



ΠΡΟΚΗΡΥΞΗ ΠΟΔΗΛΑΤΙΚΟΥ 2-ΗΜΕΡΟΥ

«ΓΥΡΟΣ ΛΙΜΝΗΣ ΠΛΑΣΤΗΡΑ»

Ο Ποδηλατικός Όμιλος Καρδίτσας (Π.Ο.Κ.) και η Ποδηλατική Ένωση Παλαιμάχων Αθλητών (Π.Ε.Π.Α.) συνδιοργανώνουν το **Σάββατο 16/05/2015** Αγώνα Ατομικής Χρονομέτρησης (Τ.Τ.) και την **Κυριακή 17/05/2015** τον 5ο Ποδηλατικό «Γύρο Λίμνης Πλαστήρα»

ΑΘΛΟΘΕΤΗΣ: ΔΗΜΟΣ ΛΙΜΝΗΣ ΠΛΑΣΤΗΡΑ.

ΓΕΝΙΚΕΣ ΠΛΗΡΟΦΟΡΙΕΣ:

Δικαίωμα συμμετοχής: έχουν όλοι οι αθλητές - αθλήτριες με δελτίο Ε.Ο.Π. κατηγορίας Masters, Ανδρών, και Γυναικών, ή με Δελτίο Π.Ε.Π.Α.

Όλοι οι αθλητές είναι απαραίτητο να φέρουν ποδήλατα δρόμου (τύπου κούρσας).

Απαγορεύεται ρητά, οποιοσδήποτε πρόσθετος εξοπλισμός ακατάλληλος για την ποδηλασία δρόμου και τις συνθήκες του αγώνα, όπως αερόμπαρες (εκτός του Τ.Τ.) φτερά, κάμερες καταγραφής κ.λ.π.

ΔΗΛΩΣΕΙΣ ΣΥΜΜΕΤΟΧΗΣ:

Παρακαλούνται όλοι οι συμμετέχοντες να δηλώσουν συμμετοχή έως και την Τετάρτη 13/05/2015 στο e-mail: **peparaces2015@gmail.com** ή στο fax: 210 5131882, για παραπάνω πληροφορίες επικοινωνήστε με το τηλ. 6938050180.

Θα πρέπει να αναφέρετε ονοματεπώνυμο, Αριθμό Μητρώου Π.Ε.Π.Α. (για όσους έχουν) ή Αριθμό Δελτίου Ε.Ο.Π., Αγωνιστικό Αριθμό Π.Ε.Π.Α. (για όσους έχουν), την κατηγορία, την ομάδα τους και για ποια αγωνίσματα ενδιαφέρονται.

ΑΓΩΝΙΣΤΙΚΕΣ ΚΑΤΗΓΟΡΙΕΣ:

Master A : (30 – 39 ετών) / B: (40 – 49 ετών) / Γ: (50 – 59 ετών) / Δ: (60 + ετών) / Θ: (γυναικών)
OPEN ΝΕΩΝ ΑΝΔΡΩΝ- ΑΝΔΡΩΝ (κοινή κατάταξη) / OPEN ΓΥΝΑΙΚΩΝ.

Όσοι τρέξουν με Δελτίο Ε.Ο.Π. 2015 και δεν είναι μέλη Π.Ε.Π.Α. θα πρέπει να το έχουν μαζί τους ή σε φωτοτυπία.

ΧΡΟΝΟΜΕΤΡΟ

ΕΓΓΡΑΦΕΣ: Από 15:00 ως 16:00 του Σαββάτου στο χώρο εκκίνησης του χρονομέτρου.

ΚΟΣΤΟΣ ΣΥΜΜΕΤΟΧΗΣ: Για τα μέλη της Π.Ε.Π.Α στα 5 ευρώ και για τους υπόλοιπους 10 ευρώ.

Το ποσό της συμμετοχής καταβάλλεται με την παραλαβή των αγωνιστικών αριθμών.

ΧΩΡΟΣ ΕΚΚΙΝΗΣΗΣ: Διασταύρωση της οδού Καρδίτσας-Νεοχωρίου με έξοδο Μορφοβουνίου

ΧΩΡΟΣ – ΤΕΡΜΑΤΙΣΜΟΥ: Καλύβια Πεζούλας

ΑΠΟΣΤΑΣΗ: 9,1 χλμ.

ΩΡΑ ΕΚΚΙΝΗΣΗΣ: 17:00 μ.μ

ΓΥΡΟΣ ΛΙΜΝΗΣ ΠΛΑΣΤΗΡΑ

ΕΓΓΡΑΦΕΣ: Το **Σάββατο 16/05/2015** μετά το χρονομέτρο, στο ξενοδοχείο "ΝΑΙΑΔΕΣ" στο ΝΕΟΧΩΡΙ και ώρα από 21:00μμ -22:00μμ, όπου θα πρέπει να παραβρίσκονται και οι οδηγοί των ΙΧ συνοδείας για να παραλάβουν τους αριθμούς τους και την **Κυριακή 17/05/2015** το πρωί 08:00πμ – 9:00πμ στο σχολείο Νεοχωρίου.

Ο αριθμός των αυτοκινήτων συνοδείας περιορίζεται στο μέγιστο αριθμό των είκοσι (20) αυτοκινήτων, με προτεραιότητα στα αυτοκίνητα των ομάδων και σε αυτά που συνοδεύουν πολυάριθμα group αθλητών.

ΚΟΣΤΟΣ ΣΥΜΜΕΤΟΧΗΣ:

Για τα μέλη της Π.Ε.Π.Α στα 15 ευρώ και για τους υπόλοιπους 20 ευρώ.

Το ποσό της συμμετοχής καταβάλλεται με την παραλαβή των αγωνιστικών αριθμών.



ΤΕΧΝΙΚΟ ΣΥΝΕΔΡΙΟ: Το Σάββατο 16 Μαΐου 2015 στο ξενοδοχείο " ΝΑΙΑΔΕΣ " στο ΝΕΟΧΩΡΙ και ώρα από 21:00μμ -22:00

ΧΩΡΟΣ ΕΚΚΙΝΗΣΗΣ – ΤΕΡΜΑΤΙΣΜΟΥ: Νεοχώρι Καρδίτσας (Σχολείο Νεοχωρίου)

ΤΕΧΝΙΚΟΣ ΕΛΕΓΧΟΣ: Ώρα 09:00 στο χώρο της εκκίνησης

ΩΡΑ ΕΚΚΙΝΗΣΗΣ: 09:30 π.μ.

ΣΥΝΟΛΙΚΗ ΑΠΟΣΤΑΣΗ: 76 χλμ.

ΠΡΟΕΚΚΙΝΗΣΗ: Η διαδρομή των πρώτων 13 χλμ. θα διεξαχθεί με προπομπό τον αλυτάρχη του αγώνα.

ΑΓΩΝΙΣΤΙΚΟ ΜΕΡΟΣ: 63 χλμ.

ΑΝΑΛΥΣΗ ΔΙΑΔΡΟΜΗΣ: Κυκλική διαδρομή.

Προεκκίνηση 13 χλμ.: Νεοχώρι - Μπελοκομύτη - Φράγμα.

Στάση, ανασυγκρότηση εκκίνησης αγώνα

Ελεύθερο 63 χλμ.: Φράγμα - Μούχα - διασταύρωση Καστανιάς 6^ο χλμ προς Ραχούλα - διασταύρωση 18,5^ο χλμ προς Μονή Πέτρας, Καταφύγιο - Άγιο Αθανάσιο διασταύρωση 33^ο χλμ προς Τσαρδάκι-Μονή Κορώνης-διασταύρωση 43,2^ο χλμ προς Μεσενικόλα - Μορφοβούνι - Νεοχώρι).

Μετά το πέρας του αγώνα ο ΠΟΔΗΛΑΤΙΚΟΣ ΟΜΙΛΟΣ ΚΑΡΔΙΤΣΑΣ (Π.Ο.Κ.) θα παραθέσει γεύμα (catering) για όλους τους αθλητές και συνοδούς.

ΠΡΟΣΟΧΗ: Οι αγωνιστικοί αριθμοί θα μπουν αυστηρά λοξός αριστερά πάνω – κάτω.

ΚΑΝΟΝΙΣΜΟΙ ΑΓΩΝΑ:

- Υπενθυμίζεται ότι η χρήση κράνους είναι υποχρεωτική και στις επίσημες προπονήσεις (π.χ. ζέσταμα ή αναγνώριση διαδρομής πριν και μετά τον αγώνα).
- Ο αγώνας θα διεξαχθεί σύμφωνα με τους κανονισμούς της Ε.Ο.Π. για την ποδηλασία δρόμου.
- Όλοι οι αγωνιζόμενοι οφείλουν να κινούνται στο δρόμο σύμφωνα με τον Κ.Ο.Κ.
- Η παραβίαση της διπλής διαχωριστικής γραμμής στο οδόστρωμα, τιμωρείται άμεσα με ποινή αποκλεισμού από τον αγώνα.

ΒΡΑΒΕΥΣΕΙΣ / ΑΠΟΝΟΜΕΣ: 1^{ος}: Κύπελλο - Χρυσό μετάλλιο - Δίπλωμα

2^{ος}: Αργυρό μετάλλιο - Δίπλωμα

3^{ος}: Χάλκινο Μετάλλιο - Δίπλωμα

4^{ος}, 5^{ος}, 6^{ος} - Δίπλωμα

Κύπελλο θα λάβει επίσης και η πολυπληθέστερη ομάδα του αγώνα.

Όλοι οι συμμετέχοντες, θα παραλάβουν αναμνηστικό μετάλλιο του αγώνα. Η διαδικασία των βραβεύσεων / απονομών θα ξεκινήσει αμέσως μετά τον τερματισμό των δικαιούχων όλων των κατηγοριών. Οι απονομές και για τα 2 αγωνίσματα, θα γίνουν μετά το τέλος του αγώνα αντοχής.

ΛΕΠΤΟΜΕΡΕΙΕΣ:

- Η απόρριψη αθλητή από τον τεχνικό έλεγχο λόγω σοβαρών ελλείψεων ή και παρατυπιών, αυτόματα λογίζεται ως ποινή αποκλεισμού όπως αν είχε λάβει μέρος στον αγώνα.
- Δίνετε την συγκατάθεση σας να λάβετε ιατρική και φαρμακευτική αγωγή σε περίπτωση τραυματισμού, ατυχήματος ή ασθένειας κατά τη διάρκεια της εκδήλωσης.
- Επιτρέπετε να χρησιμοποιηθούν φωτογραφίες και βίντεο που θα ληφθούν κατά τη διάρκεια της εκδήλωσης και συναφών δραστηριοτήτων για κάθε νόμιμη χρήση από τους διοργανωτές και τους χορηγούς.



- Οι διοργανωτές έχουν το δικαίωμα να τροποποιήσουν το πρόγραμμα των αγώνων και τη διαδρομή σε περίπτωση που για λόγους ανωτέρας βίας δεν είναι δυνατή και ασφαλής η πρόσβαση για τους αγωνιζόμενους σε όλα τα σημεία της διαδρομής.

ΡΥΘΜΙΣΗ ΑΠΡΟΒΛΕΠΤΩΝ ΘΕΜΑΤΩΝ: Για ότι δεν προβλέπεται από την προκήρυξη αποφασίζεται επί τόπου από την αγωνόδικο επιτροπή. Οι αθλητές - αθλήτριες συμμετέχουν στον αγώνα με δική τους ευθύνη και ο διοργανωτής δεν έχει καμία υποχρέωση για κάθε ενδεχόμενο ατύχημα ως και φθορά ή απώλεια αγωνιστικού υλικού.

ΔΙΑΜΟΝΗ ΑΘΛΗΤΩΝ-ΣΥΝΟΔΩΝ: Ξενοδοχειακή επιχειρήση «ΝΑΙΑΔΕΣ» στο ΝΕΟΧΩΡΙ .

Τιμή δίκλινο (2 άτομα) ανά διανυκτέρευση 50 euro με πρωινό.

Το βράδυ του Σαββάτου θα πραγματοποιηθεί Pasta-Party, το οποίο θα είναι δωρεάν για όσους θα διανυκτερεύσουν στο ξενοδοχείο, ενώ για όσους διανυκτερεύσουν σε άλλο κατάλυμα, η χρέωση θα είναι 5 ευρώ/ανά άτομο.

Τηλ. επικοινωνίας «Ναϊάδες» 24410/93333 & 24410/93252.