων προσφέροντας απλόχερα αρμονία της φύσης και του περιαστικού δάσους, σε συνδυασμό με μοναδική θέα της πόλης από ψηλά, φτάνοντας σε θετική υψομετρική διαφορά περίπου 700 μέτρων.

Η συνέχιση του κύριου αγωνιστικού μέρους των 36 χιλιομέτρων εκτυλίσσεται στο μοναδικού κάλους και παρθένο βουνό του Ελικώνα, το βουνό των Μουσών με τις μοναδικές 16 κορυφές άνω των 1.000 μέτρων που το απαρτίζουν. Οι πλαγιές του Ελικώνα είναι σκεπασμένες με δάση (βελανιδιές, έλατα, οξιές), ιαματικά φυτά, βότανα και απαρτίζεται από πλούσια πανίδα.

Ο Ελικώνας κερδίζει τις εντυπώσεις με την ιδιαίτερη φύση του, τα όμορφα χωριά και φυσικά την απίστευτη θέα που προσφέρει προς τον Κορινθιακό κόλπο και την πεδιάδα της Κωπαΐδας. Η κορύφωση της μεγάλης αγωνιστικής διαδρομής περνά από την κορυφή «Καψάλα» σε υψόμετρο 1.547 μέτρων, έχοντας συμπληρώσει πλέον 16 απαιτητικά χιλιόμετρα, ολοκληρώνοντας μέχρι τον τερματισμό 36 χιλιόμετρα με συνολική θετική υψομετρική διαφορά περίπου 2.200 μέτρων.

Η εκκίνηση και ο τερματισμός του συνόλου των ορεινών αγώνων, ολοκληρώνονται στο Ανοιχτό Πέτρινο Θέατρο της Κρύας, που βρίσκεται στο Φαράγγι των Πηγών της Κρύας στη Λιβαδειά.

ΠΕΡΙΒΑΛΛΟΝΤΙΚΟ ΑΠΟΤΥΠΩΜΑ

Βασική αρχή της Διοργάνωσης, είναι εξ αρχής, η γενικευμένη προστασία και ανάδειξη του βουνού του Ελικώνα, η επισήμανση της σπουδαιότητας στη προστασία των δασών, η ενίσχυση της βιωσιμότητας μέσω των απαραίτητων κινήσεων και δράσεων που θα πετύχουν τους στόχους της διοργάνωσης, η μέγιστη κατάργηση το πλαστικού σε όλο το μήκος των διαδρομών, η σωστή και διακριτική σήμανση και τέλος, η τοποθέτηση πλέον νέας επαναχρησιμοποιούμενης και ανακυκλώσιμης κορδέλας της διοργάνωσης που θα είναι πιο φιλική στο περιβάλλον.

Υλοποιείται από συγκεκριμένες εθελοντικές ομάδες της διοργάνωσης το **project φυσικής αναβάθμισης**, συντήρησης, καθαρισμού και ανάπλασης δικτύου μονοπατιών του εν λόγω βουνού, με την ονομασία **“HELICON TRAIL REVIVAL”**, ενός σημαντικού εθελοντικού εγχειρήματος, που

αφενός αναδεικνύει έντονα το φυσικό παρθένο αγωνιστικό πεδίο και αφετέρου προσφέρει στη φύση και το δάσος του Ελικώνα, ποιοτική περιβαλλοντική αναβάθμιση για πρώτη φορά στα δεδομένα.

ΕΠΙΣΗΜΕΣ ΣΥΝΕΡΓΑΣΙΕΣ

Το σύνολο των αγώνων της διοργάνωσης του **HELICON MOUNTAIN RACE**, έχει την ιδιαίτερη τιμή να συνεργάζεται και να υποστηρίζεται από την κορυφαία αθλητική εταιρεία **SALOMON**, καθώς και από την παγκόσμια δυναμική στο είδος της, αυτή της **RED BULL**.

Επίσημος Αθλητικός Χορηγός η εταιρεία **SUUNTO**.

Επίσημος Αθλητικός Διατροφικός Υποστηρικτής η εταιρεία **MAURTEN**.

ΕΝΑΡΞΗ ΕΓΓΡΑΦΩΝ & ΠΡΟΚΗΡΥΞΗ ΔΙΟΡΓΑΝΩΣΗΣ

Η Επίσημη Προκήρυξη του **HELICON MOUNTAIN RACE** θα δημοσιευτεί στις 22 Δεκεμβρίου 2024, όπως καθώς και η έναρξη των εγγραφών για το σύνολο των αγώνων την ίδια ημερομηνία, στην ιστοσελίδα της διοργάνωσης **www.heliconmountainrace.gr**.

Με εκτίμηση,

**Η Οργανωτική Επιτροπή Αθλητικών Δράσεων
του
Α.Ο.Δ Λιβαδειάς**

Λιβαδειά, Δεκέμβριος 2024

