

7ο Juniors Cup 2009 - Mountain bike

Αγώνας Ορεινής Ποδηλασίας

Ο Αθλητικός Όμιλος "Θησέας" Ζωγράφου με την υποστήριξη του World of bike Shop (www.worldofbike.gr) διοργανώνουν τον προγραμματισμένο, ενταγμένο στο αγωνιστικό πρόγραμμα της Ε.Ο.Ποδηλασίας, **διασυλλογικό αγώνα Ορεινής Ποδηλασίας XC-SC (Short Race) και αγώνα σκυταλοδρομίας TEAM RELAY**, για τις κατηγορίες **Παμπαίδων, Πανκορασίδων, Μίνι Μεγάλα, Μίνι Μικρά**, με την επωνυμία **7ο JUNIORS cup**. Ο αγώνας θα πραγματοποιηθεί το:

Σάββατο, 14 Νοεμβρίου 2009 και ώρα εκκίνησης 13.00

με σημείο εκκίνησης και τερματισμού, την τοποθεσία **Άλσος Ιλισίων**. Ο αγώνας θα διεξαχθεί σύμφωνα με τους κανονισμούς της Ε.Ο.Ποδηλασίας, για αγώνες Ορεινής Ποδηλασίας.

ΕΙΔΙΚΟΙ ΚΑΝΟΝΙΣΜΟΙ ΣΚΥΤΑΛΟΔΡΟΜΙΑΣ (TEAM RELAY): Κάθε ομάδα συμμετέχει με τέσσερις αθλητές, ως εξής: 1 **Παμπαίδα**, 1 **Μίνι Μεγάλα**, 1 **Μίνι Μικρά**, και 1 **Πανκορασίδα** (όχι Κορασίδα). Επιτρέπεται μόνο **μια** αλλαγή με αθλητή/αθλήτρια μικρότερης κατηγορίας, με την προϋπόθεση ότι κάθε ομάδα θα έχει υποχρεωτικά στην σύνθεσή της, τουλάχιστον μια αθλήτρια (θήλυ) και έναν αθλητή(-τρια) κατηγορίας Μίνι μικρά. Κάθε αθλητής θα κάνει ένα γύρο της διαδρομής. Η αλλαγή σκυτάλης (θα γίνεται με επαφή των αθλητών – άγγιγμα στην πλάτη) θα πραγματοποιηθεί στον προκαθορισμένο χώρο, στην περιοχή εκκίνησης. Κάθε σωματείο συμμετέχει με όσες ομάδες (τετράδες) επιθυμεί, με την προϋπόθεση ότι με την δήλωση συμμετοχής, θα διευκρινίζεται σε ποια ομάδα αγωνίζεται ο κάθε αθλητής – αθλήτρια. Η σειρά εκκίνησης των αθλητών κάθε ομάδας είναι στην δικαιοδοσία των αρχηγών των ομάδων και θα δηλωθεί στην Γραμματεία των αγώνων 30' πριν την έναρξη της σκυταλοδρομίας.

Συμμετοχή: **Στους αγώνες, δικαίωμα συμμετοχής έχουν όλοι οι αθλητές(-τριες), με δελτίο Ε.Ο.Ποδηλασίας, θεωρημένο από Ιατρό για το 2009.**

Τεχνικά χαρακτηριστικά Αγώνα

Διαδρομή: Μικρό σιρκουί 1,2χλμ. **Έδαφος:** Δασικοί Δρόμοι, μονοπάτια.

Εκκίνηση: Άλσος Ιλισίων – Οδός Ούλοφ Πάλμε (έναντι φοιτητικής εστίας Πανεπιστημιούπολης Ιλισίων – Όρια Δήμων Αθηναίων, Ζωγράφου, Καισαριανής). **Πρόσβαση από Περιφερειακή Υμηττού:** Έξοδος Καισαριανής – Λεωφόρος Εθνικής Αντιστάσεως και στην Συνέχεια δεξιά προς οδό Υμηττού (Ούλοφ Πάλμε).

Ώρα εκκίνησης:

13.00 για την κατηγορία ΜΙΝΙ ΜΙΚΡΑ (χρόνος: 15')

13.20 για την κατηγορία ΜΙΝΙ ΜΕΓΑΛΑ (χρόνος 25')

13.50 για την κατηγορία ΠΑΝΚΟΡΑΣΙΔΩΝ (χρόνος 30')

14.20 για την κατηγορία ΠΑΜΠΑΙΔΩΝ (χρόνος 40')

Απονομές Ατομικών Αγωνισμάτων

15.15 JUNIOR TEAM RELAY (ΣΚΥΤΑΛΟΔΡΟΜΙΑ)

Απονομές ΣΚΥΤΑΛΟΔΡΟΜΙΑΣ - και νικήτριας ομάδας JUNIORS CUP

Το πρόγραμμα μπορεί μερικώς να τροποποιηθεί με απόφαση της Αγωνοδίκου Επιτροπής. **Έπαθλα Σκυταλοδρομίας: Μετάλλιο - Δίπλωμα** σε κάθε μέλος των τριών πρώτων ομάδων. **Έπαθλα Ατομικών αγώνων: Κύπελλο** στον πρώτο νικητή (-τρια), **μετάλλιο** στους τρεις πρώτους νικητές. **Δίπλωμα** στους πέντε πρώτους νικητές. Αναμνηστικό **δίπλωμα** σε όλους τους συμμετέχοντες. *Ειδική βράβευση, με Κύπελλο στην Καλύτερη Ομάδα του Juniors Cup.*

ΤΡΟΠΟΣ ΥΠΟΛΟΓΙΣΜΟΥ ΚΑΤΑΤΑΞΗΣ ΝΙΚΗΤΡΙΑΣ ΟΜΑΔΑΣ (ΣΩΜΑΤΕΙΟΥ) JUNIORS CUP:

Σκυταλοδρομία: 1^η ομάδα: 10βαθμοί, 2^η ομάδα: 8βαθμοί, 3^η ομάδα: 6βαθμοί, 4^η ομάδα: 4βαθμοί, 5^η ομάδα: 2βαθμοί.

Ατομικά αγωνίσματα: Στους πέντε πρώτους κάθε κατηγορίας: 5π. – 4π. – 3π. – 2π. – 1π. αντίστοιχα.

Νικήτρια ομάδα του Juniors Cup, το σωματείο που θα συγκεντρώσει τους περισσότερους βαθμούς.



WORLD OF BIKE SHOP

ΠΟΔΗΛΑΤΑ - ΑΞΕΣΟΥΑΡ - ΒΕΛΤΙΩΣΕΙΣ - ΕΠΙΣΚΕΥΕΣ

ΓΚΑΝΟΓΙΑΝΝΗ 75-77 ΖΩΓΡΑΦΟΥ, τηλ.2107488692, info@worldofbike.gr

70 Juniors Cup 2009 - Mountain bike

Λοιπά: Η χρήση κράνους από σκληρό υλικό, είναι υποχρεωτική για όλους τους συμμετέχοντες και στις προπονήσεις. Η συμμετοχή των αθλητών είναι με δική τους ευθύνη και οι οργανωτές δεν ευθύνονται σε περίπτωση απώλειας ή φθοράς ιδιωτικού υλικού. Ο οργανωτής θα λάβει όλα τα απαραίτητα μέτρα για την ασφαλή διοργάνωση του αγώνα. Σε περίπτωση ατυχήματος, ο οργανωτής θα προσφέρει - μέσω του ιατρικού προσωπικού, πρώτες βοήθειες σε καθέναν, που τις έχει ανάγκη. Για οτιδήποτε δεν προβλέπεται από την παρούσα, αποφασίζει επιτόπου η Αγωνόδικος Επιτροπή.

ΠΡΟΣΟΧΗ: ΔΗΛΩΣΕΙΣ ΣΥΜΜΕΤΟΧΗΣ ΔΕΚΤΕΣ, ΜΕΧΡΙ ΠΕΜΠΤΗ, 12 ΝΟΕΜΒΡΙΟΥ, στο FAX. 210-7779954

Ή στο e-mail thiseasclub@gmail.com

σε έγγραφο των σωματείων τους, όπου θα αναγράφεται το ονοματεπώνυμο, η **κατηγορία** και ο **αριθμός δελτίου** κάθε συμμετέχοντα. Δηλώσεις συμμετοχής με ελλιπή στοιχεία **ΔΕΝ** θα γίνονται δεκτές. Μετά την λήξη της προθεσμίας των δηλώσεων, συμμετοχές θα γίνονται δεκτές, μόνο κατόπιν συνενόησης με την Οργανωτική Επιτροπή. Για τα σωματεία εκτός Νομού Αττικής και για περιορισμένο αριθμό σωματείων, θα δωθεί οικονομική ενίσχυση οδοιπορικών, κατόπιν προηγούμενης συμφωνίας με τον υπεύθυνο οργάνωσης, με απαραίτητη προσκόμιση Γραμμάτιου Εισπράξεως του σωματείου.

Παραλαβή Αριθμών: Στον χώρο εκκίνησης, ως και **30'** πριν την έναρξη κάθε κατηγορίας.

Επίσημη Προπόνηση: Την ημέρα των αγώνων, από **11.30** μέχρι **13.00**

Αποτελέσματα: Τα επίσημα αποτελέσματα, θα ανακοινωθούν στον χώρο της Γραμματείας Αγώνων με το πέρας των αγώνων, ενώ θα αναρτηθούν την επομένη του αγώνα στην ιστοσελίδα του Ομίλου μας: **www.thiseas-sportsclub.gr**

Υπευθυνος Οργάνωσης - Πληροφορίες: Κωνσταντόπουλος Δημήτρης τηλ. 6944-526247, 210-7488692



WORLD OF BIKE SHOP

Ό,τι καλύτερο για τους ποδηλάτες



CICLOSPORT



BODY SCANNING CRM



WORLD OF BIKE SHOP

ΠΟΔΗΛΑΤΑ - ΑΞΕΣΟΥΑΡ - ΒΕΛΤΙΩΣΕΙΣ - ΕΠΙΣΚΕΥΕΣ

ΓΚΑΝΟΓΙΑΝΝΗ 75-77 ΖΩΓΡΑΦΟΥ, τηλ.2107488692, info@worldofbike.gr