

6^{ος}

ΗΜΙΜΑΡΑΘΩΝΙΟΣ ΔΡΟΜΟΣ



Στα Χνάρια του Πανδανία



**ΚΥΡΙΑΚΗ
30/4/2006**

ώρα 10:00 π.μ.

ΕΚΚΙΝΗΣΗ: ΕΛΕΥΣΙΝΑ

ΤΕΡΜΑΤΙΣΜΟΣ: ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΣΤΑΔΙΟ ΜΕΓΑΡΩΝ

**1 - 2 ΚΜ. ΔΗΜΟΤΙΚΩΝ - ΓΥΜΝΑΣΙΩΝ
ΩΡΑ 10:30 ΣΤΑ ΜΕΓΑΡΑ**

ΔΙΟΡΓΑΝΩΤΕΣ:

Σ.Ε.Γ.Α.Σ.

ΑΘΛ. ΟΡΓ. ΔΗΜΟΥ ΜΕΓΑΡΕΩΝ

ΝΟΜ. ΔΥΤ. ΑΤΤΙΚΗΣ

ΑΘΛ. ΟΡΓ. ΔΗΜΟΥ ΕΛΕΥΣΙΝΟΣ

ΑΘΛ. ΟΡΓ. ΔΗΜΟΥ Ν. ΠΕΡΑΜΟΥ

ΤΕΧΝΙΚΗ ΥΠΟΣΤΗΡΙΞΗ:

Α.Ο. ΜΕΓΑΡΩΝ

ΑΘΛΗΤΙΚΟΣ ΠΟΛ/ΚΟΣ

ΣΥΛΛΟΓΟΣ ΑΠΟΛΛΩΝ ΔΥΤ. ΑΤΤΙΚΗΣ



*«Πον λάθεψα,
τι θετικό έκανα,
τι όφειλα να πράξω
και παρέλεψα»*

Μήνυμα Δημάρχων

ΕΛΕΥΣΙΝΑΣ - ΜΕΓΑΡΩΝ - ΝΕΑΣ ΠΕΡΑΜΟΥ

Πορευόμενοι την οδό της ανάπτυξης του κλασσικού αθλητισμού συνδιοργανώνουμε με τους όμορους Δήμους και φέτος τον ημιμαραθώνιο «Στα χνάρια του Πανσανία».

Καλοσωρίζοντας τους αθλητές και τους συνοδούς τους συμμετέχουμε στην προσπάθεια τους, ενθαρρύνουμε, επικροτούμε και επαινούμε την επιλογή τους.

Τα Μέγαρα, αθλητές και αθλήτριες του Ημιμαραθώνιου δρόμου, σας καλοσωρίζουν με την ευχή να αγωνίζεστε και στο στίβο της καθημερινότητας, όπως στο στίβο του αγωνίσματός σας, με συνέπεια, αγωνιστικότητα και επιμονή.

ΟΙ ΔΗΜΑΡΧΟΙ

ΕΛΕΥΣΙΝΑΣ

Γεώργιος Αρπατζόγλου

ΜΕΓΑΡΩΝ

Χρυσόστομος Δ. Σύρκος

ΝΕΑΣ ΠΕΡΑΜΟΥ

Σταύρος Φωτίου



ΤΗΛΕΦΩΝΑ ΕΠΙΚΟΙΝΩΝΙΑΣ:

22960 83682 - 22960 32609 fax: 22960 82331

210 5900685 - 210 5537304

τηλ. & fax: 22960 25666

Για πληροφορίες: κ. Αθανάσιο Μήτσου

ΑΓΩΝΑΣ ΔΡΟΜΟΥ 1.000 - 2.000m

- 1** Για να δοθεί ευκαιρία σε αγόρια & κορίτσια Δημοτικών & Γυμνασίων να ζήσουν τη μοναδική εμπειρία συμμετοχής σε αγώνα δρόμου θα διεξαχθεί και αγώνας δρόμου 1.000 - 2.000m με εκκίνηση και τερματισμό το Δημοτικό Στάδιο Μεγάρων.

ΔΗΛΩΣΕΙΣ ΣΥΜΜΕΤΟΧΗΣ - ΠΡΟΘΕΣΜΙΑ

- 2** Για να δηλώσετε συμμετοχή στον **Ημιμαραθώνιο Δρόμο** ή στο **δρόμο των 2.000m** πρέπει να συμπληρώσετε και να αποστείλετε στο **Δήμο Μεγάρων** (με ταχυδρομείο, Fax, ή e-mail) τη **δήλωση συμμετοχής** μέχρι την Παρασκευή 21 Απριλίου 2006.

ΙΑΤΡΙΚΟΣ ΕΛΕΓΧΟΣ

- 3** Κάθε δρομέας οφείλει να υποβληθεί σε ιατρικές εξετάσεις πριν από τον αγώνα αναλαμβάνοντας ο ίδιος την πλήρη ευθύνη της συμμετοχής του.

ΟΡΓΑΝΩΤΙΚΕΣ ΠΛΗΡΟΦΟΡΙΕΣ - ΠΑΡΑΔΟΣΗ ΑΡΙΘΜΩΝ

- 4** Στο Δημαρχείο Μεγάρων από Δευτέρα 24 - 4 - 2006 έως και Σάββατο 29 - 4 - 2006.

ΜΕΤΑΦΟΡΑ ΔΡΟΜΕΩΝ

- 5** Πούλμαν για την μεταφορά των αθλητών θα ξεκινήσουν την Κυριακή 30 - 4 - 2006 το πρωί στις 7:00 π.μ. από την Πλατεία Καραϊσκάκη στην Αθήνα - ένα από την Πλατεία Καραϊσκάκη του Πειραιά.

ΡΟΥΧΑ ΑΘΛΗΤΩΝ

- 6** Ρούχα, φόρμες κλπ. Θα τοποθετηθούν σε ειδικό χώρο στην εκκίνηση προς φύλαξη από όπου θα παραληφθούν μετά από τον τερματισμό.

ΤΕΧΝΙΚΕΣ ΠΛΗΡΟΦΟΡΙΕΣ

- 7** Η διαδρομή του Ημιμαραθωνίου Δρόμου είναι 21.097,5 m. Οι αγώνες θα διεξαχθούν σύμφωνα με τους διεθνείς κανονισμούς που προβλέπουν σταθμούς αναφυκτικών, νερού, σπόγγους ανά 5 χλμ. και ιατρική μέριμνα. Η διαδρομή θα μετρηθεί με όργανο εγκεκριμένο από την AIMS (Jones counter device). Επίσης θα υπάρχει χλιομετρική ένδειξη σε όλη τη διαδρομή.

Μετά την λήξη του ημιμαραθωνίου δρόμου και κατά την διάρκεια της δεξίωσης που θα ακολουθήσει, θα γίνει κλήρωση Δώρων σύμφωνα με το νούμερο που φέρει ο κάθε αθλητής στην φανέλλα του κατά την διάρκεια του αγώνα.

(όλοι οι αθλητές υποχρεούνται να έχουν σε άριστη κατάσταση το καρτελάκι με τον αριθμό και τα στοιχεία τους).

ΤΑ ΔΩΡΑ ΠΡΟΣΦΕΡΟΥΝ:

Α. ΛΕΟΣ Α.Ε. (2 καρδιοσυχνόμετρα Reebok)
Sports Center ΗΛΙΑΔΗΣ - ΤΣΟΛΑΚΗΣ (20 αντιανεμικά μπουφάν)
ΑΦΟΙ ΒΑΣΙΛΕΙΟΥ (10 φόρμες γυμναστικής)
Περιοδικό RUNNER (3 ετήσιες συνδρομές του περιοδικού)

ΗΜΙΜΑΡΑΘΩΝΙΟΣ

ΑΓΩΝΙΣΜΑΤΑ

- A. Ημιμαραθώνιος (απόσταση 21.097,5 μέτρα)
B. 2000 μέτρα για νεαρούς αθλητές

ΩΡΕΣ ΔΙΕΞΑΓΩΓΗΣ

- A. Ημιμαραθώνιος 10.00π.μ.
B. 2000 μέτρα για νεαρούς αθλητές 10.30 π.μ.

ΔΙΑΡΚΕΙΑ ΗΜΙΜΑΡΑΘΩΝΙΟΥ

- 2 ώρες και 30 λεπτά (ευθύνη διοργανωτών
για ασφαλή διαδρομή).

ΕΠΑΘΛΑ ΑΓΩΝΩΝ - ΗΜΙΜΑΡΑΘΩΝΙΟΣ

ΚΑΤΗΓΟΡΙΑ ΑΝΔΡΩΝ ΓΕΝΙΚΗ ΚΑΤΑΤΑΞΗ

- 1^{ος} Κύπελλο, μετάλλιο, δίπλωμα
2^{ος} Κύπελλο, μετάλλιο, δίπλωμα
3^{ος} Κύπελλο, μετάλλιο, δίπλωμα

ΚΑΤΗΓΟΡΙΑ ΓΥΝΑΙΚΩΝ ΓΕΝΙΚΗ ΚΑΤΑΤΑΞΗ

- 1^η Κύπελλο, μετάλλιο, δίπλωμα
2^η Κύπελλο, μετάλλιο, δίπλωμα
3^η Κύπελλο, μετάλλιο, δίπλωμα

Στους τρεις πρώτους νικητές **από τα Μέγαρά** ανεξαρτήτως σειράς κατάταξης και κατηγορίας θα δοθούν τα εξής έπαθλα.

- 1^{ος} Κύπελλο, μετάλλιο, δίπλωμα
2^{ος} Κύπελλο, μετάλλιο, δίπλωμα
3^{ος} Κύπελλο, μετάλλιο, δίπλωμα

1^{ος} Νικητής ατόμων με αναπηρία Κύπελο - Μετάλλιο - Δίπλωμα

ΚΑΤΗΓΟΡΙΕΣ

Ημιμαραθώνιος:

Ανδρών A: 19 - 34 ετών (γεννηθέντες έως και 1972)

Ανδρών B: 35 - 44 ετών (γενν. 1971 - 1962)

Ανδρών Γ: 45 - 54 ετών (γενν. 1961 - 1952)

Ανδρών Δ: 55 - 64 ετών (γενν. 1951 - 1942)

Ανδρών E: 65 ετών και άνω (γενν. πριν το 1941)

Γυναικών A: 19 - 34 ετών (γεννηθείσες έως και 1972)

Γυναικών B: 35 - 44 ετών (γεννηθείσες 1971 - 1962)

Γυναικών Γ: 45 ετών και άνω (γενν. πριν το 1961)

Γυμνασίου έως 15 ετών

Δημοτικού έως 12 ετών

- Δικαίωμα συμμετοχής στον Ημιμαραθώνιο έχουν όσοι συμπληρώσουν το 18ο έτος της ηλικίας των.
- Για να ισχύσει κάθε κατηγορία πρέπει να υπάρχει συμμετοχή τουλάχιστον 4 αθλητών.*

* Δεν ισχύει στην κατηγορία Ατόμων με αναπηρία

6^{ος} ΗΜΙΜΑΡΑΘΩΝΙΟΣ ΔΡΟΜΟΣ
”ΣΤΑ ΧΝΑΡΙΑ ΤΟΥ ΠΑΥΣΑΝΙΑ”
ΚΥΡΙΑΚΗ 30 -4 - 2006

ΔΗΛΩΣΗ ΣΥΜΜΕΤΟΧΗΣ

ΕΠΩΝΥΜΟ:

ΟΝΟΜΑ:

ΠΑΤΡΩΝΥΜΟ:

ΗΜ. ΓΕΝΝΗΣΗΣ: / /

ΣΥΛΛΟΓΟΣ:

ΦΥΛΛΟ:

ΕΘΝΙΚΟΤΗΤΑ:

ΔΙΕΥΘΥΝΣΗ:

ΚΑΤΟΙΚΙΑ:

ΤΗΛ.:

ΓΙΑ ΑΘΛΗΤΕΣ ΔΥΤΙΚΗΣ ΑΤΤΙΚΗΣ

ΣΥΛΛΟΓΟΣ:

ΣΧΟΛΕΙΟ:

ΕΧΩ / ΔΕΝ ΕΧΩ ΑΓΩΝΙΣΘΕΙ ΣΕ ΗΜΙΜΑΡΑΘΩΝΙΟ

ΥΠΕΥΘΥΝΗ ΔΗΛΩΣΗ ΑΘΛΗΤΗ

Συμμετέχω στον Ημιμαραθώνιο δρόμο.....ΝΑΙ

Συμμετέχω στον αγώνα 2000 μέτρωνΝΑΙ

Που διεξάγεται επί δημοσίας οδού με την απόλυτη προσωπική μου ευθύνη και διαβεβαιώνω την οργανωτική επιτροπή ότι έχω προβεί στις απαραίτητες ιατρικές εξετάσεις.

Παραιτούμαι από κάθε απαίτηση εναντίον των διοργανωτών για τυχόν ζημία από οποιαδήποτε αιτία και συναινώ στην ελεύθερη χρήση του ονόματός μου και της εικόνας μου από τα μέσα μαζικής ενημέρωσης.

Ημ/νία Ονοματεπώνυμο

Υπογραφή.....

Για τους συμμετέχοντες στο αγώνισμα των 2000μ.



ΕΚΚΙΝΗΣΗ



ΤΕΡΜΑΤΙΣΜΟΣ

ΟΙ ΔΙΟΡΓΑΝΩΤΕΣ

ΔΗΜΟΤΙΚΟΣ ΟΡΓΑΝΙΣΜΟΣ
ΑΘΛΗΤΙΚΗΣ ΑΝΑΠΤΥΞΗΣ
ΜΕΓΑΡΩΝ

Ε.Α.Σ. Σ.Ε.Γ.Α.Σ
ΔΥΤΙΚΗΣ ΑΤΤΙΚΗΣ

ΝΟΜΑΡΧΙΑ
ΔΥΤ. ΑΤΤΙΚΗΣ

ΑΘΛΗΤΙΚΟΣ ΟΡΓΑΝΙΣΜΟΣ
ΔΗΜΟΥ ΕΛΕΥΣΙΝΑΣ

ΑΘΛΗΤΙΚΟΣ ΟΡΓΑΝΙΣΜΟΣ
ΔΗΜΟΥ Ν. ΠΕΡΑΜΟΥ