

Ο Δήμος Σπάρτης, σε συνεργασία με τους Σπαρτιάτες Δρομείς, οι οποίοι είναι υπεύθυνοι διαδρομής και αγώνα, με την υποστήριξη Περιφέρεια Πελοποννήσου και της ΕΑΣ ΣΕΓΑΣ Περιφέρειας Πελοποννήσου, διοργανώνει τον 1^ο Ημιμαραθώνιο Σπάρτης, την Κυριακή 13 Οκτωβρίου 2024.

Η διοργάνωση περιλαμβάνει:

- Ημιμαραθώνιο 21,1 χλμ την Κυριακή, 10:00
- Αγώνα 5 χλμ, την Κυριακή, 10:15

ΗΜΕΡΟΜΗΝΙΑ: ΚΥΡΙΑΚΗ 13 ΟΚΤΩΒΡΙΟΥ 2024

ΕΚΚΙΝΗΣΗ: Ώρα 10:00

ΑΦΕΤΗΡΙΑ: ΑΓΑΛΜΑ ΛΕΩΝΙΔΑ (ΚΩΝ. ΠΑΛΑΙΟΛΟΓΟΥ & 300)

ΑΠΟΣΤΑΣΗ: Ημιμαραθώνιος 21,1χλμ

ΔΙΑΔΡΟΜΗ: Η διαδρομή καλύπτεται μόνο από ασφαλτο.

ΠΑΡΑΛΛΗΛΟΙ ΑΓΩΝΕΣ

5χλμ σε ασφαλτο

Ηλικιακό Όριο Συμμετοχής

Για να συμμετάσχει κάποιος στον Ημιμαραθώνιο Δρόμο θα πρέπει να έχει συμπληρώσει το 18ο έτος της ηλικίας του (γεννημένος το 2006 και μεγαλύτερος).

Για να συμμετάσχει κάποιος στον Αγώνα Δρόμου 5χλμ θα πρέπει να έχει συμπληρώσει το **12ο** έτος της ηλικίας του (γεννημένος το 2012 και μεγαλύτερος).

ΔΗΛΩΣΕΙΣ ΣΥΜΜΕΤΟΧΗΣ

Εκτός από τη φόρμα συμμετοχής, περιορισμένες εγγραφές αθλητών-τριών του ημιμαραθωνίου και των 5χλμ θα γίνονται στη γραμματεία, που θα βρίσκεται δίπλα από το Άγαλμα του Λεωνίδα (Κων. Παλαιολόγου & Τριακοσίων) κατά τις ώρες 08:00-09:30

Το ανώτατο όριο εγγραφών έχει ως εξής:

Για τον ημιμαραθώνιο: 400 δρομείς

Για τον αγώνα 5χλμ: 400 δρομείς.

Δηλώστε συμμετοχή στον παρακάτω σύνδεσμο:

<https://event.athletopia.com/imimarathonios-spartis?step=1>

ΙΑΤΡΙΚΕΣ ΕΞΕΤΑΣΕΙΣ

Οι συμμετέχοντες στη διοργάνωση δρομείς, γνωρίζουν και αντιλαμβάνονται πλήρως τους κινδύνους που εμπεριέχει η συμμετοχή τους στη διοργάνωση, όσον αφορά τις πιθανές επιπτώσεις στην υγεία τους. Κάθε δρομέας συμμετέχει στη διοργάνωση με δική του βούληση και φέρει την πλήρη ευθύνη της συμμετοχής του, όσον αφορά τη φυσική του κατάσταση και την ικανότητά του να συμμετάσχει. Δεν θα ζητηθούν ιατρικές βεβαιώσεις για κανέναν αθλητή/τρια, αφού όλοι οι συμμετέχοντες/σες αγωνίζονται με δική τους αποκλειστική ευθύνη.

Ο Δήμος Σπάρτης και οι Σπαρτιάτες δρομείς δεν φέρουν καμία ευθύνη σε περίπτωση τραυματισμού ή άλλου είδους επίπτωσης, που μπορεί να υποστεί συμμετέχοντας στη διοργάνωση. Οι δρομείς μετέχουν με δική τους ευθύνη, έχοντας προβεί στις απαραίτητες ιατρικές εξετάσεις και έχοντας κάνει τον απαραίτητο καρδιολογικό έλεγχο πριν τους αγώνες. Οι ανήλικοι αθλητές αγωνίζονται με την ευθύνη των γονέων τους.

ΕΠΑΘΛΑ

Θα βραβευθούν οι 3 πρώτοι αθλητές και οι 3 πρώτες αθλήτριες από κάθε αγώνα. Στον ημιμαραθώνιο **μόνο**, θα υπάρξουν βραβεύσεις στις παρακάτω ηλικιακές κατηγορίες για άντρες & γυναίκες:

1^η κατηγορία 18-30 ετών

2^η κατηγορία 31-40 ετών

3^η κατηγορία 41-50 ετών

4^η κατηγορία 51-60 ετών

5^η κατηγορία 60+

Αναμνηστικό μετάλλιο θα δοθεί σε όσους τερματίσουν και στους δύο αγώνες.

ΟΙΚΟΝΟΜΙΚΑ

Για τους συμμετέχοντες θα υπάρξει αντίτιμο συμμετοχής, που έχει ως εξής:

Για τον ημιμαραθώνιο: 10 ευρώ

Για τον αγώνα 5χλμ: 5 ευρώ

Στις τιμές αυτές δεν περιλαμβάνεται το τεχνικό μπλουζάκι (ANTHRAX), η αξία του οποίου ορίζεται στα 15 ευρώ και η επιθυμία απόκτησής του δηλώνεται κατά την εγγραφή κάθε συμμετέχοντος, οπότε και γίνεται και η καταβολή του σχετικού αντιτίμου.

Το αντίτιμο συμμετοχής θα καταβάλλεται **μόνο** ηλεκτρονικά, μέσω πιστωτικής ή χρεωστικής κάρτας, και μόνο με την καταβολή του θα θεωρείται έγκυρη η εγγραφή. Για τις περιορισμένες εγγραφές που θα γίνουν δεκτές την ημέρα του αγώνα, το αντίτιμο συμμετοχής θα καταβάλλεται **μόνο** με μετρητά.

ΧΙΛΙΟΜΕΤΡΙΚΕΣ ΕΝΔΕΙΞΕΙΣ

Στη διαδρομή θα υπάρχουν ενδείξεις χιλιομετρικής απόστασης.

ΧΡΟΝΟΜΕΤΡΗΣΗ

Θα υπάρξει χρονομέτρηση στην εκκίνηση και στον τερματισμό του ημιμαραθωνίου και του αγώνα των 5χλμ. Στον ημιμαραθώνιο θα υπάρξει επιπλέον ενδιάμεσος τάπητας στο 9^ο χλμ της διαδρομής.

ΥΠΟΔΟΜΕΣ ΣΤΗΝ ΕΚΚΙΝΗΣΗ

Η εκκίνηση και ο τερματισμός και των δύο αγώνων γίνονται μπροστά στο Άγαλμα του Λεωνίδα, πίσω ακριβώς από το οποίο βρίσκεται το Δημοτικό Στάδιο Σπάρτης, όπου υπάρχουν τουαλέτες και αποδυτήρια, διαθέσιμα στους συμμετέχοντες.

Δίπλα ακριβώς από το Δημοτικό Στάδιο Σπάρτης υπάρχει πάρκινγκ, για όσους έρθουν με δικά τους αυτοκίνητα.

Το στίγμα της εκκίνησης:

<https://maps.app.goo.gl/ng2jpvvhkUvqpF1T8>

ΠΙΣΤΟΠΟΙΗΣΗ ΔΙΑΔΡΟΜΗΣ

Η διαδρομή του ημιμαραθωνίου έχει πιστοποιηθεί από τον διαπιστευμένο μετρητή Α κατηγορίας της AIMS, Γιώργο Δούση.



INTERNATIONAL MEASUREMENT CERTIFICATE

Name of Race

Sparta Half Marathon

Distance

21,0975 km

Location

Sparta

Country

GRE

Date of Race

13.10.2024.

Date of Measurement

18.07.2024.

Elevation Change

0 m/km

Separation

0

% of race distance

Name(s) of the measurer(s)

Georgios Doussis

World Athletics – AIMS Grade

A

Country

GRE

Certificate Number

GRE2024-081

Expiry Date

31.12.2028.

International Measurement Administrator

Lucija Kolic

Registered On

16.08.2024.

Signed

This certificate certifies that the length of the above road race has been established by an accredited World Athletics – AIMS Grade A or B measurer employing the method of a bicycle calibrated with a 'Jones Counter'. It remains valid for 5 years subject to the course defined in the full measurement report submitted by the measurer being unchanged in any way. Any modifications to the course, however minimal, will nullify this Certificate and require a new measurement to be undertaken. Possession of this certificate does not indicate any sanction of the race by World Athletics or membership of AIMS.

In cooperation with



INTERNATIONAL MEASUREMENT CERTIFICATE

Name of Race

Sparta 5K

Distance

5,0083 km

Location

Sparta

Country

GRE

Date of Race

13.10.2024.

Date of Measurement

18.07.2024.

Elevation Change

0 m/km

Separation

0

% of race distance

Name(s) of the measurer(s)

Georgios Doussis

World Athletics – AIMS Grade

A

Country

GRE

Certificate Number

GRE2024-082

Expiry Date

31.12.2028.

International Measurement Administrator

Lucija Kolic

Registered On

16.08.2024.

Signed

This certificate certifies that the length of the above road race has been established by an accredited World Athletics – AIMS Grade A or B measurer employing the method of a bicycle calibrated with a 'Jones Counter'. It remains valid for 5 years subject to the course defined in the full measurement report submitted by the measurer being unchanged in any way. Any modifications to the course, however minimal, will nullify this Certificate and require a new measurement to be undertaken. Possession of this certificate does not indicate any sanction of the race by World Athletics or membership of AIMS.

In cooperation with



ΚΑΝΟΝΙΣΜΟΙ

Οι αγώνες θα διεξαχθούν σύμφωνα με τους κανονισμούς της I.A.A.F. και του ΣΕΓΑΣ. Οι κριτές μπορούν οποτεδήποτε να ακυρώσουν αθλητές, σε περίπτωση μη τήρησης των κανόνων.

ΓΕΝΙΚΕΣ ΔΙΑΤΑΞΕΙΣ

Κάθε αθλητής/τρια θα λαμβάνει ένα προσωπικό αριθμό, ο οποίος θα πρέπει να τοποθετείται στο μπροστινό μέρος της αγωνιστικής ενδυμασίας. Οι αριθμοί είναι προσωπικοί και η χρήση του αριθμού θα γίνει μόνο στο αγώνισμα στο οποίο έχει υποβάλλει αίτηση συμμετοχής ο αθλητής/τρια. Δεν μεταβιβάζονται και δεν δίνονται σε άλλο άτομο αυθαίρετα, χωρίς πρότερη έγκριση της Οργανωτικής Επιτροπής του αγώνα. Σε περίπτωση που συμβεί κάτι τέτοιο, ο υπαίτιος αθλητής/τρια ακυρώνεται, δεν περιλαμβάνεται ο χρόνος του στα αποτελέσματα και δεν λαμβάνεται υπόψη για καμία βράβευση. Οι συμμετέχοντες υποχρεούνται να φέρουν τον αριθμό συμμετοχής τους μέχρι και την γραμμή τερματισμού.

Οι συμμετέχοντες δρομείς θα πρέπει να είναι ιδιαίτερα προσεκτικοί στην κίνησή τους στα δύσκολα σημεία της διαδρομής, να προσέχουν τα αυτοκίνητα και να σέβονται τους υπόλοιπους συναθλητές τους. Η εποπτεία – επιτήρηση της διαδρομής του αγώνα θα γίνεται με ειδικές ομάδες ασφαλείας, αναζήτησης και διάσωσης και παροχής ιατρικής βοήθειας. Το προσωπικό ασφάλειας και οι κριτές θα έχουν τη δυνατότητα να υποδείξουν στους αθλητές ότι πρέπει να αλλάξουν κατεύθυνση για λόγους ασφαλείας ή να διακόψουν την προσπάθεια, εφόσον ο γιατρός κρίνει ότι κάποιος αθλητής κινδυνεύει.

Ο αγώνας θα γίνει αποκλειστικά στο ένα ρεύμα κυκλοφορίας (όπως κινούνται τα οχήματα).

Οι δρομείς θα κινηθούν αντίθετα μόνο στον τερματισμό επί της οδού Κωνσταντίνου Παλαιολόγου (περίπου 1200 μέτρα για τα 21χλμ και 250 μέτρα για τα 5χλμ).

Σε περίπτωση τραυματισμού αθλητή, θα πρέπει να ειδοποιηθεί άμεσα από τους αθλητές που θα αντιληφθούν τέτοιο περιστατικό το προσωπικό της διοργάνωσης, καθώς και οι εθελοντές – διασώστες που καλύπτουν τη διαδρομή.

Οι συμμετέχοντες συμφωνούν και συναινούν στη χρήση των προσωπικών τους στοιχείων, καθώς και στη χρήση της εικόνας τους για τους σκοπούς της διοργάνωσης.

Το χρονικό όριο τερματισμού στον ημιμαραθώνιο είναι 3 ώρες και για στον αγώνα 5χλμ. η μία (1) ώρα.

Οι απονομές θα γίνουν 13:00.

Ότι δεν προβλέπεται από την παρούσα Προκήρυξη θα ρυθμίζεται από τον Τεχνικό Υπεύθυνο και τον Αλυτάρχη του αγώνα, σύμφωνα με τους κανονισμούς.

ΠΕΡΙΓΡΑΦΗ ΔΙΑΔΡΟΜΗΣ ΗΜΙΜΑΡΑΘΩΝΙΟΥ 21χλμ

Ο αγώνας ξεκινάει λίγα μέτρα από το άγαλμα του βασιλιά Λεωνίδα επί της οδού Κωνσταντίνου Παλαιολόγου και κάνει αναστροφή στην οδό Βρασίδου, συνεχίζοντας μέχρι την οδό των 118, όπου παίρνει την έξοδο για Τρίπολη.

Στην συνέχεια στρίβει στην οδό Ορθίας Αρτέμιδος, περνάει την νέα γέφυρα και στρίβει για τον κόμβο και την παράκαμψη Σπάρτης. Στο 4ο χλμ, απέναντι από κατάστημα ALEXIAS, θα είναι ο πρώτος σταθμός του αγώνα, ο οποίος από εκεί συνεχίζει για την Νέα Είσοδος της πόλης της Σπάρτης, περνώντας έξω από ΚΤΕΛ, και εξακολουθεί επί της Λυκούργου και στρίβει πάλι στην Κωνσταντίνου Παλαιολόγου προς άγαλμα του Λεωνίδα, όπου, απέναντι από εκκίνηση, είναι το 6,5ο χλμ, όπου θα είναι ο δεύτερος σταθμός.

Στην συνέχεια ο αγώνας στρίβει προς Ταΰγετο, κινούμενος επί της οδού Τριακοσίων έως την οδό Πλατανιστά, όπου στρίβει αριστερά και στην συνέχεια δεξιά επί της οδού Ηρακλειδών έως την διασταύρωση της επαρχιακής οδού Σπάρτης-Μαγούλας.

Στη συνέχεια ο αγώνας συνεχίζει δεξιά προς Μαγούλα, όπου, στο 9ο χλμ, θα υπάρχει ο τρίτος σταθμός, που θα είναι εφοδιασμένος και με τάπητα χρονομέτρησης.

Στη συνέχεια ο αγώνας συνεχίζει από παράδρομο που οδηγεί στον επαρχιακό δρόμο Σπάρτης-Μυστρά, από τον οποίο ανεβαίνει προς Μυστρά, όπου στο ύψος της εκκλησίας του Αγίου Ιωάννη, στο 12ο χλμ, θα υπάρχει ο τρίτος σταθμός.

Στη συνέχεια ο αγώνας παίρνει τον δρόμο στα αριστερά, ο οποίος οδηγεί προς Παρόρι.

Ο αγώνας περνάει από το Παρόρι και συνεχίζει για την πλατεία του Άγιου Ιωάννη, όπου στο 16,3 χλμ θα υπάρχει ο πέμπτος σταθμός.

Από εκεί ο αγώνας συνεχίζει προς Σπάρτη, όπου, έξω από γυμναστήριο Spartan Cross Gym, στο 19,3 χλμ, θα υπάρχει ο έκτος σταθμός.

Φτάνοντας στην οδό Εθνικής Αντιστάσεως, στην διασταύρωση με την οδό Κωνσταντίνου Παλαιολόγου, ο αγώνας συνεχίζει αντίθετα μέχρι τον τερματισμό.

Ο αγώνας θα γίνει αποκλειστικά στο ένα ρεύμα κυκλοφορίας (όπως κινούνται τα οχήματα).

Οι δρομείς θα κινηθούν αντίθετα στο ρεύμα κυκλοφορίας μόνο στον τερματισμό, επί της οδού Κωνσταντίνου Παλαιολόγου (περίπου 1200 μέτρα).

ΣΤΑΘΜΟΙ ΤΡΟΦΟΔΟΣΙΑΣ ΗΜΙΜΑΡΑΘΩΝΙΟΥ

4^ο χλμ: νερό, ισοτονικό

6,5^ο χλμ: νερό, ισοτονικό

9^ο χλμ: νερό, ισοτονικό, μπανάνα

12^ο χλμ: νερό, τζελάκι

16,3^ο χλμ: νερό, ισοτονικό

19,3^ο χλμ: νερό, ισοτονικό

ΤΕΧΝΙΚΗ ΑΝΑΛΥΣΗ ΔΙΑΔΡΟΜΗΣ

Η διαδρομή έχει μικρές εναλλαγές στο υψόμετρο.

GPX για 21χλμ (θα το βρείτε στις ανακοινώσεις “Athletopia”)

GPX για 5χλμ (θα το βρείτε στις ανακοινώσεις “Athletopia”)

ΠΕΡΙΓΡΑΦΗ ΔΙΑΔΡΟΜΗΣ ΑΓΩΝΑ 5χλμ

Ο αγώνας ξεκινάει επί της οδού Κωνσταντίνου Παλαιολόγου και τερματίζει πάλι στο ίδιο σημείο.

Κινείται επί των οδών Κωνσταντίνου Παλαιολόγου, με αναστροφή στην Βρασίδου, και συνεχίζει στην οδό των 118, Ορθίας Αρτέμιδος, Πλαταιών Αναπήρων, Λεωνίδου, Θερμοπυλών, με κατάληξη στην Κωνσταντίνου Παλαιολόγου, όπου είναι το μοναδικό κομμάτι της διαδρομής που οι αθλητές θα κινηθούν στο αντίθετο ρεύμα κυκλοφορίας.

Οι συμμετέχοντες θα κινηθούν μόνο στο ένα ρεύμα κυκλοφορίας (όπως κινούνται τα οχήματα).

Οι αθλητές θα κινηθούν αντίθετα στο ρεύμα κυκλοφορίας μόνο στον τερματισμό, επί της οδού Κωνσταντίνου Παλαιολόγου (περίπου 250 μέτρα).

ΜΕΤΑΚΙΝΗΣΕΙΣ ΚΑΙ ΑΠΟΣΚΕΥΕΣ

Η μετακίνηση των αθλητών, για όποιον αθλητή ενδιαφέρεται, θα γίνει από την Αθήνα, με τρία (3) λεωφορεία **δωρεάν**, την ημέρα του αγώνα. Τα 3 (τρία) λεωφορεία θα φύγουν από

την Πλατεία Καραϊσκάκη στις 05:30. Η επιστροφή των λεωφορείων από Σπάρτη προς Αθήνα θα γίνει στις 16:00.

Θα υπάρχει χώρος για να αφήσουν οι συμμετέχοντες αθλητές/αθλήτριες τα πράγματά τους στην εκκίνηση κάθε αγώνα.

ΠΡΟΣΟΧΗ: Οι αποσκευές πρέπει να είναι ασφαλισμένες. Οι διοργανωτές δεν φέρουν καμία ευθύνη σε περίπτωση απώλειας ή κλοπής.

ΥΓΕΙΟΝΟΜΙΚΗ ΚΑΛΥΨΗ

Οι διοργανωτές, σε συνεργασία με τις υπηρεσίες έκτακτης ανάγκης, τον Ερυθρό Σταυρό και τις εθελοντικές ομάδες, θα λάβουν όλα τα απαραίτητα μέτρα για την ασφάλεια των συμμετεχόντων. Σε κάθε σημείο ελέγχου και στη διάρκεια της διαδρομής, θα υπάρχουν Εθελοντές – Διασώστες, οι οποίοι θα παρέχουν πρώτες βοήθειες.

ΟΡΓΑΝΩΤΙΚΟΣ ΕΚΠΡΟΣΩΠΟΣ/ΟΡΓΑΝΩΤΙΚΗ ΕΠΙΤΡΟΠΗ

Οργανωτικός εκπρόσωπος ορίζεται ο πρόεδρος του Συλλόγου Σπαρτιατών Δρομέων κ. Αναγνωστάκος Χρήστος, τηλ. επικ. 6932338501

Την Οργανωτική Επιτροπή αποτελούν οι:

- Χρηστάκος Γιώργος, τηλ. επικ. 6988885704
- Τσικάκης Παναγιώτης, τηλ. επικ. 6974998331
- Ξενάκη Μαρία-Στέλλα, τηλ. επικ. 6944474395
- Κουλόγιαννης Γιώργος, τηλ. επικ. 6986486870