

ΠΡΟΣΚΛΗΣΗ ΣΥΜΜΕΤΟΧΗΣ - ΠΡΟΚΗΡΥΞΗ

ΟΡΓΑΝΩΤΙΚΗ ΕΠΙΤΡΟΠΗ



ΥΠΟ ΤΗΝ ΑΙΓΙΔΑ



ΥΠΟ ΤΗΝ ΑΙΓΙΔΑ



ΜΑΡΑΘΩΝΙΟΣ ΚΡΗΤΗΣ

ΣΥΜΜΕΤΕΧΩ-ΤΡΕΧΩ-ΠΡΟΣΤΑΤΕΥΩ

Αφιερωμένος στη μνήμη του Μητροπολίτη Κισσάμου & Σελίνου
"Ειρηναίου Γαλανάκη"



ΜΕΓΑΛΟΣ ΧΟΡΗΓΟΣ

Samaria.

ΤΟ ΝΕΡΟ ΤΩΝ ΛΕΥΚΩΝ ΟΡΕΩΝ

21 ΑΠΡΙΛΙΟΥ 2019

**ΑΓΩΝΕΣ | ΜΑΡΑΘΩΝΙΟΥ
& 10χλμ - 5χλμ - 2,5χλμ**

www.crete-marathon.gr

Π Ρ Ο Κ Η Ρ Υ Ξ Η

“4^{ος} Μαραθώνιος Κρήτης –Crete Marathon”

Κυριακή 21 Απριλίου 2019

Οι αγώνες σε δημόσια οδό περιλαμβάνουν: **Μαραθώνιο Δρόμο**, Αγώνα Δρόμου **10 χλμ.** αφιερωμένος στην μνήμη του **Σμηναγού Κώστα Ηλιάκη**, Αγώνα Δρόμου **5χλμ.** -δυναμικό βάδισμα- και Αγώνα Δρόμου **για όλους 2,5χλμ** -δυναμικό βάδισμα.

Την Παρασκευή 19/ 04 και το Σάββατο 20/04 θα προηγηθούν οι τελετές:

- **Παρασκευή, 19 Απριλίου 2019:** Συλλογή του κότινου από την αρχαία ελιά των Βουβών , Δήμος Πλατανιά.
- **Σάββατο 20 Απριλίου 2019:** Λαμπαδηδρομία από τους Δήμους Κισσάμου – Πλατανιά και Αποκορώνου στη μνήμη του Μακαριστού Ειρηναίου Γαλανάκη.
- **Σάββατο 20 Απριλίου 2019:** Τελετή έναρξης 4^{ου} Μαραθωνίου Κρήτης **Όλες οι Διοργανώσεις θα διεξαχθούν σύμφωνα με τους παρακάτω όρους:**

1. ΗΜΕΡΟΜΗΝΙΑ ΔΙΕΞΑΓΩΓΗΣ ΑΓΩΝΩΝ:

Κυριακή 21 Απριλίου 2019.

2. ΑΦΕΤΗΡΙΑ - ΤΕΡΜΑΤΙΣΜΟΣ:

Όλες οι διαδρομές θα έχουν ως αφετηρία και τερματισμό τον οριοθετημένο χώρο μπροστά από την Δημοτική Αγορά των Χανίων



3. ΣΤΟΙΧΕΙΑ ΑΓΩΝΩΝ:

3.1 Μαραθώνιος: Ώρα Εκκίνησης: 08:00.

Περιγραφή της διαδρομής: Η διαδρομή του Μαραθωνίου Δρόμου περιλαμβάνει τις οδούς: Γ. Χατζημιχάλη – Χάληδων- Ακτή Κουντουριώτη – Ακτή Κανάρη – Ακτή Παπανικολή – Σελίνου – Γεωργακάκηδων – Γέφυρα Κλαδισού – η διαδρομή συνεχίζει παραλιακά επί της ΠΕΟ Χανίων - Κισάμου για 16.800μ και περίπου στο ύψος μετά το Ιστορικό Μάλεμε πραγματοποιείται αναστροφή των δρομέων - και η διαδρομή συνεχίζεται για περίπου 16.800μ παραλιακά επί της ΠΕΟ Κισσάμου Χανίων - μέσω της γέφυρας Κλαδισού συνεχίζει στην ΠΕ Κισσάμου Χανίων - δεξιά στην Μάρκου Μπότσαρη – Σολωμού - Σφακιανάκη – περιμετρικά της Πλατείας Ελευθερίας – Ηρώων Πολυτεχνείου – αριστερά Ελ. Βενιζέλου, – Πλ. Σοφοκλή Βενιζέλου – Τερματισμός μπροστά στη Δημοτική Αγορά Χανίων.

3.2 Αγώνας 10 χλμ.: Ώρα Εκκίνησης: 9:00. αφιερωμένος στην μνήμη του **Σημναγού Κώστα Ηλιάκη**

Περιγραφή της διαδρομής: Η διαδρομή του αγώνα Δρόμου των 10 χλμ. περιλαμβάνει τις οδούς: Γ. Χατζημιχάλη – Χάληδων – Ακτή Κανάρη – Ακτή Παπανικολή – Σελίνου – Γεωργακάκηδων – Γέφυρα Κλαδισού – η διαδρομή συνεχίζει επί της ΠΕΟ Χανίων - Κισάμου για 1000μ και περίπου στο ύψος της περιοχής μακρύς Τοίχος, πραγματοποιείται αναστροφή και ενώ συνεχίζει στην ΠΕ Κισάμου Χανίων, συνεχίζει μέσω του κόμβου Κλαδισού στην ΠΕ Κισάμου Χανίων – δεξιά στην οδό Μάρκου Μπότσαρη – Σολωμού – Σφακιανάκη – περιμετρικά της Πλατείας Ελευθερίας – Ηρώων Πολυτεχνείου – αριστερά Ελ. Βενιζέλου, Πλ. Σοφοκλή Βενιζέλου - Τερματισμός μπροστά στη Δημοτική Αγορά Χανίων.

3.3 Αγώνας Δρόμου 5 χλμ.: Ώρα Εκκίνησης: 12:00.

Περιγραφή της διαδρομής: Η διαδρομή του αγώνα Δρόμου των 5 χλμ. περιλαμβάνει τις οδούς: Γ. Χατζημιχάλη – Σκαλίδη - επί της ΠΕ Χανίων Κισάμου – αριστερά Μάρκου Μπότσαρη - Σολωμού – Σφακιανάκη – περιμετρικά της Πλατείας Ελευθερίας – Ηρώων Πολυτεχνείου – αριστερά Ελ. Βενιζέλου - Τερματισμός μπροστά στη Δημοτική Αγορά Χανίων.

3.4 Αγώνας Δρόμου για όλους των 2,5 χλμ. : Ώρα Εκκίνησης: 13:00

Περιγραφή της διαδρομής: Η διαδρομή του αγώνα Δρόμου των 2,5 χλμ. περιλαμβάνει τις οδούς: Γ. Χατζημιχάλη – Σκαλίδη - αριστερά Κυδωνίας –Αποκορώνου - Σολωμού – αριστερά Στρ. Τζανακάκη – αμέσως δεξιά την Βαλαωρίτου/Πλουμιδάκη – αριστερά Αν. Παπανδρέου – Πλ. Σοφοκλή Βενιζέλου – τερματισμός μπροστά στη Δημοτική Αγορά Χανίων.

4. ΔΙΚΑΙΩΜΑ ΣΥΜΜΕΤΟΧΗΣ:

Οι Αγώνες Δρόμου της Διοργάνωσης του Μαραθωνίου Κρήτης έχουν την έγκριση της Ελληνικής Ομοσπονδίας Στίβου, (ΣΕΓΑΣ), μέλος της IAAF (International Association of Athletics Federations) και διεξάγονται σύμφωνα με τα Άρθρα και τις Διατάξεις των Κανονισμών "Competition Rules" της IAAF της AIMS και του ΣΕΓΑΣ, όπως αυτοί ισχύουν από την 5/11/2017.

ΣΗΜΕΙΩΣΗ: Ότι δεν αναφέρεται ρητά στις παραγράφους της παρούσας Προκήρυξης υπόκειται στους Κανονισμούς της IAAF της AIMS και του ΣΕΓΑΣ, ενώ παράλληλα τα Άρθρα με όλες της Διατάξεις τους, τα οποία διέπουν τα Αγωνίσματα σε Δημόσια Οδό, τίθενται αυτόματα και καθολικά σε ισχύ. Χρήζει ιδιαίτερης προσοχής η τήρηση των Κανονισμών των Άρθρων 144, 145 & 240, κατά τα οποία, μεταξύ άλλων κανόνων, συγκεκριμένες ενέργειες θεωρούνται ως βοήθεια και κατά συνέπεια ΔΕΝ ΕΠΙΤΡΕΠΟΝΤΑΙ:

Τίθενται αυτόματα και καθολικά σε ισχύ οι διατάξεις του:

Άρθρου 144 – Βοήθεια προς του Αθλητές

Άρθρου 145 – Ακύρωση αγωνιζόμενου

Άρθρου 240 – Αγώνες Δρόμου σε Δημόσια Οδό

Βασικές διατάξεις προς τήρηση:

Άρθρο 144.(2) Αθλητής - αγωνιζόμενος που δίνει ή λαμβάνει βοήθεια μέσα από τον αγωνιστικό χώρο κατά τη διάρκεια ενός αγωνίσματος θα δέχεται προειδοποίηση από τον Κριτή ή τον Έφορο και θα ενημερώνεται ότι, αν αυτό επαναληφθεί, θα αποκλειστεί από το συγκεκριμένο αγώνισμα. Αν ένας αθλητής αποκλειστεί στη συνέχεια από το αγώνισμα, όλες οι επιδόσεις που σημείωσε μέχρι εκείνη τη στιγμή του αγωνίσματος αυτού δεν θα θεωρούνται έγκυρες.

Σημ.: Στις περιπτώσεις που υπάγονται στο Άρθρο 144.3(α) – “racing”, η ακύρωση θα μπορεί να γίνεται χωρίς προειδοποίηση.

Άρθρο 144.3(α) Απαγορεύεται η καθοδήγηση στο ρυθμό τρεξίματος (racing)τό πρόσωπα που δεν συμμετέχουν στον ίδιο ανώνα δρόμου. από αθλητές – αγωνιζόμενους που υπολείπονται ένα νύρο ή που πρόκειται να υπερκαλυφθούν κατά ένα νύρο ή από οποιοδήποτε είδος μηχανικής συσκευής καθοδονούμενο ή μη από κάποιο πρόσωπο (εκτός από εκείνες που επιτρέπονται σύμφωνα με το Άρθρο 144.4(δ)).

Άρθρο 240.8(η) Ο αθλητής - αγωνιζόμενος που δεχθεί ή πάρει ο ίδιος αναψυκτικό ή νερό από σημείο διαφορετικό από τους επίσημους σταθμούς. εκτός από τις περιπτώσεις που αυτό δίνεται για ιατρικούς λόγους από τους κριτές του αγώνα ή υπό την επίβλεψη αυτών, ή πάρει αναψυκτικό από άλλον αθλητή ή από άλλο πρόσωπο, θα πρέπει, αν αυτό είναι το πρώτο παράπτωμά του, να δεχθεί προειδοποίηση από τον Κριτή Έφορο συνήθως με την επίδειξη

κίτρινης κάρτας. Αν υποπέσει δεύτερη φορά στο ίδιο παράπτωμα, ο Κριτής Έφορος θα ακυρώνει τον αθλητή - αγωνιζόμενο, δείχνοντάς του κόκκινη κάρτα ή σημαία. Στην περίπτωση αυτή ο αθλητής θα αποχωρεί αμέσως από τον αγώνα.

Για να συμμετάσχει κάποιος στον Μαραθώνιο θα πρέπει να έχει συμπληρώσει το 18ο έτος της ηλικίας του, στον Αγώνα Δρόμου των 10 χλμ. θα πρέπει να έχει συμπληρώσει το 15ο έτος της ηλικίας του ενώ για να συμμετάσχει στον Αγώνα Δρόμου των 5χλμ. θα πρέπει να έχει συμπληρώσει το 12ο έτος της ηλικίας του.. Στον αγώνα δρόμου των 2,5 χλμ. μπορούν να μετέχουν δρομείς όλων των ηλικιών.

Ανήλικοι συμμετέχοντες κάτω των δέκα ετών (10) θα πρέπει υποχρεωτικά να συνοδεύονται από τους γονείς ή τους κηδεμόνες τους κατά την συμμετοχή τους.

Στον αγώνα των 5 χλμ. μπορούν να συμμετέχουν οργανωμένα και οι μαθητές των Γυμνασίων – Λυκείων.

Στον αγώνα για όλους 2,5 χλμ. μπορούν να συμμετέχουν οργανωμένα και οι μαθητές των Δημοτικών Σχολείων (Δ', Ε' και ΣΤ' τάξη).

5. ΔΙΑΚΡΙΣΕΙΣ - ΕΠΑΘΛΑ

5.1 Έπαθλα (μετάλλιο και δίπλωμα) απονέμονται στους τρεις πρώτους νικητές της γενικής κατάταξης Ανδρών και Γυναικών του κάθε αγώνα δρόμου (Μαραθώνιος, 10 χλμ. και 5χλμ.). Κύπελλο απονέμεται μόνο στον πρώτο αθλητή και την πρώτη αθλήτρια.

- Βαρύτιμα έπαθλα θα απονεμηθούν στους πρώτους νικητές του Μαραθώνιου Δρόμου.
- Σε όλους τους δρομείς που θα τερματίσουν θα δοθεί αναμνηστικό μετάλλιο.
- Οι συμμετέχοντες που θα τερματίσουν στον αγώνα δρόμου της επιλογής τους θα έχουν τη δυνατότητα να τυπώσουν το Δίπλωμα τους μέσω ειδικής εφαρμογής της διαδικτυακής Πύλης της Διοργάνωσης: www.crete-marathon.gr.



5.2 Ειδικές Βραβεύσεις

Με απόφαση της Οργανωτικής Επιτροπής θα απονεμηθούν ειδικές βραβεύσεις στις παρακάτω διακρίσεις:

- **Ειδική βράβευση** με Κύπελλο γίνεται στον πρώτο αθλητή και την πρώτη αθλήτρια στον αγώνα των 10 χλμ. που είναι αφιερωμένος στον **σημναγό Κώστα Ηλιάκη**.
- **ΑμεΑ**.
- **Μαζικότερης συμμετοχής** (πολυπληθέστερη ομαδική συμμετοχή Συλλόγων).
- **Μαζικότερης συμμετοχής** (πολυπληθέστερη ομαδική συμμετοχή Σχολείων)

5.3 Κίνητρα Συμμετοχής - Παροχές

Τα **Κίνητρα Συμμετοχής** για τους πρώτους νικητές και τις πρώτες νικήτριες του Μαραθωνίου θα αναρτηθούν στο επίσημο site της διοργάνωσης, www.crete-marathon.gr, ύστερα από απόφαση της Οργανωτικής Επιτροπής.

6.ΥΓΕΙΟΝΟΜΙΚΗ ΚΑΛΥΨΗ:

Σε κάθε περίπτωση όλοι οι αγωνιζόμενοι συμμετέχουν με αποκλειστικά δική τους ευθύνη. Οι διοργανωτές δεν φέρουν καμία ευθύνη για οτιδήποτε συμβεί στους συμμετέχοντες όλων των Αγώνων Δρόμου της Διοργάνωσης σχετικά με θέματα ΥΓΕΙΑΣ κατά τη διάρκεια του αγώνα τα οποία οφείλονται σε έλλειψη προληπτικού ιατρικού ελέγχου.

Συστήνεται σε όλους τους συμμετέχοντες να έχουν υποβληθεί πρόσφατα σε ιατρική εξέταση και ειδικότερα σε όσους είναι άνω των 35 ετών σε καρδιολογικό έλεγχο.

Από τους διοργανωτές δεν θα ζητηθούν ιατρικές βεβαιώσεις για τον κάθε συμμετέχοντα διότι όλοι οι συμμετέχοντες αγωνίζονται με ατομική τους ευθύνη και οι ανήλικοι με ευθύνη των κηδεμόνων τους υπογράφοντας τη σχετική Υπεύθυνη Δήλωση η οποία συμπεριλαμβάνεται στην έντυπη ή ηλεκτρονική Δήλωση Εγγραφής για τον κάθε ένα αγώνα της Διοργάνωσης.

Κατά τη διάρκεια του αγώνα προσωπικό Ιατρικών Υπηρεσιών και Πρώτων Βοηθειών θα βρίσκεται στην περιοχή εκκίνησης -τερματισμού αλλά και σε επιλεγμένα σημεία της διαδρομής για την αντιμετώπιση οποιουδήποτε επείγοντος ιατρικού περιστατικού με την παροχή Πρώτων Βοηθειών.

7.ΣΤΑΘΜΟΙ ΥΠΟΣΤΗΡΙΞΗΣ:

- Κατά μήκος της Μαραθώνιας διαδρομής θα υπάρχουν σταθμοί υποστήριξης των δρομέων, αρχής γενομένης από το 5^ο χλμ.
- Εμφιαλωμένο νερό θα διατίθεται στους συμμετέχοντες στην εκκίνηση, τον τερματισμό καθώς και ανά 2,5χλμ. μετά το 5^ο χλμ.
- Επιπλέον, θα διατίθενται ισοτονικά ποτά στους συμμετέχοντες στην εκκίνηση, τον τερματισμό καθώς και ανά 5χλμ. μετά το 10^ο χλμ.
- Στη διαδρομή από το 5^ο χλμ. και μετά και ανά 5χλμ. θα υπάρχει δυνατότητα παροχής προσωπικών ποτών και συμπληρωμάτων από συνοδευτικά των συμμετεχόντων πρόσωπα.

8. ΧΙΛΙΟΜΕΤΡΙΚΕΣ ΕΝΔΕΙΞΕΙΣ:

Σε κάθε χιλιόμετρο των αγωνιστικών διαδρομών του Μαραθωνίου θα υπάρχει ένδειξη χιλιομετρικής απόστασης. Σε κάθε χιλιόμετρο του αγώνα των 10 χλμ. και των 5 χλμ. θα υπάρχει ένδειξη χιλιομετρικής απόστασης.

9.ΧΡΟΝΙΚΟ ΟΡΙΟ ΟΛΟΚΛΗΡΩΣΗΣ ΑΓΩΝΩΝ:

Το χρονικό όριο τερματισμού για τον **Μαραθώνιο** δρόμο είναι **έξι ώρες(6)** από την προγραμματισμένη ώρα εκκίνησης στις 8:00, (οι δρομείς θα πρέπει να έχουν ολοκληρώσει τον Μαραθώνιο μέχρι τις 14:00). Για τον αγώνα δρόμου των **10χλμ.** το χρονικό όριο είναι **μιάμιση ώρα (1.30')**, (οι δρομείς θα πρέπει να έχουν ολοκληρώσει τον αγώνα των 10 χλμ. μέχρι τις 10:30).

Για τον αγώνα δρόμου των **5 χλμ.** το χρονικό όριο είναι **μία ώρα (1)**, (οι δρομείς θα πρέπει να έχουν ολοκληρώσει τον αγώνα των 5 χλμ. μέχρι τις 13:00)

10. ΗΛΕΚΤΡΟΝΙΚΗ ΧΡΟΝΟΜΕΤΡΗΣΗ – ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ:

10.1 Ηλεκτρονική Χρονομέτρηση

Την ηλεκτρονική χρονομέτρηση όλων των αγώνων της Διοργάνωσης (εκτός του αγώνα των 2,5 χλμ.) καθώς και την έκδοση των αποτελεσμάτων έχει αναλάβει επίσημη εταιρεία χρονομέτρησης. Για το λόγο αυτό όλοι οι συμμετέχοντες δρομείς στον Μαραθώνιο, στα 10 χλμ. και στα 5 χλμ. θα πρέπει να φέρουν το chip χρονομέτρησης που θα παραλαμβάνουν μαζί με τον αριθμό συμμετοχής τους από το Κέντρο Εγγραφών. Τάπητες ηλεκτρονικού ελέγχου και χρονομέτρησης για την καταγραφή των ενδιάμεσων χρόνων θα υπάρχουν:

- Για τον **Μαραθώνιο Δρόμο**: στην εκκίνηση και στον τερματισμό και στο **21,1χλμ.** Επίσης, οι δρομείς θα έχουν ενδιάμεσους χρόνους και σημεία ελέγχου κατά μήκος της διαδρομής και στα ακραία σημεία της.
- Για τα **10 χλμ.**: στην εκκίνηση και στον τερματισμό. Επίσης, οι δρομείς θα έχουν ενδιάμεσο χρόνο και σημεία ελέγχου κατά μήκος της διαδρομής και στα ακραία σημεία της.
- Για τα **5 χλμ.**: στην εκκίνηση και στον τερματισμό.



10.2 ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ

Για όλους τους Αγώνες Δρόμου της Διοργάνωσης του Μαραθωνίου Κρήτης στους οποίους υπάρχει Επίσημη Ηλεκτρονική χρονομέτρηση, **τίθενται σε ισχύ τα Άρθρα και Διατάξεις των Κανονισμών της IAAF της AIMS και του ΣΕΓΑΣ.**

Τα αποτελέσματα θα ανακοινώνονται στο διαδίκτυο μετά τη λήξη των αγώνων. Τυχόν Ενστάσεις μπορούν να υποβληθούν εντός πέντε (5) ημερολογιακών ημερών από την ημέρα ανάρτησης των αποτελεσμάτων στο Website της διοργάνωσης.

Τα επίσημα αποτελέσματα ανακοινώνονται εντός δέκα (10) εργάσιμων ημερών από την ημέρα διεξαγωγής του αγώνα.

Αν ένας αθλητής ακυρωθεί σε ένα αγώνισμα εξαιτίας της παραβίασης κάποιου Άρθρου του κανονισμού που βρίσκεται σε ισχύ, στα επίσημα αποτελέσματα, δεν κατατάσσεται, αναγράφεται και γίνεται αναφορά του Άρθρου το οποίο παραβιάστηκε (Άρθρο 145.1).

Στα 2,5 χλμ. θα υπάρχουν αποτελέσματα για τους τρεις πρώτους νικητές και τις τρεις πρώτες νικήτριες καθώς και για τις κατηγορίες των Σχολείων.

Όλοι οι συμμετέχοντες στα 2,5 χλμ. θα καταγράφονται αλφαβητικά και θα πάρουν ηλεκτρονικά το δίπλωμα τους.

11. ΚΕΝΤΡΟ ΕΓΓΡΑΦΩΝ:

Τόπος: Γιαλί Τζαμισί, Ακτή Τομπάζη, Ενετικό Λιμάνι Χανίων, Χανιά.

Ημέρες και Ώρες Λειτουργίας:

Παρασκευή 19 και Σάββατο 20 Απριλίου 2019 από τις 10:00 – 20:00.

Οι συμμετέχοντες οφείλουν να παραλάβουν **αποκλειστικά** από το Κέντρο Εγγραφών τον αριθμό συμμετοχής τους και το chip χρονομέτρησης (**μόνο για τους αγώνες Μαραθωνίου, των 10 χλμ. και των 5 χλμ.**) καθώς επίσης και το υπόλοιπο υλικό της Διοργάνωσης.