

## **5<sup>th</sup>LycabettusRun**

Κυριακή 10 Μαρτίου 2019

#lycabettusrun #opentraininglycabettusrun

Η Sportevent με την ευγενική υποστήριξη του St George Lycabettus Lifestyle Hotel προκηρύσσουν αγώνα δρόμου την Κυριακή 10 Μαρτίου 2019 με την επωνυμία "**5<sup>th</sup> LycabettusRun**". Πρόκειται για τη πέμπτη χρονιά διεξαγωγής του γνωστού πλέον αγώνα που διεξάγεται γύρω και μέσα στον καταπράσινο λόφο του Λυκαβηττού.

Όπως κάθε χρόνο έτσι και φέτος ο αγώνας θα έχει και φιλανθρωπικό χαρακτήρα καθώς μέρος των εσόδων από τις εγγραφές θα διατεθεί όπως και πέρυσι στο "**Το χαμόγελο του παιδιού**".

Οι αγώνες δρόμου θα διεξαχθούν σύμφωνα με τους παρακάτω όρους:

### **1. Ημερομηνία Αγώνα**

Κυριακή 10 Μαρτίου 2019

### **2. Αφετηρία - Τερματισμός**

Αφετηρία και Τερματισμός στο St George Lycabettus Lifestyle Hotel

### **3. Αποστάσεις αγώνων**

- Αγώνας δρόμου (άσφαλτος) 5,5 χλμ
- Αγώνας δρόμου (άσφαλτος) 11 χλμ
- Αγώνας Trail (κυρίως χωμάτινος) 4,5 χλμ
- Αγώνας Trail (κυρίως χωμάτινος) 9 χλμ
- Αγώνας Lycabettus Relay (άσφαλτος) 11 χλμ (Σκυταλοδρομία 2 x 5,5 χλμ)

#### 4. Ώρες Εκκίνησης

- Για τις Road διαδρομές (άσφαλτος) 5,5 χλμ & 11 χλμ & είναι: 10:00 πμ
- Για τη Lycabettus Relay διαδρομή (άσφαλτος) 11 χλμ (Σκυταλοδρομία 2 x 5,5 χλμ): 10:00 πμ
- Για τις Trail διαδρομές (χωμάτινες) 4,5 χλμ & 9 χλμ είναι: 10:05 πμ

#### 5. Περιγραφή διαδρομής

- I. Οι ασφάλτινες Road διαδρομές είναι, κυκλικές, με σημείο εκκίνησης και τερματισμού το St George Lycabettus Lifestyle Hotel. Οι δρομείς θα κινούνται δεξιόστροφα επί του περιφερειακού δρόμου του Λυκαβηττού.
  - Ο αγώνας Road 5,5 χλμ θα ολοκληρωθεί με την κάλυψη δυο (2) γύρων.
  - Ο αγώνας Road 11 χλμ θα ολοκληρωθεί με την κάλυψη τεσσάρων (4) γύρων.
- II. Οι χωμάτινες Trail διαδρομές έχουν σημείο εκκίνησης και τερματισμού το St George Lycabettus Lifestyle Hotel. Οι δρομείς θα κινούνται κυρίως μέσα στον λόφο του Λυκαβηττού φθάνοντας έως και την κορυφή του.
  - Ο αγώνας Trail 4,5 χλμ θα ολοκληρωθεί με την κάλυψη ενός (1) γύρου.
  - Ο αγώνας Trail 9 χλμ θα ολοκληρωθεί με την κάλυψη δύο (2) γύρων.
- I. Η ασφάλτινη Lycabettus Relay διαδρομή είναι, κυκλική, με σημείο εκκίνησης και τερματισμού το St George Lycabettus Lifestyle Hotel. Οι δρομείς θα κινούνται δεξιόστροφα επί του περιφερειακού δρόμου του Λυκαβηττού.
  - Ο αγώνας Lycabettus Relay 11 χλμ (Σκυταλοδρομία 2 x 5,5 χλμ) θα ολοκληρωθεί με την κάλυψη τεσσάρων (4) γύρων.

## 6. Δικαίωμα Συμμετοχής

Δικαίωμα συμμετοχής έχουν όσοι έχουν συμπληρώσει το 18<sup>ο</sup> έτος της ηλικίας τους. Για κάτω των 18 ετών ζητείται [Υπεύθυνη Δήλωση](#) από τον γονέα ή κηδεμόνα.

## 7. Έπαθλα

- Κύπελλα απονέμονται στους τρεις πρώτους κάθε κατηγορίας (Άντρες - Γυναίκες).
- Μετάλλια απονέμονται σε όλους τους συμμετέχοντες.
- Δίπλωμα συμμετοχής για όλους τους δρομείς.

Το δίπλωμα συμμετοχής με το ονοματεπώνυμο και τον χρόνο τους θα μπορέσουν να το πάρουν ηλεκτρονικά από το [www. lycabettusrun.gr](http://www.lycabettusrun.gr).

## 8. Όριο Συμμετοχών - Δηλώσεις Συμμετοχής

Το όριο συμμετοχών για τον φετινό αγώνα έχει οριστεί αυστηρά στα 1.500 άτομα.

### Δήλωση συμμετοχής

- Ημερομηνία έναρξης εγγράφων για τον αγώνα: Δευτέρα 16 Ιουλίου 2018.
- Ημερομηνία λήξης εγγραφών για τον αγώνα: Τετάρτη 27 Φεβρουαρίου 2019.

*Σας ενημερώνουμε ότι δεν θα υπάρξει δυνατότητα εγγραφής την ημέρα του αγώνα.*

## 9. Είδη Εγγραφής

- Ατομική εγγραφή: Αφορά μεμονωμένα άτομα.
- Ομαδική εγγραφή: Αφορά ομάδες των πέντε (5) ατόμων και άνω.

Οι ομαδικές εγγραφές απευθύνονται σε αθλητικούς συλλόγους, συλλόγους δρομέων, γυμναστήρια, εταιρείες, ιδιωτικούς και δημόσιους οργανισμούς, αλλά και απλές παρέες ανθρώπων που επιθυμούν να συμμετάσχουν ως ομάδα. Κατά την ομαδική εγγραφή ορίζεται ένας Υπεύθυνος της Ομάδας, ο οποίος εκπροσωπεί την ομάδα για διάφορα θέματα έναντι των διοργανωτών.

## 10. Αντίτιμο Συμμετοχής

Μέρος από κάθε εγγραφή θα δοθεί ως ενίσχυση στο **"Το χαμόγελο του παιδιού"**

Το κόστος συμμετοχής για τον αγώνα παρουσιάζεται στον παρακάτω πίνακα:

Συμμετοχή	Ατομικό	Ομαδικό
Αγώνας Road 5,5χλμ & 11χλμ	15,00€	12,00€
Αγώνας Trail 4,5 χλμ & 9χλμ	15,00€	12,00€
LycabettusRelay 11 χλμ (Σκυταλοδρομία 2X5,5 χλμ)	12,50€/άτομο	-

## 11. Υγειονομική Κάλυψη

Σε κάθε περίπτωση όλοι οι αγωνιζόμενοι συμμετέχουν με αποκλειστικά δική τους ευθύνη.

Οι διοργανωτές δεν έχουν καμία ευθύνη για ότι συμβεί σχετικά με θέματα ΥΓΕΙΑΣ και οφείλεται σε έλλειψη προληπτικού ιατρικού ελέγχου.

Στον αγώνα θα υπάρχει ιατρική κάλυψη με παρουσία ασθενοφόρου καθώς και πρωτοβάθμια περίθαλψη.

Συστήνεται στους συμμετέχοντες να έχουν υποβληθεί πρόσφατα σε ιατρική εξέταση. Από τους διοργανωτές δε θα ζητηθούν ιατρικές

βεβαιώσεις, αφού όλοι οι συμμετέχοντες αγωνίζονται με δική τους αποκλειστική ευθύνη.

## **12. Σταθμοί Ανεφοδιασμού Νερού**

Θα υπάρχουν δυο σταθμοί ανεφοδιασμού εμφιαλωμένου νερού κατά μήκος των διαδρομών (Road & Trail & Lycabettus Relay) του 5<sup>th</sup> Lycabettus Run.

## **13. Χρονομέτρηση**

Στον αγώνα θα υπάρχει ηλεκτρονική χρονομέτρηση με σημείο ελέγχου στην εκκίνηση / τερματισμό. Οι δρομείς θα φέρουν το chip ηλεκτρονικής χρονομέτρησης (μιας χρήσεως) μαζί με το νούμερο τους.

## **14. Σημεία Παραλαβής αριθμών - πακέτων συμμετοχής**

Οι αριθμοί και τα πακέτα συμμετοχής παραλαμβάνονται αυτοπροσώπως από τους εγγεγραμμένους δρομείς αποκλειστικά και μόνο από το:

- Lobby St. George Lycabettus Lifestyle Hotel

Παρασκευή και Σάββατο πριν τον αγώνα, σε ώρες που θα ανακοινωθούν άμεσα από την διοργάνωση.

## **15. Επικοινωνία**

Email επικοινωνίας: [info@lycabettusrun.gr](mailto:info@lycabettusrun.gr)