

## «Kilkis Trail» 19.000μ

## Δρόμος Υγείας 4.800μ

### ΑΝΑΛΥΤΙΚΗ ΠΡΟΚΗΡΥΞΗ

Ο **Σύλλογος Δρομέων Υγείας Κιλκίς**, με τη στήριξη του Δήμου Κιλκίς και της Περιφερειακής Ενότητας Κιλκίς, στα πλαίσια των εκδηλώσεων για την απελευθέρωση της πόλης διοργανώνει αγώνες με την ονομασία «Kilkis Trail» μήκους 19.000 μέτρων και Δρόμο Υγείας 4.800 μέτρων.

Οι αγώνες θα διεξαχθούν την **Κυριακή 16 Ιουνίου 2024** και οι ενδιαφερόμενοι μπορούν να αναζητήσουν πληροφορίες και να κάνουν την εγγραφή τους σε έναν από τους παραπάνω αγώνες στην ιστοσελίδα της διοργάνωσης: <http://www.sdykilkis.gr>

#### **ΓΕΝΙΚΑ ΣΤΟΙΧΕΙΑ**

Τόπος εκκίνηση και τερματισμού: Θέατρο Λόφου Κιλκίς.

Ημερομηνία διεξαγωγής: Κυριακή 16 Ιουνίου 2023

Κόστος συμμετοχής: Kilkis Trail 19χλμ 15 ευρώ  
Δρόμος Υγείας 4,8 χλμ 5 ευρώ

#### **Ώρες Εκκίνησης:**

- Ώρα εκκίνησης 19 χλμ **09:00 π.μ.**

- Ώρα εκκίνησης 4,8χλμ **09:30 π.μ.**

#### **Ώρες Απονομών :**

- Kilkis Trail - Δρόμος Υγείας **12:30 πμ.**

#### **ΣΤΟΙΧΕΙΑ ΔΙΑΔΡΟΜΩΝ**

##### **Δρόμος Ηρώων 19.000 μ.**

Η διαδρομή του Kilkis Trail κινείται στο ίχνος της αρχικής χάραξης του αγώνα περνώντας από τα κύρια μονοπάτια του και τους χωματόδρομους στις αναδασώσεις δίπλα από την πόλη του Κιλκίς. Οι μικρές κλίσεις επιτρέπουν στους αθλητές να κάνουν μια γρήγορη κούρσα ωστόσο τα μονοπάτια είναι αρκετά τεχνικά και απαιτούν προσοχή και προηγούμενη εμπειρία. Η υψομετρική διαφορά που θα καλύψουν οι αθλητές θα είναι περίπου 650 μετρα.

Ως ώρα ολοκλήρωσης του Kilkis Trail ορίζεται η 12:30 μ.μ. 3,5 ώρες μετά την εκκίνηση του αγώνα.

##### **Δρόμος Υγείας**

Η διαδρομή του Δρόμου Υγείας και Δυναμικού Βαδίσματος 4,8 χλμ. είναι κυκλική και κινείται περιμετρικά του λόφου σε μονοπάτι. Απαιτεί προσοχή από όσους δεν έχουν προηγούμενη εμπειρία και είναι μια καλή ευκαιρία για να πάρουν όλοι μια γεύση από trail running.

#### **Σήμανση :**

Στη διαδρομή υπάρχει σήμανση με ταμπελάκια και κορδέλα έργου ενώ θα υπάρχουν και δείκτες που θα κατευθύνουν τους αθλητές.

Ως ώρα ολοκλήρωσης του Δρόμου Υγείας ορίζεται η 10:45 π.μ., 75 λεπτά μετά την εκκίνηση του αγώνα.

## **ΔΗΛΩΣΕΙΣ ΣΥΜΜΕΤΟΧΗΣ**

Οι δηλώσεις συμμετοχής για τους δρόμους 19.000 και 4.800 μέτρων, θα γίνονται υποχρεωτικά μέσω της ιστοσελίδας του αγώνα, στη διεύθυνση: <http://www.sdykilkis.gr> συμπληρώνοντας την αντίστοιχη φόρμα εγγραφής. Για να θεωρηθεί ολοκληρωμένη η εγγραφή θα πρέπει να ολοκληρωθεί η διαδικασία στη σχετική πλατφόρμα εγγραφής και να κατατεθεί το σχετικό ποσό στους αναφερόμενους λογαριασμούς.

**ΟΛΟΚΛΗΡΩΣΗ ΕΓΓΡΑΦΩΝ** : Κυριακή 9 Ιουνίου 2024.

Σε περίπτωση που κάποιος δεν μπορεί για διάφορους λόγους να ολοκληρώσει την εγγραφή του ηλεκτρονικά μπορεί να απευθυνθεί στον κ. Πουδούρη Παναγιώτη στο τηλ. 6937 359334 ή στον κ. Αβράμογλου Κυριάκο στο τηλ. 6938 885888.

Παρακαλούνται οι αθλητές να δηλώσουν συμμετοχή εγκαίρως, για την καλύτερη προετοιμασία της διοργάνωσης.

## **ΔΙΚΑΙΩΜΑ ΣΥΜΜΕΤΟΧΗΣ**

Στους αγώνες μπορούν να συμμετάσχουν αθλητές και αθλήτριες ηλικίας άνω των 18 ετών. Μικρότερης ηλικίας αθλητές μπορούν να συμμετάσχουν, ύστερα από ενυπόγραφη συγκατάθεση των κηδεμόνων τους.

Όλοι οι αθλητές είναι υπεύθυνοι για την σωματική τους ακεραιότητα και συμμορφώνονται με τους κανονισμούς του αγώνα. Συστήνεται στους συμμετέχοντες να έχουν υποβληθεί πρόσφατα σε ιατρικές εξετάσεις. Ολοκληρώνοντας την ηλεκτρονική εγγραφή αποδέχονται τους όρους συμμετοχής και αναλαμβάνουν την ευθύνη συμμετοχής στον αγώνα σε σχέση με την κατάσταση της υγείας τους.

## **ΧΡΟΝΟΜΕΤΡΗΣΗ**

Η χρονομέτρηση των αθλητών που θα συμμετάσχουν στους αγώνες των 19, και 4,8 χιλ. θα γίνει ηλεκτρονικά με chip χρονομέτρησης.

Ο αριθμός συμμετοχής θα πρέπει να φέρεται σε εμφανές σημείο, ώστε να μπορούν οι κριτές να τους καταγράψουν χωρίς πρόβλημα και καθυστέρηση.

## **ΠΑΡΑΛΑΒΗ ΑΡΙΘΜΩΝ ΣΥΜΜΕΤΟΧΗΣ**

Η παραλαβή των αριθμών θα γίνει

- Το Σάββατο 15/6 ώρες 18:00-21:00 στην πλατεία Δημαρχείου Συνιστάται στους αθλητές από το Κιλκίς αλλά και σε όσους μπορούν να παραλάβουν το πακέτο συμμετοχής τους το Σάββατο για δική τους διευκόλυνση αλλά και της διοργάνωσης.

-Την Κυριακή 16/6 στην αφετηρία του αγώνα από την γραμματεία , από τις 7:30 π.μ μέχρι και 15 λεπτά πριν την εκκίνηση.

## **ΒΡΑΒΕΙΑ -ΕΠΑΘΛΑ**

**Αγώνας 19 χλμ. :**

Βράβευση θα γίνει στους τρεις πρώτους αθλητές/τριες της Γενικής κατάταξης στους οποίους θα δοθούν κύπελλα και αναμνηστικά δώρα και στους τρεις πρώτους αθλητές/τριες κάθε κατηγορίας

Αναμνηστικά μετάλλια θα δοθούν σε όλους τους αθλητές που θα τερματίσουν, καθώς και πακέτο συμμετοχής που θα περιλαμβάνει αναμνηστικά.

#### **Δρόμος Υγείας – δυναμικού βαδίσματος 4,8 χλμ. :**

Βράβευση θα γίνει στους τρεις πρώτους αθλητές της Γενικής κατάταξης στους οποίους θα δοθούν κύπελλα και αναμνηστικά δώρα.

Αναμνηστικά μετάλλια, θα δοθούν σε όλους τους αθλητές που θα τερματίσουν καθώς και πακέτο συμμετοχής που θα περιλαμβάνει αναμνηστικά.

#### **ΗΛΙΚΙΑΚΕΣ ΚΑΤΗΓΟΡΙΕΣ**

##### **«Δρόμος Ηρώων» 19 χλμ**

Ανδρών: Γενική, 18-30, 31-50, 51+

Γυναικών: Γενική 18-30, 31-50, 51+

##### **Δρόμος Υγείας-Δυναμικού Βαδίσματος 4,8 χμ.**

Ανδρών: Γενική

Γυναικών: Γενική

#### **ΤΡΟΦΟΔΟΣΙΑ**

Θα υπάρχουν τρεις σταθμοί με υδροδοσία και σνακ στον μεγάλο αγώνα (ανά 5 περίπου χιλιόμετρα) και ένας στον δρόμο υγείας.

#### **ΠΡΩΤΕΣ ΒΟΗΘΕΙΕΣ**

Θα υπάρχει υποστήριξη από την Ελληνική Αστυνομία, και το τμήμα "Σαμαρειτών" του Ερυθρού Σταυρού.

Ιατρός θα υπάρχει στην εκκίνηση και στον τερματισμό, με την μέριμνα του Συλλόγου Δρομέων Υγείας Κιλκίς.

#### **ΣΤΟΙΧΕΙΑ ΕΠΙΚΟΙΝΩΝΙΑΣ**

e-mail : [info@sdykilkis.gr](mailto:info@sdykilkis.gr)

facebook : Σύλλογος Δρομέων Υγείας Κιλκίς-ΣΔΥ Κιλκίς

ΚΑΛΗ ΕΠΙΤΥΧΙΑ ΚΑΙ ΚΑΛΟ ΤΕΡΜΑΤΙΣΜΟ

Η ΔΙΟΡΓΑΝΩΣΗ

