



Προκήρυξη

Ο Σύλλογος Χιονοδρόμων Ορειβατών Αράχωβας (ΣΧΟΑ) με την υποστήριξη του Δήμου Διστόμου-Αράχωβας-Αντίκυρας, προκηρύσσει τον έκτο ορεινό αγώνα δρόμου με την ονομασία **“Arachova Trail 6”**

Σκοπός Διοργάνωσης

Σκοπός του Αγώνα είναι να φέρει τους νέους κοντά στον αθλητισμό, η ανάδειξη του φυσικού κάλλους της περιοχής καθώς και η διάδοση του Ορεινού Τρεξίματος.

Ημερομηνία : **Κυριακή 20 Σεπτεμβρίου 2026**

Τόπος: **Αράχωβα Βοιωτίας**

Διαδρομές : **Mountain Race 21km**
Forest Race 11km
City Race 5km
Kids Race 1000m

Ορεινός Ημιμαραθώνιος (Mountain Race) 21K

Ημερομηνία Διεξαγωγής : **Κυριακή 20 Σεπτεμβρίου 2026**

Σημείο Εκκίνησης & Τερματισμού : **Γυμνάσιο Αράχωβας**

Ωρα Εκκίνησης : **9:30 π.μ.**

Απόσταση Διαδρομής : **21 χιλιόμετρα**

Θετική Υψομετρική Διαφορά : **1380m**

Περιγραφή Διαδρομής : Η διαδρομή θα ξεκινήσει από το **Γυμνάσιο Αράχωβας** (+950m) και αφού οι αθλητές διασχίσουν το χωριό μέχρι το **Λαογραφικό Μουσείο Αράχωβας**, θα κατευθυνθούν ανατολικά για τα επόμενα 5 χιλιόμετρα όπου θα υπάρχει και ο 1ος σταθμός ανεφοδιασμού **΄Παναγιωτού΄** (+890m). Στη συνέχεια θα κατευθυνθούν βόρεια μέχρι το 11ο χιλιόμετρο της διαδρομής, όπου θα συναντήσουν τον 2ο σταθμό ανεφοδιασμού **΄Μάνα΄** (+1540m). Από εκεί θα συνεχίσουν δυτικά για τα επόμενα 4 χιλιόμετρα μέχρι τον 3ο σταθμό ανεφοδιασμού **΄Βλαχόλακκα΄** (+1650m), στο 15ο χιλιόμετρο της διαδρομής. Η διαδρομή διασχίζει τον ορεινό όγκο που υψώνετε βόρεια της Αράχωβας με κορυφή τον **΄Πετρίτη΄** (+1924m). Το υψηλότερο σημείο διαδρομής βρίσκεται στο 14ο χιλιόμετρο με υψομετρική +1880m. Η διαδρομή θα συνεχιστεί με κατεύθυνση νοτιοδυτική-νότια μέχρι τον 4ο σταθμό ανεφοδιασμού **΄Λιγκερίσος΄** (+1150m), στο 20ο χιλιόμετρο. Στη συνέχεια θα συναντήσουν το **Ιστορικό Πεδίο της Μάχης της Αράχωβας**, το οποίο και θα διασχίσουν, για να εισέλθουν στο χωριό. Αφού διασχίσουν τον **΄Εγκάρσιο΄** (Σκαλοπάτια που οδηγούν στην Εκκλησία του Αγίου Γεωργίου), θα οδηγηθούν μέσα από τα καλντερίμια του χωριού στο **Γυμνάσιο Αράχωβας**, όπου και θα τερματίσουν.

Η διαδρομή του ημιμαραθωνίου έχει πιστοποιηθεί από την Διεθνή Ομοσπονδία Ορεινού Τρεξίματος (ITRA). Πληροφορίες μπορείτε να βρείτε παρακάτω:

<http://tracedetrail.com/en/trace/trace/39182>

Ορεινός Αγώνας Δρόμου (Forest Race) 11K

Ημερομηνία Διεξαγωγής : **Κυριακή 20 Σεπτεμβρίου 2026**

Σημείο Εκκίνησης & Τερματισμού : **Γυμνάσιο Αράχωβας**

Ώρα Εκκίνησης : **10:00 π.μ.**

Απόσταση Διαδρομής : **11 χιλιόμετρα**

Θετική Υψομετρική Διαφορά : **435m**

Περιγραφή Διαδρομής : Η διαδρομή θα ξεκινήσει από το **Γυμνάσιο Αράχωβας** (+950m) και αφού οι αθλητές διασχίσουν το χωριό μέχρι το **Λαογραφικό Μουσείο Αράχωβας**, θα κατευθυνθούν ανατολικά για τα επόμενα 5 χιλιόμετρα με μικρή υψομετρική διαφορά μέχρι τον 1ο σταθμό ανεφοδιασμού **΄Παναγιωτού΄** (+890m). Στη συνέχεια θα κατευθυνθούν βόρεια μέχρι το 6ο χιλιόμετρο της διαδρομής, θέση **΄Γιώργη Βρύση΄** (+1145m) από όπου και θα κατευθυνθούν δυτικά για τα επόμενα 4 χιλιόμετρα, μέχρι το 2ο σταθμό ανεφοδιασμού (4ο για την μεγάλη διαδρομή), **΄Λιγκερίσος΄** (+1150m). Στη συνέχεια θα συναντήσουν το **Ιστορικό Πεδίο της Μάχης της Αράχωβας** το οποίο και θα διασχίσουν για να εισέλθουν στο χωριό. Αφού διασχίσουν τον **΄Εγκάρσιο΄** (Σκαλοπάτια που οδηγούν στην Εκκλησία του Αγίου Γεωργίου), θα οδηγηθούν μέσα από τα καλντερίμια του χωριού στο **Γυμνάσιο Αράχωβας**, όπου και θα τερματίσουν.

City Race 5km

Ημερομηνία Διεξαγωγής: **Κυριακή 20 Σεπτεμβρίου 2026**

Σημείο Εκκίνησης & Τερματισμού: **Γυμνάσιο Αράχωβας**

Ώρα Εκκίνησης: **10:30 π.μ.**

Απόσταση Διαδρομής : **5 χιλιόμετρα**

Θετική Υψομετρική Διαφορά : **180m**

Περιγραφή Διαδρομής : Η διαδρομή θα ξεκινήσει από το **Γυμνάσιο Αράχωβας (+950m)**, στην οποία θα διασχίσετε την νότια πλευρά της Αράχωβας και στην συνέχεια την βόρεια πλευρά της. Η διαδρομή αποτελείται απο ασφάλτο, τσιμεντόδρομους και τα γραφικά καλντερίμια της πόλης.

Αγώνας Δρόμου Παίδων 1000m

Ημερομηνία Διεξαγωγής : **Κυριακή 20 Σεπτεμβρίου 2026**

Σημείο Εκκίνησης & Τερματισμού : **Γυμνάσιο Αράχωβας**

Ώρα Εκκίνησης : **10:40 π.μ.**

Απόσταση Διαδρομής : **1 χιλιόμετρο**

Θετική Υψομετρική Διαφορά : **35m**

Περιγραφή Διαδρομής : Η διαδρομή θα ξεκινήσει από το **Γυμνάσιο Αράχωβας** και αφού οι αθλητές διασχίσουν το χωριό μέχρι το **Λαογραφικό Μουσείο Αράχωβας**, θα επιστρέψουν μέσα από καλντερίμι στο **Γυμνάσιο Αράχωβας** όπου και θα τερματίσουν.

Η ΣΥΜΜΕΤΟΧΗ ΣΤΟΝ ΑΓΩΝΑ ΔΡΟΜΟΥ ΠΑΙΔΩΝ 1Κ ΕΙΝΑΙ ΔΩΡΕΑΝ.

Δικαίωμα συμμετοχής έχουν όλα τα παιδιά του Δημοτικού.

Οι εγγραφές για τον αγώνα παιδων θα γίνουν στην γραμματεία την ημέρα του αγώνα την Κυριακή 20 Σεπτεμβρίου 2026.

Σήμανση & Ασφάλεια Διαδρομών

Όλες οι διαδρομές είναι σηματοδοτημένες ως προς την κατεύθυνση που πρέπει να ακολουθηθεί καθώς και χιλιομετρικά. Έχουν γίνει οι απαραίτητες εργασίες ώστε να είναι όσο το δυνατόν πιο ευδιάκριτες και ασφαλείς για τους αθλητές. Στον αγώνα θα υπάρχει διαθέσιμος Ιατρός για την παροχή πρώτων βοηθειών, εάν χρειαστεί. Επίσης τον αγώνα θα καλύψει κλιμάκιο της Ελληνικής Ένωσης Έρευνας και Διάσωσης Λιβαδειάς (ΕΕΕΔ ΛΙΒΑΔΕΙΑΣ).

Σε όλους τους σταθμούς ανεφοδιασμού θα βρίσκονται κριτές του αγώνα που θα ελέγχουν την ομαλή διεξαγωγή του.

Υγειονομικό Πρωτόκολλο – Ιατρική Κάλυψη

Η οργανωτική επιτροπή, αν αλλάξουν οι συνθήκες με τον covid -19, μετά τη δημοσίευση της προκήρυξης θα προσαρμόσει όλα τα δεδομένα στο ισχύον πρωτόκολλο την ημέρα τέλεσης του αγώνα που θα εγγυάται σε μέγιστο βαθμό την ασφάλεια και την υγιεινή όλων των συμμετεχόντων.

Σε κάθε περίπτωση όλοι οι αγωνιζόμενοι συμμετέχουν με δική τους αποκλειστική ευθύνη. Οι διοργανωτές δεν έχουν καμία ευθύνη για ότι συμβεί, κατά τη διάρκεια του αγώνα, σχετικά με θέματα υγείας που οφείλονται σε έλλειψη προληπτικού ιατρικού ελέγχου και οι αθλητές κάτω των 18 ετών συμμετέχουν με ευθύνη των γονέων τους.

Η διοργανώτρια αρχή δεν ευθύνεται σε περίπτωση τραυματισμού των αθλητών όπως ρητά αναφέρεται και στην υπεύθυνη δήλωση. Για τον καλύτερο έλεγχο και την παροχή άμεσης βοήθειας, θα υπάρχουν κατά μήκος της διαδρομής του αγώνα ομάδα διάσωσης.

Όλοι οι αγώνες καλύπτονται πλήρως, με ιατρικό και νοσηλευτικό προσωπικό, καθώς και με την παρουσία ασθενοφόρου.

Σταθμοί Ανεφοδιασμού

Σε όλους τους σταθμούς θα υπάρχει νερό και ισοτονικό για την ενυδάτωση των αθλητών, αλμυρά και γλυκά σνακ καθώς και φρέσκα φρούτα. Στον τερματισμό θα υπάρχει μπουφές με νερό, χυμούς, αναψυκτικά και διάφορα σνακ.

Δικαίωμα Συμμετοχής

Στον αγώνα των 21χλμ δικαίωμα συμμετοχής έχουν: όσοι έχουν συμπληρώσει το δέκατο όγδοο (18^ο) έτος της ηλικίας τους και μεγαλύτεροι, δηλαδή γεννηθέντες το 2008 και προηγούμενα, εγγεγραμμένοι σε αθλητικά σωματεία ή ανεξάρτητοι. Επίσης να έχουν προβεί στις κατάλληλες ιατρικές εξετάσεις και είναι ικανοί να συμμετέχουν σε αγώνες τρεξίματος.

Στον αγώνα των 11χλμ. δικαίωμα συμμετοχής έχουν: όσοι έχουν συμπληρώσει το δέκατο έβδομο (17^ο) έτος της ηλικίας τους και μεγαλύτεροι, δηλαδή γεννηθέντες το 2009 και

προηγούμενα, εγγεγραμμένοι σε αθλητικά σωματεία ή ανεξάρτητοι. Επίσης να έχουν προβεί στις κατάλληλες ιατρικές εξετάσεις και είναι ικανοί να συμμετέχουν σε αγώνες τρεξίματος.

Στον αγώνα των 5χλμ. δικαίωμα συμμετοχής έχουν: όσοι έχουν συμπληρώσει το δέκατο πέμπτο (15^ο) έτος της ηλικίας τους και μεγαλύτεροι, δηλαδή γεννηθέντες το 2011 και προηγούμενα, εγγεγραμμένοι σε αθλητικά σωματεία ή ανεξάρτητοι. Επίσης να έχουν προβεί στις κατάλληλες ιατρικές εξετάσεις και είναι ικανοί να συμμετέχουν σε αγώνες τρεξίματος.

Κόστος συμμετοχής στον Ημιμαραθώνιο ορίζεται το ποσό των 25€, για τον αγώνα 11K το ποσό των 20€ και για τον αγώνα των 5K το ποσό των 10€.

Δήλωση Συμμετοχής

<https://register.chronolog.gr/r/d7cea17b665f16de1235611fa3376a73?l=EL>

Βραβεύσεις – Έπαθλα - Παροχές

Σε κάθε αγώνα υπάρχουν 2 κατηγορίες (Ανδρών - Γυναικών). Θα βραβευθούν οι τρεις πρώτοι κάθε κατηγορίας με αναμνηστικά έπαθλα. Όλοι οι αθλητές που θα τερματίσουν θα παραλάβουν αναμνηστικό μετάλλιο συμμετοχής.

Όλοι οι αθλητές που θα λάβουν μέρος στους αγώνες Ορεινός Ημιμαραθώνιος 21K, Ορεινός Αγώνας Δρόμου 11K και Αγώνας Δρόμου 6K, θα παραλάβουν από τη Γραμματεία τεχνικό μπλουζάκι με τα διακριτικά του αγώνα.

Όριο Τερματισμού

Το όριο τερματισμού για τον Ημιμαραθώνιο και τον Ορεινό Αγώνα Δρόμου 11K είναι οι 5 ώρες.

Γενικές Διατάξεις για όλα τα αγωνίσματα

- Απαγορεύεται κάθε παράκαμψη ή συντόμευση της διαδρομής, πρωτίστως για την ασφάλεια των αθλητών, μιας και η κίνηση σε μη ελεγχόμενη από τη διοργάνωση διαδρομή μπορεί να εγκυμονεί κινδύνους.
- Εκτός την εκκίνηση και τον τερματισμό θα υπάρχουν αρκετά σημεία ελέγχου για να εξασφαλιστεί η εγκυρότητα των αποτελεσμάτων.
- Ισχύουν οι κανονισμοί της ομοσπονδίας συλλόγων μαζικού αθλητισμού για τους αγώνες δρόμου. Τα στελέχη της οργανωτικής επιτροπής μπορούν οποτεδήποτε να ακυρώσουν αθλητές σε περίπτωση μη τήρησης των κανόνων.

- Υπεύθυνοι για τη συλλογή των δηλώσεων συμμετοχής και των υπεύθυνων δηλώσεων υγείας των συμμετεχόντων είναι η γραμματεία των αγώνων που θα βρίσκεται στην αφετηρία.
- Η αποστολή της υπογεγραμμένης φόρμας συμμετοχής στο site θεωρείται και ως υπεύθυνη δήλωση συμμετοχής και ως εκ τούτου δεν θα απαιτείται νέα υπεύθυνη δήλωση πριν την έναρξη των αγώνων.
- Φύλαξη προσωπικών ειδών: Κοντά στην Εκκίνηση/Τερματισμό θα υπάρχει χώρος φύλαξης προσωπικών αντικειμένων. Παρόλο που ο χώρος θα φυλάσσεται σας συνιστούμε μέσα στην τσάντα σας να μην έχετε αντικείμενα αξίας και χρήματα.
- Αποδυτήρια - Τουαλέτες: Στο χώρο των εκκινήσεων υπάρχουν τουαλέτες και χώρος για την αλλαγή των ρούχων σας.
- **Οι διοργανωτές έχουν το δικαίωμα να αλλάξουν τους κανόνες τον χρόνο και τόπο εκκίνησης χωρίς προειδοποίηση αν αυτό κριθεί αναγκαίο για λόγους ασφαλείας.**
- Σε περίπτωση ματαίωσης του αγώνα μετά την έναρξη των εγγραφών θα υπάρξει επιστροφή του αντιτίμου συμμετοχής, πλην των τραπεζικών εξόδων ή η δυνατότητα μεταφοράς στην επόμενη διοργάνωση για όποιον ή όποια το επιθυμεί.
- Ότι δεν προβλέπεται στην προκήρυξη θα ρυθμίζεται από την Οργανωτική Επιτροπή των Αγώνων.

Για οποιαδήποτε πληροφορία σχετικά με την διαδρομές μπορείτε να επικοινωνείτε στο κινητό 6974817618 κ. Δημήτρη Παναγοδήμο και για πληροφορίες σχετικά με τις εγγραφές στο κινητό 6985858019 κ. Νίκο Κόρμπο.

Η ΟΡΓΑΝΩΤΙΚΗ ΕΠΙΤΡΟΠΗ



Πρόγραμμα Αγώνων

Σάββατο 19 Σεπτεμβρίου 2026

Παραλαβή Αριθμών και chip Χρονομέτρησης από τη Γραμματεία του Αγώνα
(Γυμνάσιο Αράχωβας), από 6:00μμ έως 11:00μμ
Παρουσίαση του Αγώνα στους αθλητές και Χυλοπίτα Party στον προαύλιο χώρο
του Γυμνασίου Αράχωβας στις 8:00μμ.

Κυριακή 20 Σεπτεμβρίου 2026

7:00πμ - 9:00πμ : Παραλαβή Αριθμών

9:30πμ : Εκκίνηση Ορεινού Ημιμαραθωνίου

10:00πμ : Εκκίνηση Ορεινού Αγώνα Δρόμου 11K

10:30πμ : Εκκίνηση Αγώνα Δρόμου 6K

10:40πμ : Εκκίνηση Αγώνα Δρόμου Παιδων 1K

2:00μμ : Απονομές Επάθλων

2:30μμ : Λήξη διοργάνωσης

ΤΡΟΠΟΠΟΙΗΣΗ ΔΙΑΔΡΟΜΗΣ / ΑΝΑΒΟΛΗ : Αν παραστεί ανάγκη (εξαιρετικά επικίνδυνες καιρικές συνθήκες), οι Διοργανωτές διατηρούν το δικαίωμα να τροποποιήσουν τη διαδρομή ή να αναβάλλουν για μικρό χρονικό διάστημα την εκκίνηση ή την αναβολή του αγώνα, προκειμένου να μη θέσουν σε κίνδυνο τη σωματική ακεραιότητα των αθλητών.

ΤΡΟΠΟΠΟΙΗΣΗ ΚΑΝΟΝΙΣΜΩΝ: Οι διοργανωτές διατηρούν το δικαίωμα τροποποίησης των κανονισμών διεξαγωγής του αγώνα, χωρίς προηγούμενη ενημέρωση.