

ΠΡΟΚΗΡΥΞΗ ΑΓΩΝΑ ΔΡΟΜΟΥ ΣΕ ΑΝΩΜΑΛΟ ΕΔΑΦΟΣ

Ο Γ.Α.Σ. Χολαργού σε συνεργασία με τον Δήμο Παπάγου-Χολαργού και την ΕΑΣ ΣΕΓΑΣ Αθήνας προκηρύσσει αγώνα Δρόμου σε Ανώμαλο Έδαφος για τις κατηγορίες **Κ14 (ΣΤ' Δημοτικού-Α' Γυμνασίου), Κ16 (Β'-Γ' Γυμνασίου)** με τη συμμετοχή των συλλόγων Γ.Σ. Νίκη Βύρωνα, Γ.Σ. Ηλιούπολης, Γ.Σ. Ίκαρος Νέας Ιωνίας, Γ.Σ. Χαλανδρίου, ΑΤΦΑ, Α.Ο. Κάλλιστος, Γ.Σ. Κηφισιάς, Α.Ο. Φιλοθέης, Α.Γ.Σ. Ανατολή Νέας Ιωνίας, ΣΑΚΑ, Α.Ο. Δρομέας Βάρης, ΓΣ Γαλασίου Γυμνάσιο.

1. ΗΜΕΡΟΜΗΝΙΑ –ΤΟΠΟΣ ΔΙΕΞΑΓΩΓΗΣ :

Ο Δρόμος σε Ανώμαλο έδαφος θα διεξαχθεί την **Κυριακή 8 Δεκεμβρίου 2024** στον Παπάγο Αττικής (ανοιχτός χώρος στην οδό Π. Κων/νου Τριανταφύλλου και Αναστάσεως, στην είσοδο προς Αθλητικό Όμιλο Αντισφαίρισης Παπάγου). **Σε περίπτωση κακοκαιρίας θα ενημερωθείτε άμεσα για την αλλαγή ημερομηνίας του αγώνα.**

2. ΑΠΟΣΤΑΣΕΙΣ – ΚΑΤΗΓΟΡΙΕΣ – ΗΛΙΚΙΕΣ:

Απόσταση	Κατηγορία	Έτη Γέννησης
1200 μέτρα	Κ14 ΣΤ' Δημοτικού-Α' Γυμνασίου Αγοριών	2012-13
1200 μέτρα	Κ14 ΣΤ' Δημοτικού-Α' Γυμνασίου Κοριτσιών	2012-13
2400 μέτρα	Κ16 Β'-Γ' Γυμνασίου Αγοριών	2010-11
1500 μέτρα	Κ16 Β'-Γ' Γυμνασίου Κοριτσιών	2010-11

ΠΡΟΣΟΧΗ : ΟΙ ΚΑΤΗΓΟΡΙΕΣ ΕΙΝΑΙ ΑΥΤΕΣ ΠΟΥ ΘΑ ΙΣΧΥΟΥΝ ΑΠΟ 1/1/2025 !!!

3. ΔΙΚΑΙΩΜΑ ΣΥΜΜΕΤΟΧΗΣ:

Στους αγώνες έχουν δικαίωμα συμμετοχής οι αθλητές-αθλήτριες που διαθέτουν δελτίο αθλητικής ιδιότητας ΣΕΓΑΣ.

4. ΔΗΛΩΣΕΙΣ ΣΥΜΜΕΤΟΧΗΣ:

Οι δηλώσεις συμμετοχής πρέπει να σταλούν στον Γ.Α.Σ. Χολαργού με email το αργότερο μέχρι και τη **Δευτέρα 2 Δεκεμβρίου 2024** και ώρα **14:00** στην ηλεκτρονική διεύθυνση info@gas-holargos.gr συμπληρώνοντας την φόρμα EXCEL που επισυνάπτεται.

Μετά την παρέλευση αυτής της προθεσμίας δεν θα γίνονται δεκτές δηλώσεις συμμετοχής.

Σημείωση: σε περίπτωση προβλήματος θα πρέπει να επικοινωνήσετε με τον κ. Κων. Κοκορέτση (τηλ. 6932313649) ή τον κ. Αντ. Βανταράκη (τηλ. 6942772329).

Με την υποβολή της δήλωσης συμμετοχής το σωματείο δηλώνει **ΑΝΕΠΙΦΥΛΑΚΤΑ** ότι αποδέχεται τους όρους της προκήρυξης του αγώνα και την εφαρμογή των Κανονισμών του Σ.Ε.Γ.Α.Σ.

Όλα τα στοιχεία που αναφέρονται στη συνημμένη δήλωση συμμετοχής θα πρέπει να είναι **πλήρως συμπληρωμένα**.

Οι σύλλογοι θα πρέπει στις δηλώσεις συμμετοχής να αναφέρουν το **ΟΝΟΜΑΤΕΠΩΝΥΜΟ** των αθλητών/τριών (όπως ακριβώς αναγράφεται στο δελτίο), το **έτος γέννησης** καθώς και τον αριθμό δελτίου αθλητικής ιδιότητας του Σ.Ε.Γ.Α.Σ.

Ο εκπρόσωπος του συλλόγου κατά τη διάρκεια των αγώνων θα πρέπει να έχει μαζί του το **αντίγραφο της δήλωσης συμμετοχής**.

5. ΑΙΘΟΥΣΑ ΚΛΗΣΗΣ:

Οι συμμετέχοντες αθλητές θα πρέπει να προσέρχονται **ΑΥΤΟΠΡΟΣΩΠΩΣ** στην Αίθουσα Κλήσης 40' λεπτά πριν την έναρξη του αγώνα προκειμένου να δηλώσουν την παρουσία τους και να παραλάβουν τον φάκελο με τον αριθμό συμμετοχής τους, **προσκομίζοντας το ΔΕΛΤΙΟ ΑΘΛΗΤΙΚΗΣ ΙΔΙΟΤΗΤΑΣ και την ΚΑΡΤΑ ΥΓΕΙΑΣ ΑΘΛΗΤΗ.**

Προσοχή: Οι αθλητές/τριες που είναι από ΜΕΤΑΓΡΑΦΗ της τελευταίας περιόδου και δεν έχουν εκδοθεί τα δελτία τους από τον Σ.Ε.Γ.Α.Σ. **θα πρέπει να έχουν μαζί τους αστυνομική ταυτότητα ή άλλο αποδεικτικό στοιχείο ταυτοπροσωπίας και ηλικίας και απαραίτητα την Κάρτα Υγείας Αθλητή θεωρημένη ιατρικώς.**

Η είσοδος στην αίθουσα κλήσης επιτρέπεται ΜΟΝΟ στους συμμετέχοντες αθλητές-τριες.

Η είσοδος των εκπροσώπων των συλλόγων ή συνοδών προκειμένου να παραλάβουν τους αριθμούς των αθλητών ή να δηλώσουν την παρουσία αθλητή-τριας ΔΕΝ θα επιτρέπεται.

6. ΕΠΑΘΛΑ:

Στους τρεις (3) πρώτους/ες αθλητές/τριες της ατομικής κατάταξης θα απονεμηθούν μετάλλια και διπλώματα.

Στην πρώτη νικήτρια ομάδα της ομαδικής κατάταξης κάθε αγωνίσματος θα απονεμηθεί κύπελλο και στις τρεις (3) πρώτες ομάδες της ομαδικής κατάταξης διπλώματα και μετάλλια.

Η βαθμολογούμενη ομάδα κάθε σωματείου πρέπει να αποτελείται από τέσσερις (4) αθλητές/τριες που έχουν τερματίσει.

Το άθροισμα των βαθμών που προκύπτει από την κατάταξη των τεσσάρων (4) καλύτερων αθλητών/τριών κάθε σωματείου αποτελεί την ομαδική βαθμολογία του. Τα σωματεία κατατάσσονται με πρώτο (1^ο) αυτό που έχει τη μικρότερη ομαδική βαθμολογία, 2^ο αυτό που έχει την αμέσως μεγαλύτερη κ.ο.κ.

Σε περίπτωση ισοβαθμίας, νικήτρια ομάδα ανακηρύσσεται εκείνη που ο 4^{ος} αθλητής/τρια της τερμάτισε σε καλύτερη θέση.

7. ΙΑΤΡΙΚΕΣ ΕΞΕΤΑΣΕΙΣ – ΚΑΡΤΑ ΥΓΕΙΑΣ ΑΘΛΗΤΗ:

Με τη φροντίδα και την ευθύνη των συλλόγων οι αθλητές και οι αθλήτριες θα πρέπει να έχουν εξετασθεί ιατρικώς πριν από τους αγώνες και να έχουν στην κατοχή τους την **Κάρτα Υγείας Αθλητή**, θεωρημένη σύμφωνα με την ισχύουσα νομοθεσία.

Η έκδοση της Κάρτας Υγείας Αθλητή (πιστοποίηση της υγείας των αθλητών και αθλητριών) είναι υποχρεωτική και αποτελεί προϋπόθεση για τη συμμετοχή τους σε προπονήσεις και αγώνες, σύμφωνα με τα οριζόμενα στο άρθρο 16 του νόμου 4479/2017 και τον Γενικό Κανονισμό Οργάνωσης και Διεξαγωγής Πρωταθλημάτων και Αγώνων του Σ.Ε.Γ.Α.Σ.

Η Κάρτα Υγείας Αθλητή ισχύει για ένα (1) έτος από την θεώρησή της.

ΣΕ ΚΑΘΕ ΠΕΡΙΠΤΩΣΗ ΓΙΑ ΘΕΜΑΤΑ ΠΟΥ ΑΦΟΡΟΥΝ ΤΗΝ ΥΓΕΙΑ ΤΩΝ ΑΘΛΗΤΩΝ/ΤΡΙΩΝ ΑΛΛΑ ΚΑΙ ΓΙΑ ΚΑΘΕ ΠΙΘΑΝΟ ΠΡΟΒΛΗΜΑ ΠΟΥ ΘΑ ΠΑΡΟΥΣΙΑΣΤΕΙ ΚΑΤΑ ΤΗ ΔΙΑΡΚΕΙΑ ΤΩΝ ΑΓΩΝΩΝ ΚΑΙ ΟΦΕΙΛΕΤΑΙ ΣΕ ΕΛΛΕΙΨΗ ΠΡΟΛΗΠΤΙΚΟΥ ΙΑΤΡΙΚΟΥ ΕΛΕΓΧΟΥ ΥΠΕΥΘΥΝΟΙ ΕΙΝΑΙ Ο ΕΚΠΡΟΣΩΠΟΣ ΤΟΥ ΣΩΜΑΤΕΙΟΥ ΚΑΘΩΣ ΚΑΙ Ο ΠΡΟΠΟΝΗΤΗΣ ΠΟΥ ΔΗΛΩΝΟΥΝ ΑΥΤΟΥΣ ΤΟΥΣ ΑΘΛΗΤΕΣ ΚΑΙ ΣΕ ΚΑΜΙΑ ΠΕΡΙΠΤΩΣΗ Η ΔΙΟΡΓΑΝΩΤΡΙΑ ΑΡΧΗ ΠΟΥ ΕΙΝΑΙ Ο ΓΑΣ ΧΟΛΑΡΓΟΥ.

8. ΙΑΤΡΙΚΗ ΚΑΛΥΨΗ ΤΩΝ ΑΓΩΝΩΝ:

Ο Γ.Α.Σ. Χολαργού είναι υποχρεωμένος να διασφαλίσει με κάθε τρόπο την παροχή ιατρικής φροντίδας κατά την διάρκεια των αγώνων και **θα παρίσταται ιατρός.**

Για οποιαδήποτε διευκρίνιση παρακαλώ επικοινωνήστε με τους προπονητές:

Κοκορέτσης Κώστας - 6932313649

Βανταράκης Αντώνης - 6942772329

Με αθλητικούς χαιρετισμούς

Η Πρόεδρος



Βασιλική Ξένου



Ο Γ. Γραμματέας



Φίλιππος Καχραμάνος

Γυμναστικός Αθλητικός Σύλλογος Χολαργού

Ζακύνθου 2, Χολαργός 15562, Τηλέφωνο- Fax: 210-6522954, Κινητό: 6932664681, e-mail: info@gas-holargos.gr.

Δικτυακός Τόπος: www.gas-holargos.gr

Α.Φ.Μ. 090205200, Δ.Ο.Υ. Χολαργού, Μέλος: Ε.Γ.Ο., Ε.Ο.Τ., Ε.Ο.Π., Ε.Σ.Ε.Γ.Α.Σ., Ε.Σ.Ο., Ε.Φ.Ο.Επ.Α.

Χρυσός Χορηγός

ΕΘΝΙΚΗ
ΤΡΑΠΕΖΑ

Δρόμος σε Ανώμαλο έδαφος

Κυριακή 8 Δεκεμβρίου 2024

Παπάγος Αττικής (ανοιχτός χώρος στην οδό Π. Κων/νου Τριανταφύλλου και Αναστάσεως, στην είσοδο προς Αθλητικό Όμιλο Αντισφαίρισης Παπάγου).

ΩΡΟΛΟΓΙΟ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΑΓΩΝΑ ΔΡΟΜΟΥ ΣΕ ΑΝΩΜΑΛΟ ΕΔΑΦΟΣ

Ώρα	Απόσταση	Κατηγορία
10:30	1200 μέτρα	K14 ΣΤ' Δημοτικού -Α' Γυμνασίου Αγοριών
10:45	1200 μέτρα	K14 ΣΤ' Δημοτικού-Α' Γυμνασίου Κοριτσιών
11:00	2400 μέτρα	K16 Β'-Γ' Γυμνασίου Αγοριών
11:15	1500 μέτρα	K16 Β'-Γ' Γυμνασίου Κοριτσιών

Γυμναστικός Αθλητικός Σύλλογος Χολαργού

Ζακύνθου 2, Χολαργός 15562, Τηλέφωνο- Fax: 210-6522954, Κινητό: 6932664681, e-mail: info@gas-holargos.gr.

Δικτυακός Τόπος: www.gas-holargos.gr

Α.Φ.Μ. 090205200, Δ.Ο.Υ. Χολαργού, Μέλος: Ε.Γ.Ο., Ε.Ο.Τ., Ε.Ο.Π.Ε., Σ.Ε.Γ.Α.Σ., Ε.Σ.Ο., Ε.Φ.Ο.Επ.Α.

Χρυσός Χορηγός

ΕΘΝΙΚΗ
ΤΡΑΠΕΖΑ