

08 MAY 2022



#INTOTHEFOREST

# RUN WILD



WWW.MOSCHOPODIEXPERENCE.EU

**I. ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΑ**

I.	ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΑ .....	2
II.	ΕΙΣΑΓΩΓΗ – ΠΕΡΙΛΗΨΗ ΑΓΩΝΩΝ .....	3
III.	ΒΑΣΙΚΕΣ ΠΛΗΡΟΦΟΡΙΕΣ ΑΓΩΝΩΝ .....	3
1.	ΑΓΩΝΑΣ 21KM TRAIL RUN .....	3
2.	ΑΓΩΝΑΣ 10KM TRAIL RUN .....	6
3.	ΑΓΩΝΑΣ 10KM WALK.....	8
IV.	ΚΑΝΟΝΙΣΜΟΙ ΑΓΩΝΑ.....	11
V.	ΕΠΑΘΛΑ - ΔΙΑΚΡΙΣΕΙΣ.....	13
VI.	ΠΑΡΕΧΟΜΕΝΕΣ ΥΠΗΡΕΣΙΕΣ .....	13

## **II. ΕΙΣΑΓΩΓΗ – ΠΕΡΙΛΗΨΗ ΑΓΩΝΩΝ**

Ο Σύλλογος Χιονοδρόμων Ορειβατών Ποδηλάτων Θήβας (ΣΧΟΠ) προκηρύσσει στην περιοχή του δάσους Μοσχοποδίου Θήβας αγώνα ορειβατικού τρεξίματος και πεζοπορίας την Κυριακή 8 Μαΐου 2022 με την επωνυμία «**Moschopodi Trail 2022**».

Ο αγώνας περιλαμβάνει 4 διαδρομές μία των 21 χιλιομέτρων, μια των 10 χιλιομέτρων, μια των 10 χιλιομέτρων πεζοπορία και μια παιδική διαδρομή μήκους του ενός χιλιομέτρου.

## **III. ΒΑΣΙΚΕΣ ΠΛΗΡΟΦΟΡΙΕΣ ΑΓΩΝΩΝ**

### **1. ΑΓΩΝΑΣ 21KM TRAIL RUN**

**Πληροφορίες & Οδηγίες Συμμετοχής**

**Ημερομηνία Διεξαγωγής:** Κυριακή 8 Μαΐου 2022

**Ώρα Εκκίνησης:** 08:30

**Εκκίνηση:** Θέατρο Μοσχοποδίου Θήβας

**Τερματισμός:** Θέατρο Μοσχοποδίου Θήβας

Το όριο ολοκλήρωσης του αγώνα έχει οριστεί στις τέσσερις (4) ώρες από την εκκίνηση του αγώνα.

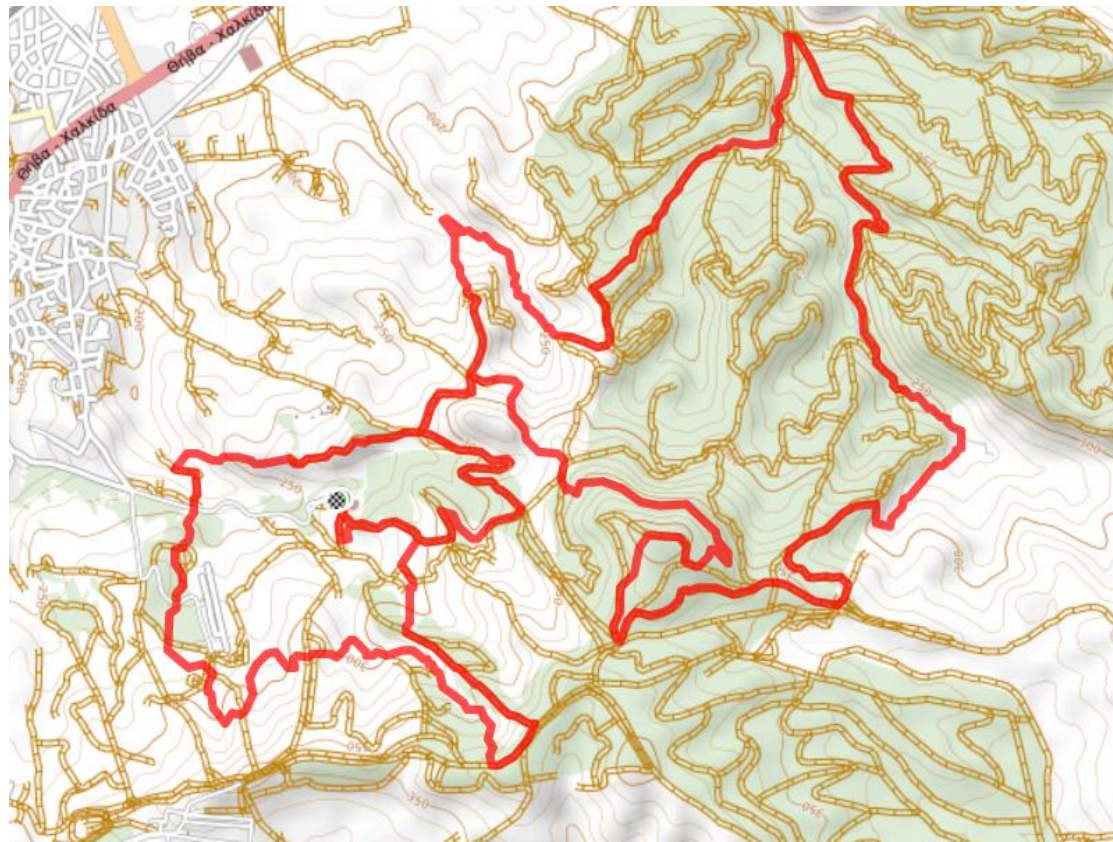
**Δικαίωμα Συμμετοχής:** Δικαίωμα συμμετοχής έχουν όσοι έχουν συμπληρώσει το 18<sup>ο</sup> έτος της ηλικίας τους, δηλαδή έχουν γεννηθεί πριν από την 7/5/2004. Οι συμμετέχοντες πρέπει να διαθέτουν σχετικά καλή φυσική κατάσταση και να εγγραφούν/δηλώσουν συμμετοχή μέσω της ιστοσελίδας. Η παραλαβή του αγωνιστικού πακέτου και η επιβεβαίωση συμμετοχής στον αγώνα δρόμου για τους ανηλίκους θα γίνει μόνο με την κατάθεση της υπεύθυνης δήλωσης κηδεμόνα/γονέα, η οποία θα υπογραφεί από τον κηδεμόνα του ανηλίκου στο Περίπτερο της διοργάνωσης στην Κεντρική πλατεία Θήβας το Σάββατο 7 Μαΐου ή Κυριακή 8 Μαΐου έως και τις 08:00 στην γραμματεία του αγώνα στον χώρο εκκίνησης.

**Κόστος Συμμετοχής:** 15€

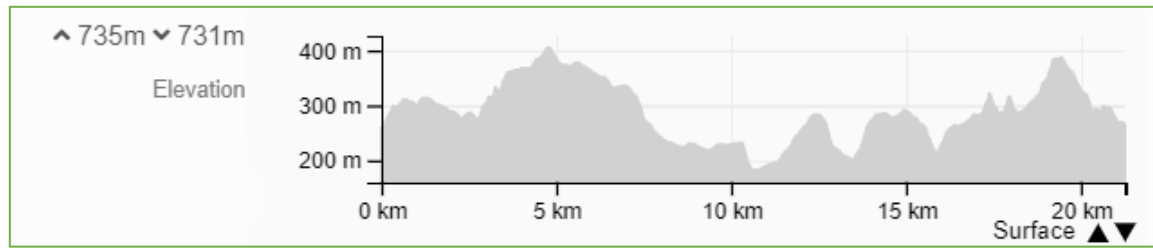
**Αγωνιστικό Πακέτο:**

	21K	10K	10K WALK
Αριθμός συμμετοχής δρομέα	✓	✓	✓
Ηλεκτρονική χρονομέτρηση	✓	✓	✓
Ξύλινο μετάλλιο	✓	✓	✓
Παροχή νερού, ισοτονικού, snack (στους σταθμούς τροφοδοσίας)	✓	✓	✓
Ιατρική φροντίδα & Ασφάλιση	✓	✓	✓
Φωτογραφίες	✓	✓	✓
1 Τηλεσκοπικό Μπατόν Nordic	✓	✓	✓
Snack τερματισμού (τοστ, μπανάνα, αναψυκτικό κ.α.)	✓	✓	✓
Επίσημο T-Shirt Αγώνα 42k Running	T-Shirt AIR-MESH MIMET + NEOTEC 2.0.	T-Shirt AIR-MESH MIMET + NEOTEC 2.0.	T-Shirt AIR-MESH MIMET + NEOTEC 2.0.
Free Pass με ξενάγηση για το Αρχαιολογικό Μουσείο Θήβας	✓	✓	✓
	15€	15€	12€

**Χάρτης διαδρομής:**



**Σχήμα 1:** Διαδρομή 21χλμ



Σχήμα 2: Υψομετρική ανάλυση διαδρομής 21χλμ.



## 2. ΑΓΩΝΑΣ 10KM TRAIL RUN

**Πληροφορίες & Οδηγίες Συμμετοχής**

**Ημερομηνία Διεξαγωγής:** Κυριακή 8 Μαΐου 2022

**Ώρα Εκκίνησης:** 9:00

**Εκκίνηση:** Θέατρο Μοσχοποδίου Θήβας

Οι δρομείς και θα πρέπει να έχουν λάβει θέση εκκίνησης έως και τις 8:40.

**Τερματισμός:** Θέατρο Μοσχοποδίου Θήβας

Το όριο ολοκλήρωσης του αγώνα έχει οριστεί στις τρεις (2) ώρες από την εκκίνηση του αγώνα.

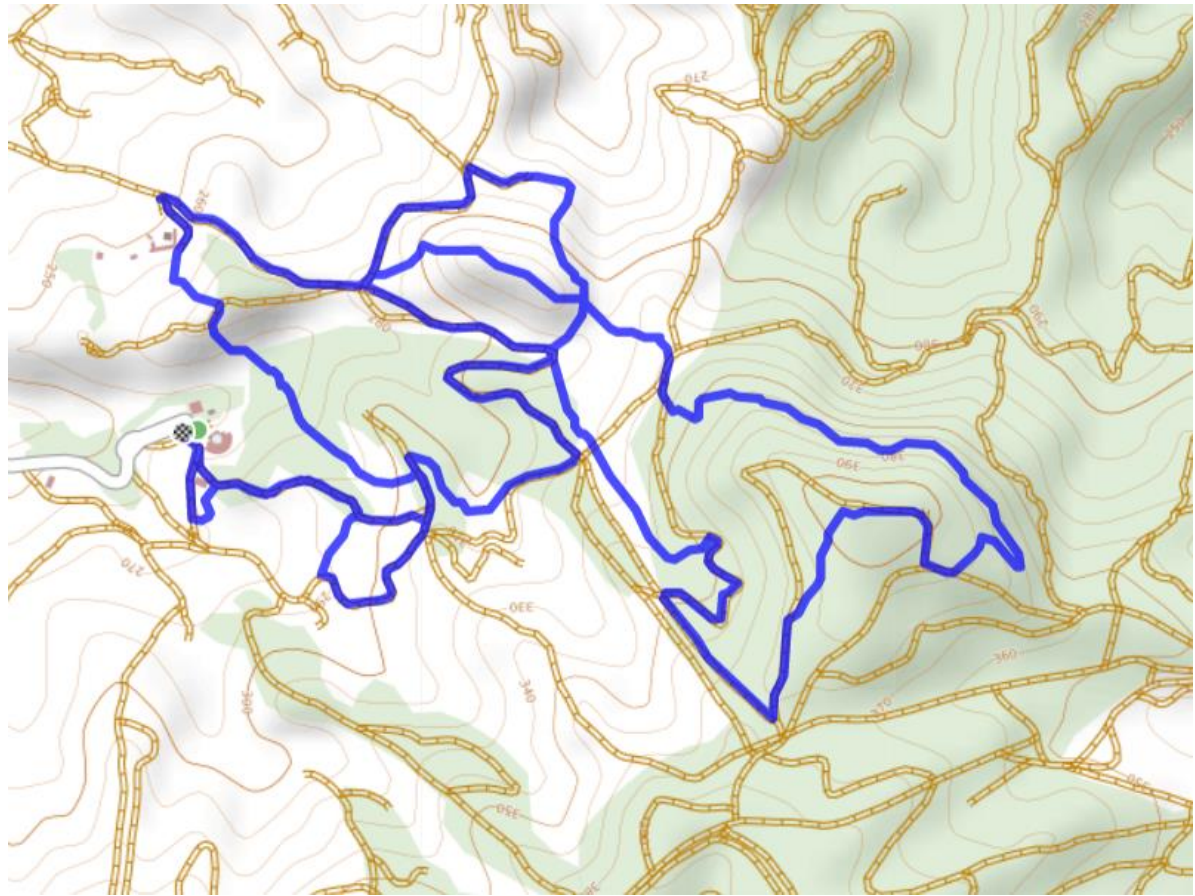
**Δικαίωμα Συμμετοχής:** Δικαίωμα συμμετοχής έχουν όσοι έχουν συμπληρώσει το 12<sup>ο</sup> έτος της ηλικίας τους, δηλαδή έχουν γεννηθεί πριν από την 9/5/2008. Οι συμμετέχοντες πρέπει να διαθέτουν σχετικά καλή φυσική κατάσταση και να εγγραφούν/δηλώσουν συμμετοχή μέσω της ιστοσελίδας. Η παραλαβή του αγωνιστικού πακέτου και η επιβεβαίωση συμμετοχής στον αγώνα δρόμου για τους ανηλίκους θα γίνει μόνο με την κατάθεση της υπεύθυνης δήλωσης κηδεμόνα/γονέα, η οποία θα υπογραφεί από τον κηδεμόνα του ανηλίκου στο Περίπτερο της διοργάνωσης στην Κεντρική πλατεία Θήβας το Σάββατο 7 Μαΐου ή Κυριακή 8 Μαΐου έως και τις 08:00 στην γραμματεία του αγώνα στον χώρο εκκίνησης.

**Κόστος Συμμετοχής:** 15€

**Αγωνιστικό Πακέτο:**

	21K	10K	10K WALK
Αριθμός συμμετοχής δρομέα	✓	✓	✓
Ηλεκτρονική χρονομέτρηση	✓	✓	✓
Ξύλινο μετάλλιο	✓	✓	✓
Παροχή νερού, ισοτονικού, snack (στους σταθμούς τροφοδοσίας)	✓	✓	✓
Ιατρική φροντίδα & Ασφάλιση	✓	✓	✓
Φωτογραφίες	✓	✓	✓
1 Τηλεσκοπικό Μπατόν Nordic	✓	✓	✓
Snack τερματισμού (τοστ, μπανάνα, αναψυκτικό κ.α.)	✓	✓	✓
Επίσημο T-Shirt Αγώνα 42k Running	T-Shirt AIR-MESH MIMET + NEOTEC 2.0.	T-Shirt AIR-MESH MIMET + NEOTEC 2.0.	T-Shirt AIR-MESH MIMET + NEOTEC 2.0.
Free Pass με ξενάγηση για το Αρχαιολογικό Μουσείο Θήβας	✓	✓	✓
	15€	15€	12€

Χάρτης διαδρομής:



**Σχήμα 3:** Διαδρομή 10χλμ



**Σχήμα 4:** Υψομετρική ανάλυση διαδρομής 10χλμ.

### **3. ΑΓΩΝΑΣ 10KM WALK**

**Πληροφορίες & Οδηγίες Συμμετοχής**

**Ημερομηνία Διεξαγωγής:** Κυριακή 8 Μαΐου 2022

**Ώρα Εκκίνησης:** 9:00

**Εκκίνηση:** Θέατρο Μοσχοποδίου Θήβας

Οι δρομείς και θα πρέπει να έχουν λάβει θέση εκκίνησης έως και τις 8:40.

Η πεζοπορία θα είναι έχει μη αγωνιστικό χαρακτήρα.

**Τερματισμός:** Θέατρο Μοσχοποδίου Θήβας

Το όριο ολοκλήρωσης της πεζοπορίας έχει οριστεί στις τρεις (3) ώρες από την εκκίνηση του αγώνα.

**Δικαίωμα Συμμετοχής:** Δικαίωμα συμμετοχής έχουν όσοι έχουν συμπληρώσει το 12<sup>ο</sup> έτος της ηλικίας τους, δηλαδή έχουν γεννηθεί πριν από την 9/5/2008. Οι συμμετέχοντες πρέπει να διαθέτουν σχετικά καλή φυσική κατάσταση και να εγγραφούν/δηλώσουν συμμετοχή μέσω της ιστοσελίδας. Η παραλαβή του αγωνιστικού πακέτου και η επιβεβαίωση συμμετοχής στον αγώνα δρόμου για τους ανηλίκους θα γίνει μόνο με την κατάθεση της υπεύθυνης δήλωσης κηδεμόνα/γονέα, η οποία θα υπογραφεί από τον κηδεμόνα του ανηλίκου στο Περίπτερο της διοργάνωσης στην Κεντρική πλατεία Θήβας το Σάββατο 7 Μαΐου ή Κυριακή 8 Μαΐου έως και τις 08:50 στην γραμματεία του αγώνα στον χώρο εκκίνησης.

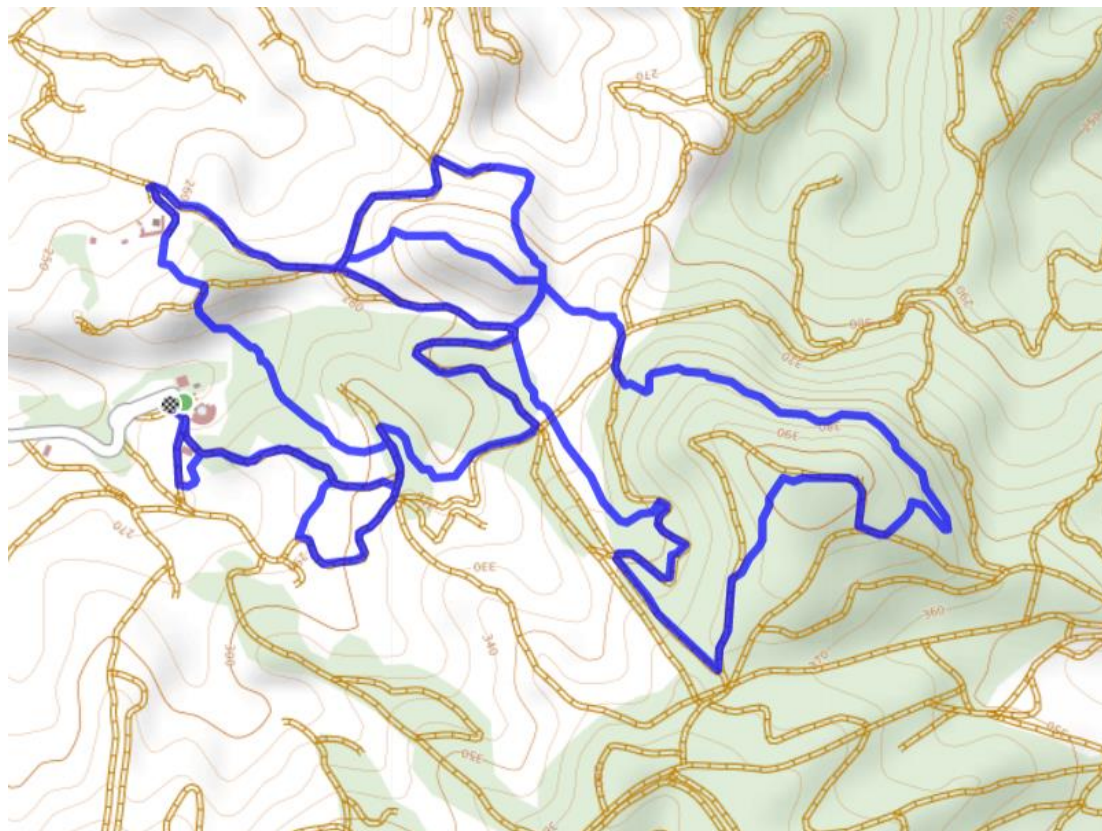
**Κόστος Συμμετοχής:** 12€

**Αγωνιστικό Πακέτο:**



	21K	10K	10K WALK
Αριθμός συμμετοχής δρομέα	✓	✓	✓
Ηλεκτρονική χρονομέτρηση	✓	✓	✓
Ξύλινο μετάλλιο	✓	✓	✓
Παροχή νερού, ιστονικού, snack (στους σταθμούς τροφοδοσίας)	✓	✓	✓
Ιατρική φροντίδα & Ασφάλιση	✓	✓	✓
Φωτογραφίες	✓	✓	✓
1 Τηλεσκοπικό Μπατόν Nordic	✓	✓	✓
Snack τερματισμού (τσου, μπανάνα, αναψυκτικό κ.α.)	✓	✓	✓
Επίσημο T-Shirt Αγώνα 42k Running	T-Shirt AIR-MESH MIMET + NEOTEC 2.0.	T-Shirt AIR-MESH MIMET + NEOTEC 2.0.	T-Shirt AIR-MESH MIMET + NEOTEC 2.0.
Free Pass με ξενάγηση για το Αρχαιολογικό Μουσείο Θήβας	✓	✓	✓
	15€	15€	12€

**Χάρτης διαδρομής:**



**Σχήμα 5:** Διαδρομή 10χλμ



**Σχήμα 6:** Υψομετρική ανάλυση διαδρομής 10χλμ.

#### **IV. ΚΑΝΟΝΙΣΜΟΙ ΑΓΩΝΑ**

Με τη δήλωση συμμετοχής ο αθλητής αποδέχεται τους παρόντες κανονισμούς διεξαγωγής του αγώνα, οφείλει να τους σεβαστεί, να υπακούει στις υποδείξεις της οργανωτικής επιτροπής. .

1. Ο κάθε αθλητής είναι υποχρεωμένος να έχει στο μπροστινό μέρος της μπλούζας του και σε εμφανές σημείο τον αριθμό συμμετοχής του.
2. Απαγορεύεται η συνοδεία αθλητών σε μέρος της διαδρομής από φίλους, συγγενείς και οικόσιτα ζώα. Όποιος αθλητής επιθυμεί να τρέξει με συνοδεία ζώου συντροφιάς πρέπει να το έχει δεμένο, να ακολουθεί τον τελευταίο αθλητή και η προσπέρασή του επιτρέπεται μόνο κατόπιν συγκατάβασής του.
3. Απαγορεύεται οποιαδήποτε εξωτερική βοήθεια, ή τεχνητή υποβοήθηση αθλητών μεταξύ τους καθώς και η χρήση οποιουδήποτε μηχανοκίνητου βοηθητικού μέσου.
4. Απαγορεύεται αυστηρά η απόρριψη οποιουδήποτε υλικού συσκευασίας κατά μήκος της διαδρομής.
5. Υπάρχουν σταθμοί ελέγχου όπου οι αθλητές είναι υποχρεωμένοι να καταγραφούν από τους κριτές. Όποιος αθλητής δεν περάσει έστω κι από έναν σταθμό ελέγχου θεωρείται άκυρος.
6. 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 εξέτασης από γιατρό της οργάνωσης αν αυτό κριθεί απαραίτητο οποιαδήποτε στιγμή κατά τη διάρκεια του αγώνα.
  - Εγκατάλειψη και μη ενημέρωση σε κριτή επιφέρει την ποινή του αποκλεισμού από κάθε μελλοντική διοργάνωση.
7. Ενστάσεις για οποιοδήποτε λόγο γίνονται μόνο από τον ίδιο τον αθλητή το αργότερο 30 λεπτά μετά τον τερματισμό του
8. Η τροφοδοσία των αθλητών θα γίνεται αποκλειστικά και μόνο στους σταθμούς υποστήριξης κατά την διαδρομή και καμία συσκευασία δεν θα απομακρύνετε πέρα από τον οριοθετημένο χώρο του σταθμού.

9. Η οργάνωση επιτηρεί τις διαδρομές, όσο αυτό είναι δυνατό, για την αποφυγή οποιουδήποτε απρόοπτου και παρέχει ιατρική βοήθεια σε αθλητές που θα βρεθούν σε ανάγκη.
10. Οι αθλητές που θα αγωνιστούν θα πρέπει να κατανοούν ότι κινούνται σε ορεινό και δύσβατο έδαφος με ότι συνεπάγεται αυτό. Επίσης, είναι εκτεθειμένοι στις εκάστοτε καιρικές συνθήκες που θα επικρατούν τη συγκεκριμένη ημέρα του αγώνα.
11. Ο οργανωτής μπορεί να τροποποιήσει τις διαδρομές αν για οποιονδήποτε λόγο υπάρχει κίνδυνος για την ασφάλεια των αθλητών. Επίσης μπορεί να καθυστερήσει την έναρξη ή και να ματαιώσει ή αναβάλλει τον αγώνα λόγω κακοκαιρίας ή άλλης ανωτέρας βίας.
12. 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. Εάν δεν το επιθυμεί θα πρέπει να ενημερώσει την οργανωτική επιτροπή με μήνυμα στο ηλεκτρονικό ταχυδρομείο της διοργάνωσης.
13. 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 εμπεριέχει η κίνηση σε ορεινό περιβάλλον, έχουν την ανάλογη εμπειρία 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. Οι διοργανωτές δεν θα ζητήσουν ιατρικές βεβαιώσεις για κανένα αθλητή-αθλήτρια, δεδομένου ότι όλοι οι συμμετέχοντες αγωνίζονται με αποκλειστικά δική τους ευθύνη και οι ανήλικοι με ευθύνη των κηδεμόνων τους.
14. 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 ύφος του αγώνα
15. Οι συμμετέχοντες αποδέχονται ότι τα προσωπικά δεδομένα τους μπορούν να παρέχονται σε τρίτους για τους σκοπούς χρονομέτρησης και σύνταξης καταλόγων αποτελεσμάτων, οι οποίοι δημοσιεύονται στο διαδίκτυο και περιλαμβάνουν ονομαστικά όλους τους συμμετέχοντες στους αγώνες της διοργάνωσης. Τα δεδομένα προσωπικού χαρακτήρα του συμμετέχοντος που προβλέπονται στο πλαίσιο της διαδικασίας αίτησης συμμετοχής θα αποθηκεύονται και θα χρησιμοποιούνται για σκοπούς που συνδέονται αποκλειστικά και μόνο με τη διεκπεραίωση του αγώνα. Με την αίτηση συμμετοχής ο συμμετέχων συμφωνεί ότι τα δεδομένα του/της είναι αποθηκευμένα και θα χρησιμοποιηθούν για τους σκοπούς του αγώνα.
16. Έγκυρη θεωρείται η συμμετοχή, η οποία έχει τακτοποιηθεί οικονομικά.

## V. ΕΠΑΘΛΑ - ΔΙΑΚΡΙΣΕΙΣ

1. Έπαθλο, μετάλλιο και δίπλωμα διάκρισης απονέμονται στους τρεις πρώτους νικητές/νικήτριες της Γενικής Κατάταξης Ανδρών και Γυναικών των δύο αγωνιστικών διαδρομών.
2. Βραβείο διάκρισης απονέμονται στον πρώτο δημότη και στην πρώτη δημότισσα του Δήμου Θηβαίων που θα τερματίσουν στις δύο αγωνιστικές διαδρομές.

## VI. ΠΑΡΕΧΟΜΕΝΕΣ ΥΠΗΡΕΣΙΕΣ

Κατά μήκος της διαδρομής των 2 αγώνων και της πεζοπορίας υπάρχουν σταθμοί υποστήριξης των δρομέων και των πεζοπόρων, εφοδιασμένοι με νερό, αναψυκτικό, ισοτονικό ποτό και σνακ για κάθε δρομέα. Αναλυτικός πίνακας θα ανακοινωθεί σύντομα.

## VII. ΕΓΓΡΑΦΕΣ

### Σύνδεσμος εγγραφών :

<https://moschopodiexperience.eu/%ce%b5%ce%b3%ce%b3%cf%81%ce%b1%cf%86%ce%b5%cf%82/>

### Επιβεβαίωση εγγραφής :

Μετά από την εγγραφή θα πρέπει να αποσταλεί ο αριθμός απόδειξης κατάθεσης για το κόστος συμμετοχής (με το ονοματεπώνυμο του αγωνιζόμενου), με ηλεκτρονικό μήνυμα στην ηλεκτρονική διεύθυνση [registration@moschopodiexperience.eu](mailto:registration@moschopodiexperience.eu)

ΟΝΟΜΑ ΤΡΑΠΕΖΑΣ : ΤΡΑΠΕΖΑ ΠΕΙΡΑΙΩΣ

ΑΡΙΘΜΟΣ ΛΟΓΑΡΙΑΣΜΟΥ : 5155099014492

IBAN: GR45 0172 1550 0051 5509 9014 492

SWIFT – BIC: PIRBGRAA

ΔΙΚΑΙΟΥΧΟΣ: ΣΥΛΛΟΓΟΣ ΧΙΟΝΟΔΡΟΜΩΝ ΟΡΕΙΒΑΤΩΝ ΠΟΔΗΛΑΤΩΝ ΘΗΒΑΣ

Το ποσό συμμετοχής πρέπει να κατατεθεί στον παραπάνω λογαριασμό μέσα σε 3 εργάσιμες ημέρες. Εάν η κατάθεση γίνει από άλλη τράπεζα τα έξοδα εμβάσματος επιβαρύνουν τον εκάστοτε αθλητή.



## Πολιτική ακύρωσης :

Η Ακύρωση Εγγραφής και Συμμετοχής είναι δυνατή κατόπιν γραπτού αιτήματος μέχρι και τρεις εβδομάδες πριν τον αγώνα. Εφόσον ένας εγγεγραμμένος δρομέας επιθυμεί να προχωρήσει με την ακύρωση της εγγραφής του θα πρέπει να στείλει σχετικό email αποκλειστικά και μόνο στη διεύθυνση [registration@moschopodiexperience.eu](mailto:registration@moschopodiexperience.eu)

Στην περίπτωση ακύρωσης εγγραφής εντός του παραπάνω χρονικού ορίου, η συνδρομή συμμετοχής επιστρέφεται στον εγγεγραμμένο δρομέα μετά παρακρατήσεως των εξόδων μεταφοράς του ποσού. Σημειώνεται ότι μετά το πέρας του χρονικού ορίου αιτήματα ακύρωσης δεν θα γίνονται δεκτά, είτε αφορούν σε εγγραφές που είχαν υποβληθεί προγενέστερα είτε μεταγενέστερα.

Στην περίπτωση αναβολής της διοργάνωσης κατόπιν εντολής της Ελληνικής Πολιτείας, όλες οι έγγραφες μεταφέρονται για την επομένη ημερομηνία που θα ανακοινωθεί.

Στην ακραία περίπτωση ματαίωσης της διοργάνωσης κατόπιν εντολής της Ελληνικής Πολιτείας, η συνδρομή συμμετοχής επιστρέφεται στον εγγεγραμμένο δρομέα στο ακέραιο.

Οι επιστροφές χρημάτων που αφορούν σε ακυρώσεις εγγραφών πραγματοποιούνται σε διάστημα 60 ημερών μετά τον αγώνα.

## VIII. ΥΓΕΙΟΝΟΜΙΚΟ ΠΡΩΤΟΚΟΛΛΟ

Θα ανακοινωθεί σύντομα με βάσει τους κανονισμούς της ΓΓΑ.

## IX. ΕΠΙΚΟΙΝΩΝΙΑ

Τηλέφωνα επικοινωνίας : 6983147931 ( Μπουντούλης Χρήστος), 6977204329 (Γκιόκας Νίκος)

Email : [moschopoditrail@gmail.com](mailto:moschopoditrail@gmail.com), [hello@moschopodiexperience.eu](mailto:hello@moschopodiexperience.eu)

Ιστοσελίδα : [www.moschopodiexperience.eu](http://www.moschopodiexperience.eu)

Social Media : [Facebook](#) | [Instagram](#) | [Youtube](#) | [Twitter](#) | [Spotify](#)



## **ΠΡΟΚΗΡΥΞΗ 2022 \ MOSCHOPTODI TRAIL**