

## ΤΕΧΝΙΚΟΣ ΟΔΗΓΟΣ ΑΓΩΝΑ

### 1. ΠΡΟΟΙΜΙΟ:

Η Ελληνική Ομοσπονδία Ποδηλασίας σε συνεργασία με τον Ποδηλατικός Όμιλο Κω διοργανώνουν το 3<sup>ο</sup> Κύπελλο Ελλάδος στην Ορεινή Ποδηλασία, στο νησί της Λέρου. Συνδιοργανωτής στην εκδήλωση είναι ο Δήμος Λέρου.

### 2. ΚΑΤΗΓΟΡΙΕΣ ΑΓΩΝΙΖΟΜΕΝΩΝ:

Άνδρες (Elite/U23), Γυναίκες (Elite/U23), Έφηβοι, Νεάνιδες, Παιδες, Κορασίδες, Μάστερς Άνδρες - Γυναίκες.

Ο αγώνας περιλαμβάνεται στο αγωνιστικό πρόγραμμα της ΕΟΠ, και δίνει βαθμολογία στην ατομική και σωματειακή κατάταξη της ΕΟΠ.

### 3. ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ - ΑΠΟΣΤΑΣΕΙΣ/ΔΙΑΡΚΕΙΑ ΑΓΩΝΑ:

Ημερομηνία : Κυριακή, 19 Ιουνίου 2022

Εκκίνηση	Κατηγορίες
15:00	Παιδες - Κορασίδες (40')
16:00	Έφηβοι - Νεάνιδες (60')
17:20	Άνδρες - Γυναίκες (80')
19:00	Μάστερς Α/Γ (60')

Το πρόγραμμα ενδέχεται να τροποποιηθεί μετά το πέρας των δηλώσεων συμμετοχής.

Το Σάββατο θα πραγματοποιηθεί διασυλλογικός αγώνας ΧCC για τις μικρές κατηγορίες στο Λακκί της Λέρου. Σχετική προκήρυξη από τον Ποδηλατικό Όμιλο Κω

### 4. ΔΙΑΔΡΟΜΗ:

Η περιοχή διεξαγωγής του αγώνα είναι το Καταφύγιο Άγριας Ζωής "Κουλούκι – Μερικιά – Φυτώριο", δυτικά της πόλης του Λακκιού. Η απόσταση κάθε στροφής είναι 4100μ. (Συνημμένος χάρτης). Η περιοχή εκκίνησης/τερματισμού είναι το Φράγμα.

### 5. ΣΥΜΜΕΤΟΧΗ:

Κάθε σωματείο συμμετέχει με απεριόριστο αριθμό αθλητών ανά κατηγορία. Μέχρι την **15<sup>η</sup> Ιουνίου 2022** θα πρέπει να αποσταλούν οι αναλυτικές δηλώσεις συμμετοχής (αυστηρά μέσω συνημμένης φόρμας) στο email της Ομοσπονδίας [eorbike@otenet.gr](mailto:eorbike@otenet.gr)

### **Παράβολο Συμμετοχής:**

Κατηγορία	Παράβολο σε €
Άνδρες, Γυναίκες	20,-€
Έφηβοι, Νεάνιδες	15,-€
Παιδες, Κορασίδες	10,-€
Μάστερς Άνδρες, Γυναίκες	20,-€

Τα παράβολα συμμετοχής θα καταβληθούν συγκεντρωτικά ανά σωματείο, μέχρι και την Πέμπτη 16 Ιουνίου 2022, στο **IBAN** , δικαιούχος **GR2101727070005707101083807 Τράπεζα Πειραιώς. Ποδηλατικός Όμιλος Κω.**

Οι Αρχηγοί των ομάδων θα έχουν μαζί τους το αποδεικτικό της κατάθεσης για επιβεβαίωση της πληρωμής.

### **Παροχές**

Θα υπάρχει κωδικός έκπτωσης για τα δρομολόγια της Blue Star 30%

Οι διοργανωτές προσφέρουν δωρεάν διαμονή και πρωινό στο Ξενοδοχείο **"Krithoni Palace"** σε δίκλινο ή Τρίκλινο για όλους τους συμμετέχοντες στο Κύπελλο. Επίσης θα υπάρξουν ειδικές τιμές, για περαιτέρω ημέρες σε διαμονή και διατροφή.

### **6. ΓΡΑΜΜΑΤΕΙΑ ΑΓΩΝΑ:**

Θα λειτουργήσει το Σάββατο στις **18 Ιουνίου 2022** στον Λακκί (παράλληλα με τους διασυλλογικούς αγώνες ΧCC). **Την Κυριακή, 10 Απριλίου 2022** από **12:00** για παραλαβή των αριθμών από τους αρχηγούς των ομάδων αποκλειστικά, στον χώρο της εκκίνησης/τερματισμού για παραλαβή αριθμών αγώνα.

Υπογραφή στα φύλλα αγώνα για τους συμμετέχοντες, έως και 30' λεπτά πριν την εκκίνησή τους, επιδεικνύοντας την ατομική κάρτα υγείας τους, και έχοντας τον αριθμό τοποθετημένο στην αγωνιστική τους, εμφάνιση.

### **7. ΤΕΧΝΙΚΟ ΣΥΝΕΔΡΙΟ:**

**Κυριακή 10 Απριλίου 2022**, στις **12:30**, θα γίνει τεχνική ενημέρωση από τον Αλυτάρχη, και η ανακοίνωση των στροφών για κάθε κατηγορία, καθώς και άλλων χρήσιμων πληροφοριών. Υποχρεωτική η παρουσία ενός μόνον εκπρόσωπου ανά σωματείο, τηρώντας το εν ισχύ υγειονομικό πρωτόκολλο της ΕΟΠ.

### **8. ΚΑΝΟΝΙΣΜΟΙ:**

Ο αγώνας διεξάγεται με τους κανονισμούς της Ε.Ο. Ποδηλασίας και της UCI, για ότι δεν προβλέπεται στους κανονισμούς της ΕΟΠ.

**Ο αγώνας διεξάγεται με βάση το επικαιροποιημένο υγειονομικό αγωνιστικό πρωτόκολλο της Ε.Ο.Π. και τις οδηγίες της Γ.Γ.Α.**

Οι Αρχηγοί των Ομάδων θα πρέπει να προσκομίσουν την σχετική υπεύθυνη δήλωση, και θα φροντίσουν να τηρείται σε κάθε ομάδα το ποσοστό που αναφέρεται ως άνω.

### **9. ΕΙΔΙΚΟΙ ΚΑΝΟΝΙΣΜΟΙ:**

**Ζώνη Τροφοδοσίας :** Θα υπάρχουν δύο ζώνες Τροφοδοσίας, με δικαίωμα εισόδου μόνο σε φέροντες ειδική διαπίστευση, και τηρώντας το υγειονομικό πρωτόκολλο (χρήση μάσκας κλπ).

**Εξοπλισμός:** Η χρήση κράνους είναι υποχρεωτική, εντός του αγωνιστικού χώρου τόσο στους αγώνες όσο και στις επίσημες προπονήσεις.

**Θέση στην εκκίνηση - κριτήρια (ιεραρχικά) :** 1) Τρέχουσα ατομική βαθμολογία ΧC της UCI, 2) Βαθμολογία Λίγκας ΧCO, 3) Τελευταία εν ισχύ ατομική Βαθμολογία Ορεινής Ποδηλασίας της ΕΟΠ, 4) Κλήρωση.

### **10. ΒΡΑΒΕΥΣΕΙΣ - ΕΠΑΘΛΑ:**

Οι **πέντε** πρώτοι νικητές κάθε κατηγορίας Μετάλλιο - Δίπλωμα. Ξεχωριστή απονομή σε Νέους Άνδρες ή σε υποκατηγορίες Μάστερς Άνδρες (Α-Β-Γ-Δ) εφόσον συμμετέχουν τουλάχιστον 6 ποδηλάτες.

### **11. ΑΠΟΝΟΜΕΣ:**

Η τελετή απονομών θα γίνει στον χώρο τερματισμού, σύμφωνα με τις οδηγίες των διοργανωτών 15 λεπτά μετά το τέλος των αγώνων. Οι ποδηλάτες προσέρχονται με την αγωνιστική τους ενδυμασία και χωρίς ποδήλατα.

#### **12. ΕΛΕΓΧΟΣ ΑΝΤΙΝΤΟΠΙΝΓΚ:**

Σε περίπτωση που ο Εθνικός Οργανισμός Καταπολέμησης Ντόπινγκ αποφασίσει ελέγχους, θα υπάρξει ενημέρωση για τους εμπλεκόμενους, σύμφωνα με τους κανονισμούς της ΕΟΠ, της UCI και του ΕΟΚΑΝ.

#### **13. ΠΟΙΝΕΣ:**

Στον αγώνα θα εφαρμοστούν οι ποινές που αναφέρονται στους κανονισμούς της ΕΟΠ και όπου δεν προβλέπεται, της UCI.

#### **14. ΑΛΥΤΑΡΧΗΣ ΑΓΩΝΑ:** *Θα ανακοινωθεί*

#### **15. ΔΙΕΥΘΥΝΤΗΣ ΑΓΩΝΑ:** κ. Νικόλαος Πρέζας, 6944265012, [nprezas@gmail.com](mailto:nprezas@gmail.com)

#### **16. ΑΠΟΔΟΧΗ ΣΥΜΜΕΤΟΧΗΣ - ΠΡΟΣΩΠΙΚΑ ΔΕΔΟΜΕΝΑ:**

Με την συμμετοχή του στον αγώνα, ο ποδηλάτης αποδέχεται το περιεχόμενο και τους όρους της παρούσας προκήρυξης των αγώνων.

Άπαντες οι συμμετέχοντες στους αγώνες με οποιαδήποτε μορφή, αθλητές, προπονητές, συνοδοί, θεατές και όλοι οι εμπλεκόμενοι στην διοργάνωση, αποδέχονται όπως τα προσωπικά τους στοιχεία, τα αποτελέσματα αγώνων με τις επιδόσεις, τις φωτογραφίες, τα βίντεο αυτών, να δίνονται στον έντυπο και ηλεκτρονικό Τύπο, στα ηλεκτρονικά μέσα δικτύωσης και επικοινωνίας, και να επεξεργάζονται από τον διοργανωτή του αγώνα και τους συνδιοργανωτές αυτού.

**Απρόβλεπτα θέματα:** Για οτιδήποτε δεν προβλέπεται από την προκήρυξη, θα αποφασίζει επί τόπου η Αγωνόδικος Επιτροπή, σε συνεργασία με τον διοργανωτή και τον Τεχνικό Επιτετραμμένο της Ε.Ο.Π. Η Αγωνόδικος Επιτροπή έχει το δικαίωμα τροποποίησης του προγράμματος, καθώς επίσης και των τεχνικών όρων της προκήρυξης.

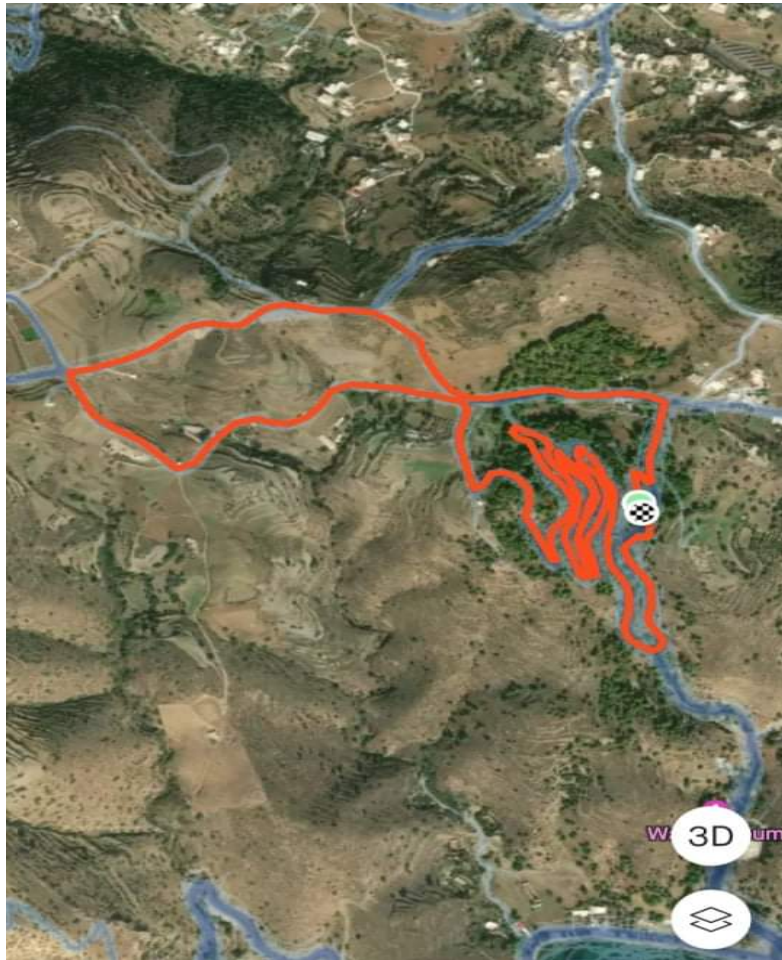
**Πληροφορίες:** Η ακτοπλοϊκή σύνδεση *Πειραιάς - Λέρος* είναι Σάββατο βράδυ (18.06.22) και η επιστροφή Λέρος - Πειραιάς, Κυριακή βράδυ (19.06.22). Η Λέρος επίσης, διαθέτει και αεροδρόμιο, με περιορισμένο αριθμό πτήσεων αλλά με σύνδεση με διάφορα άλλα αεροδρόμια της Ελλάδος.

Παρόλα αυτά, οι ποδηλάτες μπορούν να ταξιδέψουν προς στην Λέρο μέσω **Κω** (με καθημερινά ακτοπλοϊκά και αεροπορικά δρομολόγια) και να χρησιμοποιήσουν την ταχύπλοη ακτοπλοϊκή σύνδεση με Λέρο. Οι διοργανωτές έχουν εξασφαλίσει ειδικές τιμές και περιορισμένο αριθμό δωρεάν εισιτηρίων για την ακτοπλοϊκή σύνδεση Κως - Λέρος.

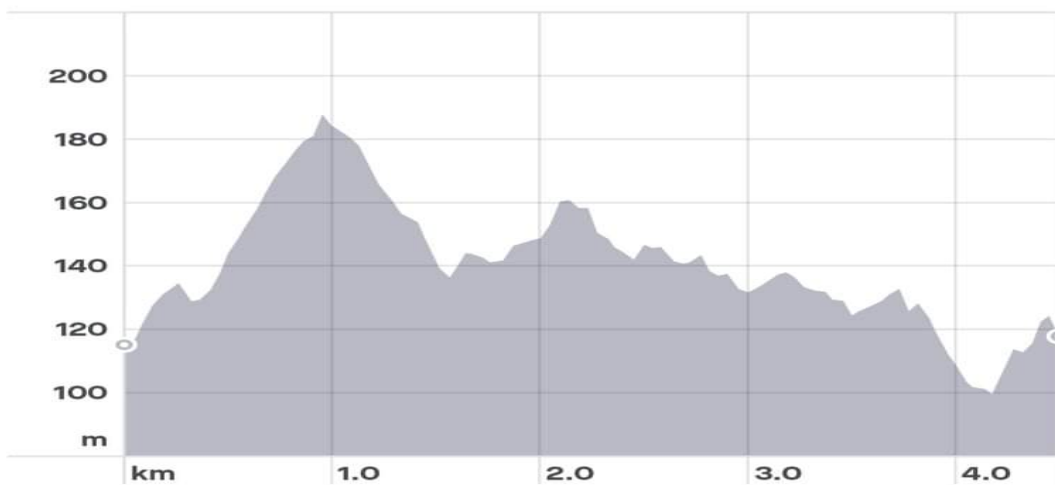
Περισσότερα για την Λέρο, στην επίσημη σελίδα του Δήμου: [LEROS.GR](http://LEROS.GR)



17. ΧΑΡΤΗΣ/ΥΨΟΜΕΤΡΙΚΟ ΔΙΑΓΡΑΜΜΑ ΔΙΑΔΡΟΜΗΣ:



### Elevation



Elevation Gain

146 m