



Την Κυριακή 20 Μαΐου 2007 διοργανώνεται από το κατάστημα εξοπλισμού περιπέτειας AlramagoPro, ατομικός αγώνας Trail Running στον Εθνικό Δρυμό της Πάρνηθας με την ονομασία AlramagoPro Trail Race .

Ένας αγώνας με πολλές φιλοδοξίες, εκπλήξεις, και κύριους χορηγούς τις συνεργαζόμενες με το κατάστημα εταιρείες «The North Face» , «Camelbak» , «Pearl Izumi» οι οποίες και θα κληρώσουν πλούσια δώρα ανάμεσα σε όλους τους συμμετέχοντες αθλητές του αγώνα.

Η διαδρομή εκμεταλλεύεται με τον καλύτερο τρόπο την φυσική ομορφιά του βουνού, έχοντας συνολικό μήκος 17,5 χλμ., με 700 μ. θετικής υψομετρικής διαφοράς, σε μονοπάτια με πληρότητα σήμανσης.

Με σημείο εκκίνησης και τερματισμού, το ορειβατικό καταφύγιο Φλαμπούρι, ο αγώνας εκμεταλλεύεται το δίκτυο των ορεινών μονοπατιών του δρυμού, μέσα από σημεία εκπληκτικής ομορφιάς όπως η περιοχή της Κορομηλιάς ,το Μεσιανό Νερό και η επιβλητική χαράδρα της Χούνης, διαθέτοντας 4 φυσικές πηγές νερού για ανεφοδιασμό. Μεγάλα διαστήματα της διαδρομής, βρίσκονται σε σκιερό δάσος.

Ο σχεδιασμός δεν περιλαμβάνει επικίνδυνα περάσματα για τους αθλητές διατηρώντας, όμως, αναλλοίωτα όλα τα χαρακτηριστικά ενός αυθεντικού adventure racing, επιλέγοντας 90% κίνηση σε ορεινά μονοπάτια και μόνο 10% σε χωματόδρομο.

Το AlramagoPro ως διοργανωτής, έχει φροντίσει ώστε ο ένας όροφος του καταφυγίου (Φλαμπούρι) να χρησιμοποιηθεί σαν χώρος αποδυτηρίων, τροποποιώντας παράλληλα το προαύλιο για την φιλοξενία των παρευρισκομένων αθλητών, αλλά και θεατών, μέρος των οποίων (μετά από συνεννόηση με τους υπεύθυνους του καταφυγίου) μπορούν να διανυκτερεύσουν από το προηγούμενο βράδυ.

Τις προσπάθειες των αθλητών μπορούν να παρακολουθήσουν οι θεατές στις περιοχές Μόλας , Αγίου Πέτρου καθώς και από το καταφύγιο Μπάφι μιας και θα υπάρχει διέλευση των αθλητών από τον προαύλιό του για ανεφοδιασμό.

Στον αγώνα μπορούν να συμμετάσχουν όλοι όσοι αγαπούν το ορεινό τρέξιμο και θα ήθελαν να ζήσουν μια υπέροχη εμπειρία στον κοντινό μας ορεινό θησαυρό που λέγεται Πάρνηθα.

Για περισσότερες πληροφορίες επισκεφτείτε την ηλεκτρονική μας διεύθυνση www.alramagopro.gr ή επικοινωνήστε απευθείας με το κατάστημα AlramagoPro στο τηλέφωνο 210 362 7032 (Εργάσιμες ημέρες και ώρες)

ΔΗΛΩΣΗ ΣΥΜΜΕΤΟΧΗΣ

	ΑΘΛΗΤΗΣ/ -ΤΡΙΑ
ΟΝΟΜΑ	
ΔΙΕΥΘΥΝΣΗ ΚΑΤΟΙΚΙΑΣ	
ΗΛΙΚΙΑ	
ΕΠΑΓΓΕΛΜΑ	
ΤΗΛΕΦΩΝΟ	
e-mail	
ΚΙΝΗΤΟ	
ΤΗΛ.ΟΙΚΕΙΟΥ	
ΟΜΑΔΑ ΑΙΜΑΤΟΣ	

ΥΠΟΓΡΑΦΗ

ΕΝΔΙΑΦΕΡΟΝΤΑ

- Τρέξιμο βουνού
- Τρέξιμο δρόμου
- Ποδήλατο βουνού
- Ποδήλατο δρόμου
- Αγώνες Περιπέτειας
- Ορειβασία
- Προσανατολισμός
- Αναρρίχηση
- Ορειβατικό σκι
- Σκι καταβάσεων
- Snowboard
- Διάσχιση φαραγγιών
- Rafting
- Καγак
- Κολύμβηση
- Τρίαθλο
- Άλλο

ΠΩΣ ΠΛΗΡΟΦΟΡΗΘΗΚΑΤΕ ΓΙΑ ΤΟΝ ΑΓΩΝΑ

- Προφορικά από γνωστό
- Προφορικά από άλλο αθλητή
- Περιοδικά: ΚΟΡΦΕΣ
- ANEBAINONTAS
- RUNNER
- Άλλο Περιοδικό:
- Διαδίκτυο: alramagopro.gr
- eosa.gr
- runningnews. gr
- altitudecentre.gr
- Άλλο site
- Αφίσα
- Ορειβατικό σύλλογο:
- Αθλητικό κατάστημα:
- Άλλο τρόπο:.....
- Σχόλια :
- ΕΧΕΤΕ ΣΥΜΕΤΑΣΧΕΙ ΞΑΝΑ ΣΕ ΑΝΤΙΣΤΟΙΧΟ ΑΓΩΝΑ;
 ΝΑΙ ΟΧΙ
- ΑΝΑΦΕΡΕΤΕ ΠΟΙΟΝ.....

ΒΗΜΑΤΑ ΚΑΤΑΧΥΡΩΣΗΣ ΣΥΜΜΕΤΟΧΗΣ

- Δηλώνω ότι κατατέθηκε το ποσό συμμετοχής των 15 ευρώ στην Εθνική Τράπεζα ΛΟΓ/ΣΜΟΣ: 109 / 47010384 (Δικαιούχος Ορειβατική ΕΠΕ)
- Αποστέλλω την απόδειξη κατάθεσης ταχυδρομικά στη διεύθυνση Χ.Τρικούπη 6-10, Αθήνα 10679 ή με fax, στο 210 3615045 (η απόδειξη είσπραξης θα σας δοθεί από τον διοργανωτή την ημέρα του αγώνα μαζί με τον αριθμό σας).

Υ Π Ε Υ Θ Υ Ν Η Δ Η Λ Ω Σ Η

Εν όψει της συμμετοχής μου στον αγώνα ορεινού τρέξιματος με τον διακριτικό τίτλο **Alpamayo Pro Trail Race**, που θα λάβει χώρα στις 20/5/07, ημέρα Κυριακή στην Πάρνηθα Αττικής, δηλώνω υπεύθυνα, με πλήρη γνώση των συνεπειών του Νόμου 1599/86, τα ακόλουθα:

1. Βρίσκομαι σε άριστη φυσική κατάσταση και έχω υποβληθεί σε όλες τις απαραίτητες ιατρικές εξετάσεις, προκειμένου να συμμετάσχω με ασφάλεια στην παραπάνω δοκιμασία. Ειδικότερα, έχω υποβληθεί πρόσφατα σε τεστ κοπώσεως, καρδιολογικό έλεγχο κ.λπ.
2. Έχω επαρκή γνώση και εμπειρία στο τρέξιμο βουνού και στις απαιτήσεις που θέτει ένας αγώνας σε ορεινό πεδίο.
3. Αναλαμβάνω πλήρως την ευθύνη σε περίπτωση ατυχήματός μου κατά τη διάρκεια του αγωνίσματος, απαλλασσομένων πλήρως και ολοσχερώς των οργανωτών του αγωνίσματος, καθώς και οιοδήποτε βοηθά σε αυτή τη διοργάνωση, κριτών, εθελοντών, προσωπικού ασφάλειας και λοιπών, καθ'όσο αδυνατούν με όση επιμέλεια κι αν επιδείξουν, να με παρακολουθήσουν και να αποτρέψουν οποιοδήποτε ενδεχόμενο ατυχήματος καθ'όλη τη διάρκεια του αγώνα.
4. Έλαβα γνώση όλων των κανονισμών τέλεσης του αγώνα τους οποίους και αποδέχομαι χωρίς καμία επιφύλαξη.

...../...../2007

Ο υπευθύνως δηλών

.....

ΚΑΝΟΝΙΣΜΟΣ ΑΓΩΝΑ

- ΑΠΟΔΟΧΗ.** Με τη δήλωση συμμετοχής ο αθλητής αποδέχεται τους παρόντες κανονισμούς τέλεσης του αγώνα, οφείλει να τους σεβαστεί και να υπακούει στις υποδείξεις της οργανωτικής επιτροπής και των κριτών του αγώνα.
- ΔΙΚΑΙΩΜΑ ΣΥΜΜΕΤΟΧΗΣ.** Δικαιούνται να συμμετάσχουν άνδρες και γυναίκες με ηλικία μεγαλύτερη των 18 ετών.
- ΚΑΤΗΓΟΡΙΕΣ.** Ανδρών (18-39), Ανδρών Βετεράνων (40+), Γυναικών (18-39), Γυναικών Βετεράνων (40+).
- ΧΡΟΝΟΣ ΔΙΕΞΑΓΩΓΗΣ.** Ο ALPAMAYO PRO TRAIL RACE θα γίνει την Κυριακή 20 Μαΐου. Η εκκίνηση θα δοθεί στις 10.00 από το καταφύγιο Φλαμπούρι το οποίο βρίσκεται στον Εθνικό Δρυμό της Πάρνηθας σε υψόμετρο 1150μ. Ο αγώνας κλείνει 7 ώρες μετά την εκκίνηση στο καταφύγιο όπου γίνεται και ο τερματισμός των αθλητών. Η τελετή απονομής στους νικητές των κατηγοριών θα γίνει στον ίδιο χώρο στις 14:00.
- ΚΟΣΤΟΣ ΣΥΜΜΕΤΟΧΗΣ.** Το κόστος για όλες τις κατηγορίες ορίζεται στο ποσό των 15 Ευρώ. Έγκυρη θεωρείται η συμμετοχή τη στιγμή που έχουν κατατεθεί τα χρήματα στην Τράπεζα και έχουν αποσταλλεί όλα τα έντυπα συμμετοχής συμπληρωμένα στη γραμματεία του αγώνα το αργότερο 24 ώρες πριν την διεξαγωγή. Σε περίπτωση αναβολής ή ματαίωσης του αγώνα για οποιονδήποτε λόγο θα επιστραφεί το αντίτιμο συμμετοχής εντός 30 ημερών.
- ΜΕΓΙΣΤΟΣ ΑΡΙΘΜΩΝ ΣΥΜΜΕΤΕΧΟΝΤΩΝ.** Ο μέγιστος αριθμός που μπορεί να φιλοξενήσει η διοργάνωση ορίζεται στα 200 άτομα. Θα τηρηθεί αυστηρά η σειρά προτεραιότητας βάσει των αιτήσεων. Αν και εφόσον δεν έχει συμπληρωθεί ο προαναφερόμενος αριθμός η λίστα των συμμετεχόντων θα κλείσει την παραμονή τέλεσης του αγώνα στις 12 το μεσημέρι.
- ΔΙΑΔΡΟΜΗ ΤΟΥ ΑΓΩΝΑ.** Η διαδρομή του αγώνα ακολουθεί μονοπάτια και βατούς χωματόδρομους και είναι σηματοδοτημένη σε όλο το μήκος της. Στη συνέχιση της σωστής διαδρομής βοηθά η κανονική σηματοδότηση των μονοπατιών (μπογιά σε βράχους) καθώς και το φυσικό ανάγλυφο των μονοπατιών. Το μήκος της διαδρομής είναι 18 χιλιόμετρα με 670 μέτρα θετικής υψομετρικής διαφοράς.
- ΧΡΟΝΙΚΑ ΟΡΙΑ.** Δεν υπάρχουν χρονικά όρια αποκλεισμού κατά μήκος της διαδρομής. Ο αγώνας κλείνει 7 ώρες μετά την εκκίνηση. Οι αθλητές που για οποιοδήποτε λόγο εγκαταλείπουν είναι υποχρεωμένοι να ενημερώσουν τον κριτή στον πλησιέστερο σταθμό ελέγχου και να παραδώσουν τον αριθμό τους. Όσοι αθλητές τερματίσουν έξω από το όριο των 7 ωρών θεωρείται ότι δεν ολοκλήρωσαν τον αγώνα.
- ΑΡΙΘΜΟΣ ΑΘΛΗΤΗ.** Ο κάθε αθλητής είναι υποχρεωμένος να έχει στο μπροστινό μέρος της μπλούζας του και σε εμφανές σημείο τον αριθμό συμμετοχής του. Ο αριθμός απαγορεύεται να διπλωθεί ή να αλλοιωθεί κατά οποιοδήποτε τρόπο.
- ΠΡΟΣΠΕΡΑΣΗ ΑΘΛΗΤΩΝ.** Κάθε αθλητής ο οποίος προσεγγίζεται από κάποιον γρηγορότερο αθλητή είναι υποχρεωμένος εφόσον του ζητηθεί να τραβηχτεί στην άκρη ώστε να γίνει γρήγορα και με ασφάλεια η προσπέρασή του.
- ΒΟΗΘΕΙΑ.** Απαγορεύεται οποιαδήποτε εξωτερική βοήθεια, ή τεχνητή υποβοήθηση αθλητών μεταξύ τους καθώς και η χρήση οποιουδήποτε μηχανοκίνητου βοηθητικού μέσου. Επιτρέπεται η χρήση μπατόν, χάρτη, πυξίδας, GPS, κινητού τηλεφώνου.
- ΑΠΟΡΡΙΜΜΑΤΑ.** Απαγορεύεται αυστηρά η απόρριψη οποιουδήποτε υλικού συσκευασίας κατά μήκος της διαδρομής.
- ΣΤΑΘΜΟΙ ΤΡΟΦΟΔΟΣΙΑΣ.** Η διοργάνωση δεν αναλαμβάνει την τροφοδοσία των αθλητών εκτός του σταθμού «ΜΠΑΦΙ» όπου προσφέρεται μόνο νερό. Κάθε αθλητής είναι υποχρεωμένος αναλόγως των αναγκών του να κουβαλήσει την απαραίτητη τροφή που θα του εξασφαλίσει την ολοκλήρωση του αγώνα. Κατά μήκος της διαδρομής υπάρχουν 4 πηγές πόσιμου νερού.
- ΣΤΑΘΜΟΙ ΕΛΕΓΧΟΥ.** Υπάρχουν 12 σταθμοί ελέγχου όπου οι αθλητές είναι υποχρεωμένοι να καταγραφούν από τους κριτές. Όποιος αθλητής δεν περάσει έστω κι από έναν σταθμό ελέγχου θεωρείται άκυρος.
- ΥΠΟΧΡΕΩΤΙΚΟΣ ΕΞΟΠΛΙΣΜΟΣ.** Η οργάνωση δεν υποχρεώνει τους αθλητές να κουβαλούν συγκεκριμένο εξοπλισμό. Συστήνονται όμως τα εξής: Μικρό σακίδιο με ασκό νερού, αντιανεμικό, στερεά τροφή, ελαστικός επίδεσμο και σφυρίχτρα.
- ΠΟΙΝΕΣ.** Όλες οι παρακάτω παραβάσεις επιφέρουν την ποινή του αποκλεισμού:
Μη εμφάνιση ή αλλοίωση αριθμού συμμετοχής
Αποδοχή εξωτερικής βοήθειας
Χρήση μηχανοκίνητου βοηθητικού μέσου
Ρίψη απορριμμάτων
Παρεμπόδιση άλλου αθλητή ή αντιαθλητική συμπεριφορά
Μη συμμόρφωση με οδηγίες κριτών

Αγένεια - Ανάρμοστη συμπεριφορά προς την οργανωτική επιτροπή, κριτές, εθελοντές κλπ.

Μη παρουσία σε σταθμό ελέγχου.

Χρήση απαγορευμένων ή ναρκωτικών ουσιών.

Άρνηση για έλεγχο ντόπινγκ.

Άρνηση εξέτασης από γιατρό της οργάνωσης αν αυτό κριθεί απαραίτητο οποιαδήποτε στιγμή του αγώνα.

Εγκατάλειψη και μη ενημέρωση κριτή επιφέρει την ποινή του αποκλεισμού από κάθε μελλοντική διοργάνωση.

17. **ΕΝΣΤΑΣΕΙΣ.** Ενστάσεις για οποιοδήποτε λόγο γίνονται μόνο από τον ίδιο τον αθλητή το αργότερο 30 λεπτά μετά τον τερματισμό. Η απόφαση της επιτροπής ενστάσεων είναι τελική και δεν δέχεται καμία ένσταση.
18. **ΕΠΙΤΡΟΠΗ.** Την επιτροπή του αγώνα, υπεύθυνη για οποιοδήποτε πρόβλημα ή ένσταση προκύψει, αποτελούν οι: Διευθυντής αγώνα, Υπεύθυνος χάραξης, Υπεύθυνος ασφάλειας και ο Υπεύθυνος κριτών.
19. **ΑΣΦΑΛΕΙΑ.** Η οργάνωση επιτρέπει τη διαδρομή για την αποφυγή οποιοδήποτε απρόοπτου και παρέχει ιατρική βοήθεια σε αθλητές που θα βρεθούν σε ανάγκη.
20. **ΤΡΟΠΟΠΟΙΗΣΗ ΔΙΑΔΡΟΜΗΣ.** Ο οργανωτής μπορεί να τροποποιήσει τη διαδρομή αν για οποιονδήποτε λόγο υπάρχει κίνδυνος για την ασφάλεια των αθλητών. Επίσης μπορεί να καθυστερήσει την έναρξη ή και να ματαιώσει τον αγώνα λόγω κακοκαιρίας ή άλλης ανωτέρας βίας.
21. **ΕΠΑΘΛΑ.** Οι πρώτοι νικητές των κατηγοριών θα πάρουν κύπελλο και μετάλλιο. Οι δεύτεροι και τρίτοι νικητές μετάλλιο. Δίπλωμα συμμετοχής δίνεται σε όλους που θα τερματίσουν στο χρονικό όριο των 7 ωρών. Η οργάνωση προσφέρει ως έπαθλα δώρα των χορηγών τα οποία θα μοιραστούν σε κλήρωση με τον αριθμό συμμετοχής, μετά το πέρας των απονομών, μεταξύ όσων συμμετείχαν στον αγώνα.
22. **ΔΙΑΦΗΜΙΣΗ.** Με την αίτηση συμμετοχής κάθε αθλητής επιτρέπει στον οργανωτή τη φωτογράφιση και τη βιντεοσκόπηση του, στην διάρκεια του αγώνα και των απονομών, για διαφημιστικούς σκοπούς.
23. **ΑΠΟΠΟΙΗΣΗ ΕΥΘΥΝΗΣ.** Ο οργανωτής δεν ευθύνεται για το θάνατο, τραυματισμό ή οποιαδήποτε βλάβη της υγείας των συμμετεχόντων οι οποίοι υποβάλλοντας την αίτηση συμμετοχής δηλώνουν ότι γνωρίζουν τους κινδύνους που υπάρχουν στο ορεινό περιβάλλον και ότι η κατάσταση της υγείας τους είναι καλή και τους επιτρέπει να αγωνιστούν. Κάθε αθλητής είναι υποχρεωμένος να προβαίνει τακτικά σε ιατρικό προληπτικό έλεγχο. Ο οργανωτής διατηρεί το δικαίωμα να μην επιτρέψει σε κάποιον αθλητή να ολοκληρώσει τον αγώνα αν υπάρχει σχετική γνωμάτευση του γιατρού του αγώνα. Η ασφάλιση των αθλητών επιβαρύνει τους ίδιους.
24. **ΤΡΟΠΟΠΟΙΗΣΗ ΚΑΝΟΝΙΣΜΩΝ.** Η οργάνωση διατηρεί το δικαίωμα τροποποίησης των παρόντων κανονισμών διεξαγωγής του αγώνα χωρίς προηγούμενη ενημέρωση αν αυτό κριθεί απαραίτητο. Σε καμία περίπτωση η οποιαδήποτε αλλαγή δεν θα αλλοιώνει το ύψος του αγώνα.