



**CYPRUS**  
**DOWNHILL**  
**CLUB**

ΠΟΔΗΛΑΤΙΚΗ ΚΑΤΑΒΑΣΗ ΚΥΠΡΟΥ  
CYPRUS DOWNHILL CLUB

# ΑΓΩΝΑΣ ΚΑΤΑΒΑΣΗΣ

“ΛΥΜΠΙΑ”

ΕΙΔΙΚΟΙ ΟΡΟΙ ΚΑΙ ΚΑΝΟΝΙΣΜΟΙ

ΑΓΩΝΑ



## **ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΑ**

- Εισαγωγή
- Γενικοί Όροι Κανονισμοί
- Τεχνικά Χαρακτηριστικά Αγώνα
- Όροι Συμμετοχης
- Αγώνας
- Κριτές
- Λοιποί Όροι Κανονισμοί

## **ΠΡΟΣΘΗΚΕΣ**

1. Διαδρομή Αγώνα.
2. Θέσεις κριτών.
3. Σχέδιο Πρώτων Βοηθειών.
4. Υπεύθυνη Δήλωση Συμμετεχοντων.
5. Υπεύθυνη Δήλωση Γονέα ή Κηδεμόνα Ανηλικου.



1. Οι παρακάτω όροι και κανονισμοί γράφτηκαν με σκοπό να εφαρμοστούν κατά την διεξαγωγή της διοργάνωσης του Αγώνα Κατάβασης – ΛΥΜΠΙΑ.

## 2. Ερμηνεία λέξεων

**Αγώνας:** 3<sup>ος</sup> (ΤΕΛΙΚΟΣ) Αγώνας Κατάβασης Κυπέλλου - ΛΥΜΠΙΑ

**Διοργανωτής:** ΠΟΔΗΛΑΤΙΚΗ ΚΑΤΑΒΑΣΗ ΚΥΠΡΟΥ

και οι εκπρόσωποι αυτού.

**Συμμετέχοντας:** Σημαίνει οποιοδήποτε ποδηλάτη λαμβάνει μέρος στον αγώνα

**DHi:** Ακρωνύμια των λέξεων “Downhill individual”: Αυτό σημαίνει ότι ο αθλητής αγωνίζεται ενάντια στον χρόνο μόνος του.

**Εξοπλισμός:** Οτιδήποτε χρησιμοποιεί ο συμμετέχοντας στην επίσημη προπόνηση και τον αγώνα.

**Μονοήμερη άδεια:** Είναι η άδεια η οποία είναι αποδεικτικό έγγραφο ότι ο κάτοχος της δικαιούται να λάβει μέρος στον αγώνα.

**Κανονισμοί/οι:** Σημαίνει τους παρακάτω κανονισμούς που αναφέρονται στο παρών κείμενο



## ΓΕΝΙΚΟΙ

# ΟΡΟΙ ΚΑΙ ΚΑΝΟΝΙΣΜΟΙ

### **3. Εφαρμογή των κανονισμών**

- 3.1** Οι παρακάτω κανονισμοί τίθενται σε ισχύ από την στιγμή που ξεκινά επίσημα ο αγώνας μέχρι και την στιγμή της επίσημης λήξης του από τον αλυτάρχη.
- 3.2** Οι κανονισμοί πρέπει να ακολουθούνται πιστά από όλους όσους λαμβάνουν μέρος στην διοργάνωση του αγώνα.
- 3.3** Όπου ένα θέμα δεν καλύπτεται από κάποιον κανονισμό τότε θα ισχύει ο κανονισμός της Κυπριακής Ομοσπονδίας Ποδηλασίας ή της UCI.

### **4. Παραβίαση των κανονισμών**

- 4.1** Όποιος συμμετέχοντας αγνοεί και/ή παραβιάζει οποιοδήποτε και/ή οποιουδήποτε και/ή όλους τους κανονισμούς, δεν θα επιτρέπεται να συμμετάσχει στον αγώνα και/ή θα αποκλειστεί από τον αγώνα και/ή μπορεί να του ζητηθεί ανά πάσα στιγμή από τον διοργανωτή και/ή εκπροσώπους αυτού, να εγκαταλείψει αμέσως τον αγωνιστικό χώρο.
- 4.2** Δεν θα επιστραφούν σε κανένα συμμετέχοντα οποιαδήποτε χρήματα από την εγγραφή και/ή την ασφάλεια και/ή οποιαδήποτε άλλη πληρωμή εν σχέση με την διοργάνωση, εάν αυτός παραβιάσει οποιοδήποτε κανονισμό και αποκλειστεί και/ή αποβληθεί από τον αγώνα.

## **5. Επισημάνσεις**

- 5.1** Ο διοργανωτής έχει ευθύνη να διεξάγει μια λογικά πρακτικά ασφαλή διοργάνωση.
- 5.2** Ο αγώνας είναι τεχνικά δύσκολος και πιθανόν τραυματισμός και/ή θάνατος μπορεί να επέλθουν σε οποιοδήποτε συμμετέχοντα και/ή ζημιές και/ή καταστροφή στον εξοπλισμό αυτού.
- 5.3** Συμμετέχοντας που υπογράφει την υπεύθυνη δήλωση (**προσθήκη 4**) κατά την εγγραφή του στον αγώνα, δηλώνει υπεύθυνα ότι, λαμβάνει μέρος στον αγώνα με δικό του ρίσκο και ότι έχει πλήρη επίγνωση ότι ο αγώνας είναι τεχνικά δύσκολος και πιθανόν τραυματισμοί και/ή θάνατος μπορεί να επέλθουν στον ίδιο τον συμμετέχοντα και/ή ζημιές και/ή καταστροφή στον εξοπλισμό αυτού, καθ' οιονδήποτε στιγμή που αυτός προπονείται κατά την επίσημη προπόνηση και/ή τον αγώνα.
- 5.4** Κανένας συμμετέχοντας δεν πρέπει να δοκιμάζει οποιοδήποτε εμπόδιο που βρίσκεται εντός της διαδρομής το οποίο δεν νιώθει ότι είναι ικανός να το περάσει.
- 5.5** Ο διοργανωτής δεν εξαναγκάζει κανένα συμμετέχοντα να δοκιμάσει να περάσει οποιοδήποτε εμπόδιο το οποίο βρίσκεται εντός της διαδρομής του αγώνα και για το οποίο ο συμμετέχοντας δεν νιώθει ικανός να το περάσει ποδηλατώντας χωρίς να τραυματιστεί και/ή να πεθάνει. Εις περίπτωση που σε ένα εμπόδιο δεν υπάρχει εναλλακτική διαδρομή ο συμμετέχοντας συνιστάται όπως περάσει το εμπόδιο περπατώντας εάν νιώθει ότι δεν είναι ικανός να το περάσει ποδηλατώντας.
- 5.6** Συμμετέχοντας ο οποίος τραυματίζεται και/ή πεθαίνει κατά την επίσημη προπόνηση και/ή τον αγώνα, από την στιγμή που παρουσιάζει αντίγραφο ασφαλιστηρίου που του παρέχει ασφαλιστική κάλυψη ως αυτή αναφέρεται στη παράγραφο **12.1** ή εξασφαλίζει ασφαλιστική κάλυψη την ημέρα του αγώνα κατά την εγγραφή, τυχόν ιατρικά έξοδα και/ή έξοδα μόνιμης παραλυσίας και/ή έξοδα θανάτου με τα οποία θα επιβαρυνθεί λόγω του ατυχήματος, θα καλυφθούν από την ασφαλιστική εταιρία και όχι

από τον διοργανωτή και/ή οποιοδήποτε άλλο τρίτο πρόσωπο, σωματείο και/ή ομοσπονδία. Ο διοργανωτής δεν έχει υποχρέωση να καλύψει οποιαδήποτε ζημιά υποστεί ο συμμετέχοντας κατά την επίσημη προπόνηση και/ή κατά των αγώνων.

**5.7** Ο διοργανωτής δεν φέρει καμιά ευθύνη για οποιαδήποτε ιατρικό λάθος και/ή αμέλεια εξ υπαιτιότητας των πρώτων βοηθών και/ή του ιατρού και/ή του ιατρικού προσωπικού, κατά την στιγμή που προσφέρουν τις υπηρεσίες τους σε συμμετέχοντα που τραυματίστηκε στην διάρκεια της διοργάνωσης.

**5.8** Ο διοργανωτής δεν είναι υπεύθυνος να ελέγξει την κατάσταση του ποδηλάτου και/ή του εξοπλισμού ενός συμμετέχοντα για να διαπιστώσει εάν αυτός είναι σε καλή και λειτουργήσιμη και ασφαλή κατάσταση και ότι είναι κατάλληλος για τον αγώνα. Ο κάθε συμμετέχοντας είναι υπεύθυνος να ελέγξει τον εξοπλισμό του πριν τον αγώνα για να διαπιστώσει εάν αυτός βρίσκεται σε καλή και λειτουργήσιμη και ασφαλή κατάσταση και ότι είναι κατάλληλος για τον αγώνα. Εις περίπτωση που συμμετέχοντας τραυματιστεί και/ή πεθάνει λόγω ελαττωματικού και/ή μη ασφαλή εξοπλισμού, ο διοργανωτής δεν φέρει καμιά ευθύνη.

**5.9** Σε περίπτωση που ο διοργανωτής εντοπίσει τυχαία ότι ο εξοπλισμός ή μέρος του εξοπλισμού του συμμετέχοντα δεν είναι ασφαλής και/ή κατάλληλος για να χρησιμοποιηθεί στον αγώνα, τότε ο συμμετέχοντας πρέπει να σεβαστεί την απόφαση του διοργανωτή να μην του επιτρέψει να συμμετάσχει στον αγώνα για λόγους ασφαλείας.

**5.10** Οι διοργανωτές δεν ευθύνονται για οποιοδήποτε τραυματισμό και/ή θάνατο του συμμετέχοντα και/ή καταστροφή και/ή ζημιά στον εξοπλισμό αυτού, λόγω αλλαγής της μορφολογίας της διαδρομής από φυσικά φαινόμενα και/ή από την παρατεταμένη χρήση της διαδρομής κατά την διάρκεια της επίσημης προπόνησης και/ή του αγώνα.



## **ΤΕΧΝΙΚΑ ΧΑΡΑΚΤΗΡΙΣΤΙΚΑ ΑΓΩΝΑ** **ΚΑΙ ΧΡΟΝΟΔΙΑΓΡΑΜΜΑ**

### **6. Τεχνικές λεπτομέρειες αγώνα**

**6.1 Είδος αγώνα:** “Cycling for All” DHi - 2 δύο χρονομετρημένες προσπάθειες.

**6.2 Άδεια συμμετοχής:** Ο αγώνας είναι ελεύθερης συμμετοχής.

**6.3 Βαθμοί UCI:** Δεν δίνονται βαθμοί UCI σε κανένα συμμετέχοντα.

**6.4 Κατηγορίες:** Έφηβοι 16-18 ετών ,  
Άνδρες 19-30 ετών  
Άνδρες 31-40 ετών  
Άνδρες 41+

**6.5 Βραβείο:** Έπαθλα θα δοθούν στα 3 άτομα από κάθε κατηγορία με τον μικρότερο χρόνο. Οι διοργανωτές διατηρούν το δικαίωμα να δώσουν οποιοδήποτε άλλο βραβείο επιθυμούν στους αθλητές.

**6.6 Τοποθεσία αγώνα:** Πίστα Καταβάσεων ΛΥΜΠΙΑ – Βουνό Βυζατζερη– Χωριό ΛΥΜΠΙΑ– Λάρνακα – Κύπρος.

**6.7 Γεωμορφολογία:** Έδαφος πετρώδες αραιο πευκοδάσος με χαμηλή βλάστηση .

**6.8 Διαδρομή:** 1300m

**6.9 Υψομετρική διαφορά:** 230μέτρα .

**6.10 Περιληπτική περιγραφή διαδρομής:** Η διαδρομή χαρακτηρίζεται από την μέτρια κατωφέρεια και ταχύτητα καθώς και τεχνικά κομμάτια.(στενά-πλατιά τμήματα,ιδιοκατασκευές)

**6.11 Εναλλακτικές διαδρομές:** Υπάρχουν ορισμένα σημεία στην διαδρομή τα οποία, κατά την άποψη του διοργανωτή, μπορεί να μην είναι προσιτά από όλους λόγω της ικανότητας που χρειάζεται να καταβάλει ένας συμμετέχοντας για να τα περάσει με επιτυχία αφού είναι τεχνικά δύσκολα. Σε αυτά τα σημεία θα υπάρχει μια εύκολη εναλλακτική διαδρομή η οποία όμως θα προσθέτει χρόνο στον αθλητή που θα την προτιμά. Με αυτό τον τρόπο ο αγώνας γίνεται προσιτός για περισσότερο κόσμο που θέλει να λάβει μέρος και που όμως δεν θέλει να ρισκάρει δύσκολα σημεία όπως πηδήματα και drops, όμως η πρόσθεση χρόνου είναι ένα δίκαιο μέτρο απέναντι σε εκείνους που θα ρισκάρουν να περάσουν από τα δύσκολα σημεία. Οι διαδρομές αυτές θα είναι μαρκαρισμένες με διαφορετική σήμανση για να μην δημιουργείται σύγχυση στους συμμετέχοντες.

## **7. Χρονοδιάγραμμα**

**7.1** Το χρονοδιάγραμμα της διοργάνωσης θα τηρηθεί αυστηρά.

**7.2 Εγγραφές:** 08:00 – 08:45.

**7.3 Ενημέρωση συμμετεχόντων:** 08:45 – 09:00.

**7.4 Επιθεώρηση διαδρομής αγώνα από τους συμμετέχοντες θα γίνει το Σάββατο 15 /2/ 2013 μεταξύ 16 00- 18 00**

**7.5 Επίσημη προπόνηση:** 09:30 – 11:00

**7.6 Μεταφορά αθλητών και ποδηλάτων πριν τον αγώνα:** 11: 30 – 12:00.

**7.7 Εκκίνηση αγώνα:** 12:30 – μέχρι πέρας αγώνα.

**7.8 Σηματοδότηση διαδρομής αγώνα:** Η διαδρομή του αγώνα θα είναι πλήρως σηματοδοτημένη πριν την επίσημη προπόνηση.

**7.9 Κριτές, κομισάριος εκκίνησης και κομισάριος τερματισμού:** Οι κριτές, ο κομισάριος εκκίνησης μαζί με τον βοηθό του και ο κομισάριος τερματισμού θα πρέπει να βρίσκονται στις θέσεις του 30 λεπτά πριν την έναρξη της επίσημης προπόνησης. Κανένας δεν μπορεί να φύγει από την θέση του πριν την λήξη του αγώνα εάν δεν αντικατασταθεί από άλλο πρόσωπο και όχι πριν ενημερώσει τον διοργανωτή. Τα προαναφερθέν πρόσωπα μπορούν να



εγκαταλείψουν τις θέσεις τους μόνο μετά την επίσημη λήξη του αγώνα από τον αλυτάρχη του αγώνα.

**7.10 Χρονομετρητές και γραμματεία:** Οι χρονομετρητές και η γραμματεία πρέπει να βρίσκονται στις θέσεις του 20 λεπτά πριν την εκκίνηση του αγώνα.



## **ΟΡΟΙ ΣΥΜΜΕΤΟΧΗΣ**

### **8. Ενημέρωση συμμετοχής**

**8.1** Οι συμμετέχοντες πρέπει να ενημερώσουν έγκαιρα τον διοργανωτή για την πρόθεση συμμετοχής τους. Τελευταία ημέρα ενημέρωσης συμμετοχής είναι την Παρασκευή 03/10/14 και ώρα 23:59. Η πρόθεση συμμετοχής πρέπει να αποστέλλετε γραπτώς στην ηλεκτρονική διεύθυνση [mtbcyprus@gmail.com](mailto:mtbcyprus@gmail.com) στο <http://cyprusdownhill.com/> και θα ολοκληρώνεται την ημέρα του αγώνα.

### **9. Ηλικία συμμετεχόντων**

**9.1** Για να συμμετάσχει κάποιος στον αγώνα πρέπει να είναι ηλικίας 16 ετών και άνω για τα αγόρια και 18 ετών και άνω για τα κορίτσια.

**9.2** Οι άνδρες συμμετέχοντες που είναι 16-18 ετών θα πρέπει να συνοδεύονται από τον γονέα ή τον νόμιμο κηδεμόνα τους ο οποίος θα περπατήσει μαζί τους την διαδρομή κατά την επιθεώρηση της από τους αθλητές και όταν δει την διαδρομή θα πρέπει, αν συγκατατίθεται να αγωνιστεί το παιδί του στον αγώνα, να υπογράψει την υπεύθυνη δήλωση.

## **10. Εγγραφή**

- 10.1** Ο κάθε συμμετέχοντας θα πρέπει να εγγραφεί και να πληρώσει €20 ως αντίτιμο της εγγραφής του για να συμμετάσχει στον αγώνα.  
+ €5 για την μονοήμερη άδεια (Κ.Ο.ΠΟ)
- 10.2** Πρέπει επίσης να συμπληρώσει την υπεύθυνη δήλωση.

## **11. Φυσική κατάσταση**

- 11.1** Είναι ευθύνη κάθε συμμετέχοντα να ελέγξει την φυσική του κατάσταση και την υγεία του γενικότερα πριν δηλώσει συμμετοχή στον αγώνα.
- 11.2** Είναι υποχρεωτικό για όσους προτίθενται να συμμετέχουν στον αγώνα όπως προσκομίσουν ιατρικό πιστοποιητικό από ένα ιατρό στο οποίο να αναγράφεται ότι ο συμμετέχοντας έχει καλή φυσική κατάσταση και είναι ικανός από πλευράς υγείας για να συμμετάσχει στον αγώνα ή να κατέχει δελτίο υγείας αθλητή.

## **12. Ασφάλιση συμμετεχόντων**

- 12.1** Ο κάθε συμμετέχοντας πρέπει να είναι κάτοχος ασφαλιστηρίου εγγράφου το οποίο να καλύπτει επαρκώς ιατρικά έξοδα, μόνιμη παραλυσία και θάνατο σε περίπτωση ατυχήματος κατά την συμμετοχή του σε αγώνα ποδηλασίας.
- 12.2** Ο κάθε συμμετέχοντας πρέπει:
- α) Ή να είναι κάτοχος ασφαλιστηρίου εγγράφου το οποίο θα επισυνάψει κατά την εγγραφή και να καλύπτει αυτά που αναφέρονται στη παράγραφο **12.1**
  - β) Ή να πληρώσει το ποσό των €25 ευρώ και να αποκτήσει μονοήμερη κάλυψη από την ασφαλιστική εταιρία που θα βρίσκεται παρών κατά την εγγραφή και θα εκδίδει ασφαλιστική κάλυψη για τον αγώνα. Η εν λόγω ασφαλιστική κάλυψη θα ισχύει μόνο κατά την επίσημη προπόνηση και τον αγώνα και νοουμένου ότι ο συμμετέχων φέρει τον υποχρεωτικό εξοπλισμό, όπως αυτός αναφέρεται στην παράγραφο **19** κατά την επίσημη προπόνηση και

τον αγώνα και νοουμένου ότι δεν παραβιάζει τους παρών κανονισμούς.

**12.3** Η ασφαλιστική κάλυψη η οποία θα προσφέρετε έναντι του κόστους που αναφέρεται στην παράγραφο **12.2 (β)** θα καλύπτει τα εξής ποσά:

- α ) €50 - €2500 ευρώ ιατρικά έξοδα
- β ) €50 - €10.000 ευρώ για μόνιμη αναπηρία
- γ ) €50 - €10.000 ευρώ για θάνατο

### **13. Άδεια**

**13.1** Η μονοήμερη άδεια θα εκδίδεται από εκπρόσωπο της Κυπριακής Ομοσπονδίας Ποδηλασίας.

**13.2** Σε οποιοδήποτε συμμετέχοντα δεν δοθεί η εν λόγω μονοήμερη άδεια, δεν θα μπορεί να συμμετάσχει στην επίσημη προπόνηση και τον αγώνα.

**13.3** Για να εκδοθεί μονοήμερη άδεια σε ένα συμμετέχοντα αυτός πρέπει να παρουσιάσει κατά την εγγραφή τα ακόλουθα:

- 1) Ταυτότητα, διαβατήριο ή πιστοποιητικό γέννησης επί του οποίου να φαίνεται η ημερομηνία γέννησης.
- 2) Να υπογράψει την υπεύθυνη δήλωση.
- 3) Να παρουσιάσει αντίγραφο ασφαλιστηρίου εγγράφου που να πληρεί τα απαιτούμενα ως αυτά αναφέρονται στην παράγραφο **12.1** ή να αγοράσει ασφαλιστική κάλυψη κατά την ημέρα του αγώνα από τον χώρο εγγραφής.
- 4) Να πληρώσει το αντίτιμο των €25 ευρώ για την συμμετοχή του στον αγώνα.

**13.4** Όποιος τρέξει στον αγώνα χωρίς την μονοήμερη άδεια, η συμμετοχή του είναι άκυρη.

**13.5** Ο κάτοχος της άδειας πρέπει να παρουσιάσει αυτή όταν του ζητηθεί είτε από τον διοργανωτή ή από οποιοδήποτε αντιπρόσωπο της Κυπριακής Ομοσπονδίας Ποδηλασίας.

**13.6** Η μονοήμερη άδεια εκδίδεται μόνο στο πρόσωπο στο οποίο απευθύνεται και μπορεί να χρησιμοποιηθεί μόνο από αυτό.

**13.7** Η μονοήμερη άδεια μπορεί να ανακαλεστεί από την Κυπριακή Ομοσπονδία Ποδηλασίας και να πάψει να ισχύει εάν συμμετέχοντας στον οποίο εκδόθηκε παραβεί τους κανονισμούς.



## **ΑΓΩΝΑΣ**

### **14. Νούμερο αγώνα**

**14.1** Νούμερα συμμετοχής θα δίδονται στον χώρο εγγραφής. Είναι η ευθύνη των συμμετέχοντων να μεταβούν στον χώρο εγγραφής για να πάρουν το νούμερο συμμετοχής τους.

**14.2** Ο κάθε συμμετέχοντας πρέπει να τοποθετήσει το ένα νούμερο συμμετοχής μπροστά στις μπάρες του ποδηλάτου του και ένα στην πλάτη πριν να ξεκινήσει να προπονείται κατά την επίσημη προπόνηση.

**14.3** Τα νούμερα συμμετοχής πρέπει να είναι ορατό κατά την προπόνηση και τον αγώνα.

**14.4** Chip χρονομέτρησης τοποθετείται σε ένα από τα δυο πόδια της μπροστινής ανάρτησης όσο πιο χαμηλά το επιτρέπει η ανάρτηση. Ο αθλητής οφείλει να βεβαιωθεί ότι το chip χρονομέτρησης έχει δεθεί καλά στην ανάρτηση με τουλάχιστον δυο πλαστικές δέστρες(cable tie) οι οποίες θα διατιθενται από τον διοργανωτή. Σε περίπτωση απώλειας του chip χρονομέτρησης ο αθλητής οφείλει να πληρώσει την αξία του στον διοργανωτή, η οποία ανέρχεται στο ποσό των 100 ευρώ/chip.

### **15. Εκκίνηση**

**15.1** Ο κομισάριος εκκίνησης είναι ο άμεσα υπεύθυνος για την εκκίνηση των συμμετεχόντων τόσο κατά την επίσημη προπόνηση όσο και κατά τον αγώνα.

**15.2** Ο κομισάριος εκκίνησης θα έχει ακόμα ένα πρόσωπο στον χώρο της εκκίνησης ως βοηθό του.

**15.3** Ο κομισάριος εκκίνησης είναι υπεύθυνος για να επικοινωνήσει με τους χρονομέτρους για το πότε θα δοθεί η εκκίνηση έτσι ώστε να αρχίσει το χρονόμετρο.

**15.4** Ο κομισάριος εκκίνησης πρέπει να ενημερώνει τους χρονομετρητές και την γραμματεία ποιός αθλητής θα εκκινήσει κάνοντας αναφορά στο νούμερο τους.

**15.5** Αντίστροφη μέτρηση: 1λεπτό,30δευτ.15δευτ.10δευτ.5,4,3,2,1,Go.Αθλητής που ξεκινά πριν το GO θα τιμωρείται με 3 δευτ.με 3 δευτ.περισσότερα από τον χρόνο που ξεκίνησε πριν από το Go.Μόνος και αποκλειστικός υπεύθυνος για την πιο πάνω τιμωρία είναι ο κομισάριος εκκίνησης ο οποίος οφείλει να σημειώσει την παράβαση και να ενημερώσει το συντομότερο δυνατόν και όχι αργότερα από την ανακοίνωση των τελικών αποτελεσμάτων, στους χρονομέτρους και στον αλυτάρχη.Η απόφαση του είναι τελική και δεν υπόκειται σε ενστάσεις..

**15.6** Κάθε συμμετέχοντας θα έχει δικαίωμα εκκίνησης σε διάστημα ενός λεπτού από την ώρα εκκίνησης του προπορευόμενου συμμετέχοντα

**15.7** Όλοι οι συμμετέχοντες πρέπει να βρίσκονται κοντά στο σημείο εκκίνησης για να ακούν πότε είναι η σειρά τους να τρέξουν.

**15.8** Ο κομισάριος εκκίνησης έχει το δικαίωμα να μην επιτρέψει σε αθλητή να εκκινήσει εάν αυτός δεν φέρει τον αναγκαίο εξοπλισμό ή δεν υπακούσει στους κανονισμούς και/ή σε ενδείξεις του κομισάριου.

## **16.Αγώνας**

**16.1** Οι συμμετέχοντες πρέπει να αγωνίζονται στα πλαίσια των δυνατοτήτων τους.

**16.2** Οι συμμετέχοντες πρέπει να υπακούουν στις επισημάνσεις των κριτών.

**16.3** Εάν ένας συμμετέχων δεν μπορεί να συνεχίσει τον αγώνα τότε θα πρέπει να βγει εκτός της διαδρομής και να κατευθυνθεί προς τον χώρο τερματισμού όπου και θα πρέπει να ενημερώσει την γραμματεία ότι έχει εγκαταλείψει τον αγώνα.

**16.4** Όταν συμμετέχων δει κίτρινη σημαία από ένα κριτή τότε θα πρέπει να οδηγήσει προσεκτικά γιατί αυτό σημαίνει ότι υπάρχει ατύχημα σε κοντινή απόσταση.

**16.5** Όταν συμμετέχων δει κόκκινη σημαία από ένα κριτή τότε πρέπει να ελαττώσει ταχύτητα και να κατευθυνθεί πολύ αργά προς το σημείο τερματισμού για να μεταφερθεί στην εκκίνηση και να επαναλάβει την προσπάθειά του.

**16.6** Αθλητής ο οποίος εντοπίζει αθλητή σοβαρά τραυματισμένο χωρίς να υπάρχει άλλο πρόσωπο κοντά του, πρέπει να σταματήσει την προσπάθειά του και να ενημερώσει τον πλησιέστερο κριτή.

**16.7** Κανένας αθλητής δεν επιτρέπεται να εκκίνησει εάν υπάρχει τραυματισμένος συμμετέχοντας εντός της διαδρομής και δεν μπορεί να μετακινηθεί. Ο αγώνας θα συνεχιστεί μόνο όταν μετακινηθεί με ασφάλεια ο τραυματίας εκτός διαδρομής.

**16.8** Οποιοσδήποτε συμμετέχοντας τραυματιστεί κατά τον αγώνα και χρειάζεται βοήθεια, τότε πρέπει να φωνάξει του πιο κοντινού κριτή για να τον βοηθήσει. Δεν επιτρέπεται να βοηθηθεί αθλητής ο οποίος συγκρούστηκε και όμως επιθυμεί να συνεχίσει να αγωνίζεται.

**16.9** Οι συμμετέχοντες πρέπει να αγωνίζονται εντός της διαδρομής. Όποιος συμμετέχων βγει εκτός διαδρομής πρέπει, εάν επιθυμεί να συνεχίσει να αγωνίζεται, να μπει από το σημείο που βγήκε. Εάν δεν μπει από το ίδιο σημείο τότε θα ακυρώνεται.

## **17. Τερματισμός**

**17.1** Η περιοχή τερματισμού θα είναι καλά περικλειστη ώστε να αποτρέπεται η είσοδος οποιουδήποτε εντός αυτής και θα είναι επαρκής έτσι ώστε να μπορούν οι αθλητές να σταματούν με ασφάλεια.

**17.2** Η γραμμή τερματισμού πρέπει να είναι ευδιάκριτη από τους συμμετέχοντες.

**17.3** Στον χώρο του τερματισμού πρέπει να βρίσκονται οι χρονομέτρες και η γραμματεία για να καταγράφουν τον χρόνο κάθε αθλητή.

## **18 Συμπεριφορά αθλητών κατά την διοργάνωση.**

**18.1** Όλοι οι συμμετέχοντες πρέπει να συμπεριφέρονται σωστά και με αθλητοπρέπεια καθ' όλη την διοργάνωση.

**18.2** Δεν πρέπει να θέτουν την σωματική ακεραιότητα του οποιουδήποτε σε κίνδυνο.

**18.3** Οι συμμετέχοντες είναι υπεύθυνοι για οποιαδήποτε ατύχημα προκαλέσουν.

**18.4** Οι συμμετέχοντες πρέπει να αγωνίζονται με αθλητοπρέπεια και πρέπει να επιτρέπουν γρηγορότερους αθλητές να τους προσπερνούν χωρίς αυτοί να τους εμποδίσουν με καθ' οιονδήποτε τρόπο.

**18.5** Όταν ένας συμμετέχοντας βγει από την διαδρομή πρέπει να συνεχίσει τον αγώνα από το σημείο όπου βγήκε.

**18.6** Αθλητής που φτάνει προπορευόμενο αθλητή οφείλει να τον προσπεράσει σε σημείο που το επιτρέπει η διαδρομή χωρίς να θέσει σε κίνδυνο την σωματική ακεραιότητα οποιουδήποτε.

## **19 Ένδυση και προστατευτικός εξοπλισμός**

**19.1** Κράνος full-face (ενιαίο), και προστατευτικά γονάτων και αγκώνων (θώρακας για -18) είναι υποχρεωτικό να φοριούνται από τον συμμετέχοντα κατά την επίσημη προπόνηση και τον αγώνα. Κράνη με αφαιρούμενο προστατευτικό προσώπου δεν είναι αποδεκτά. Ο κομισάριος εκκίνησης πρέπει να επιβεβαιώνει ότι οι συμμετέχοντες φέρουν τον παραπάνω εξοπλισμό πριν τρέξουν στην πίστα και ότι το κράνος είναι καλά δεμένο στο κεφάλι του συμμετέχοντα.

**19.2** Οι διοργανωτές συστήνουν όπως οι συμμετέχοντες φέρουν επίσης;

- προστατευτικά σπονδυλικής στήλης και ώμων
- προστατευτικό λαιμού και σβέρκους
- προστατευτικό γοφών και μηρών
- γάντια που να καλύπτουν ολόκληρα τα δάκτυλα και την παλάμη.

## **20 Επίσημη Προπόνηση**

**20.1** Η επίσημη προπόνηση θα αρχίσει στις 09:30 και θα λήξει στις 11:00.

**20.2** Δεν επιτρέπεται οποιαδήποτε προπόνηση εντός της διαδρομής κατά την διεξαγωγή του αγώνα ή πριν την επίσημη ανακοίνωση για έναρξη της επίσημης προπόνησης.

**20.3** Κατά την επίσημη προπόνηση οι συμμετέχοντες πρέπει να προπονούνται με προσοχή και να σέβονται άλλους συμμετέχοντες.

**20.4** Οι συμμετέχοντες πρέπει να υπακούουν σε ενδείξεις των κριτών κατά την διάρκεια της επίσημης προπόνησης.

**20.5** Οι αργοί συμμετέχοντες πρέπει να επιτρέπουν γρηγορότερους συμμετέχοντες να τους προσπερνούν. Προσπεράσματα πρέπει να γίνονται μόνο σε ασφαλή σημεία. Πριν ένας συμμετέχοντας προσπεράσει κάποιον άλλον που βρίσκετε μπροστά του, πρέπει πρώτα να κάνει ξεκάθαρη την πρόθεση του, φωνάζοντας στον προπορευόμενο συμμετέχοντα.

**20.6** Όπου ένα συμμετέχοντας θέλει να παρατηρήσει ένα σημείο, θα πρέπει να το παρατηρήσει, μόνο από το πλάι της διαδρομής. Δεν πρέπει να στέκεται ακίνητος εντός της διαδρομής γιατί υπάρχει ο κίνδυνος να συγκρουστεί με άλλους αθλητές που έρχονται από πίσω. Όταν αποφασίσει να επανεκκινήσει πρέπει να είναι σίγουρος ότι δεν βρίσκεται κοντά του άλλος συμμετέχοντας με τον οποίο υπάρχει κίνδυνος να συγκρουστεί.



## 21 Τελετή Απονομής

21.1 Η τελετή απονομής θα γίνει λίγο μετά το πέρας του αγώνα.

21.2 Οι αθλητές που θα λάβουν μέρος στην απονομή θα πρέπει να φέρουν τις στολές με τις οποίες αγωνίστηκαν.



## ΚΡΙΤΕΣ

### 22 Κριτές

22.1 Οι διοργανωτές θα τοποθετήσουν σε κρίσιμα σημεία κριτές οι οποίοι είναι υπεύθυνοι να επιτηρούν τα εν λόγω σημεία και να διασφαλίζουν την ασφάλεια των αθλητών και των θεατών στο βαθμό του πρακτικά δυνατού.

22.2 Οι κριτές θα τοποθετηθούν στα σημεία όπως αυτά φαίνονται στη προσθήκη 2.

22.3 Οι κριτές θα φέρουν κίτρινα φωσφορούχα γιλέκα και θα κρατούν μία κόκκινη σημαία.

22.4 Οι κριτές θα είναι τοποθετημένοι κατά τρόπο που να έχουν οπτική επαφή μεταξύ τους.

22.5 Θα ενημερώνουν την άφιξη συμμετέχοντα στο σημείο όπου είναι υπεύθυνοι να επιτηρούν, με ένα δυνατό απότομο σφύριγμα.

22.6 Κριτές σε κρίσιμα σημεία θα κατέχουν ασύρματο.

22.7 Οι κριτές πρέπει να διασφαλίζουν ότι δεν βρίσκονται θεατές εντός της πίστας κατά την διεξαγωγή της επίσημης προπόνησης και του αγώνα.

22.8 Σε περίπτωση ατυχήματος:

α) όπου ο συμμετέχοντας απλά συγκρούστηκε χωρίς να πάθει κάτι και μπορεί να συνεχίσει ο κριτής πρέπει αμέσως μετά την σύγκρουση να σηκώσει την κίτρινη σημαία μέχρι να ανέβει πάνω στο ποδήλατο ο συμμετέχοντας και να συνεχίσει να αγωνίζεται. Σε καμία περίπτωση ο κριτής δεν πρέπει να παράσχει βοήθεια σε ένα συμμετέχοντα που συγκρούστηκε αλλά επιθυμεί να συνεχίσει τον αγώνα.

β) όπου ο συμμετέχοντας δεν μπορεί να συνεχίσει λόγω τραύματος ή ζημιάς στον εξοπλισμό αυτού και ως εκ τούτου θέλει να σταματήσει τον αγώνα, όμως δεν έχει τραύμα που να τον ακινητοποιεί, τότε ο κριτής πρέπει να ενεργήσει άμεσα ώστε ο συμμετέχων μαζί με τον εξοπλισμό του όπως βγουν εκτός πίστας έτσι ώστε η πίστα να καταστεί ασφαλή για τον επόμενο αθλητή.

γ) όπου ο συμμετέχοντας έχει υποστεί τραυματισμό που τον ακινητοποιεί τότε ο κριτής πρέπει αμέσως να σηκώσει κόκκινη σημαία. Ενημερώνει τον αμέσως πιο πάνω του κριτή να σηκώσει και εκείνος κόκκινη σημαία και να ειδοποιήσει αμέσως για παροχή πρώτων βοηθειών. Μέχρι να έρθουν οι πρώτοι βοηθοί ο κριτής πρέπει να μείνει κοντά στον αθλητή και να τον καθυσιάζει και να τον συμβουλεύει όπως παραμένει ακίνητος για να αποφευχθεί επιδείνωση τραύματος.

**22.9** Όλοι οι κριτές πρέπει να παρευρεθούν σε συνάντηση ενημέρωσης πριν τον αγώνα όπου και θα ενημερωθούν για τα καθήκοντα και τις υποχρεώσεις του.



**ΛΟΙΠΟΙ**  
**ΟΡΟΙ ΚΑΙ ΚΑΝΟΝΙΣΜΟΙ**

**23 Σχέδιο Πρώτων Βοηθειών.(προσθήκη 3)**

**23.1** Ο διοργανωτής έχει την ευθύνη να λάβει επαρκή μέτρα για την παροχή πρώτων βοηθειών.

**23.2** Θα υπάρχει ασθενοφόρο στον αγωνιστικό χώρο και ως επίσης ιατρικό και παραϊατρικό προσωπικό.

**23.3** Σε περίπτωση ατυχήματος σε δύσβατη περιοχή θα αναλάβει η ομάδα διασωσης που θα βρίσκεται στο χώρο, σε συνεννόηση παντα με το κέντρο συντονισμού έρευνας και διάσωσης.

**24 Κακές καιρικές συνθήκες**

**24.1** Σε περίπτωση που ο καιρός είναι πολύ κακός και δεν θα επιτρέπεται η διεξαγωγή και/ή συνέχιση του αγώνα, ο αλυτάρχης δύναται να ακυρώσει και/ή να αναστείλει για κάποιο χρονικό διάστημα τον αγώνα.

**25.Κατανομή Χωρου Αγώνα**

**25.1** Οργανωμένα σύνολα μπορούν να παρευρεθούν στον αγώνα και να τοποθετήσουν τέντα στο χωρο που θα τους υποδείξει ο διοργανωτής.

**25.2** Όλοι όσοι θέλουν να τοποθετήσουν τέντα στο χώρο θα πρέπει να ενημερώσουν τους διοργανωτές τουλάχιστον 4 μέρες πριν τον αγώνα.

---

**ΤΕΛΟΣ ΚΑΝΟΝΙΣΜΩΝ**

## Προσθήκη 4 - ΥΠΕΥΘΥΝΗ ΔΗΛΩΣΗ ΣΥΜΜΕΤΕΧΟΝΤΩΝ

### ΥΠΕΥΘΥΝΗ ΔΗΛΩΣΗ ΣΥΜΜΕΤΕΧΟΝΤΑ

Ο υποφαινόμενος (ονοματεπώνυμο).....  
λαμβάνω μέρος στον Αγώνα Κατάβασης LYMPIA, που διεξάγεται σήμερα στις 5 /10/ 2014 με δικό μου ρίσκο και δηλώνω υπεύθυνα ότι έχω πλήρη επίγνωση ότι ο αγώνας είναι τεχνικά δύσκολος και είναι πιθανόν να τραυματιστώ και/ή να πεθάνω από τυχόν πτώση που μπορεί να υποστώ κατά την επίσημη προπόνηση και/ή τον αγώνα. Επίσης δηλώνω υπεύθυνα ότι γνωρίζω, ότι λόγω της δυσκολίας του αγώνα μπορεί να υποστώ πτώση και να καταστραφεί ο εξοπλισμός μου.

Περαιτέρω δηλώνω υπεύθυνα ότι οι διοργανωτές με έχουν προειδοποιήσει ότι ο αγώνας είναι δύσκολος και ότι τραυματισμός και/ή θάνατος και/ή καταστροφή στον εξοπλισμό μου μπορεί να επέλθει λόγω πτώσης που μπορεί να προκληθεί λόγω της δυσκολίας του αγώνα.

Περαιτέρω οι διοργανωτές με ενημέρωσαν ότι εντός της διαδρομής βρίσκονται τεχνικά δύσκολα εμπόδια και με ενημέρωσαν ότι σε κάποια σημεία υπάρχουν εναλλακτικές διαδρομές που μπορώ να χρησιμοποιήσω εάν δεν επιθυμώ να ρισκάρω να υπερπηδήσω τα δύσκολα εμπόδια.

Είμαι υπεύθυνος να επιστρέψω το chip χρονομέτρησης και σε περίπτωση απώλειας του να πληρώσω το αντίτιμο στον διοργανωτή 100ευρώ/chip.

Επίσης δηλώνω υπεύθυνα ότι ο εξοπλισμός που χρησιμοποιώ είναι κατάλληλος και ασφαλής και θα αγωνιστώ στα πλαίσια των δυνατοτήτων μου.

Έχω διαβάσει και κατανοώ πλήρως τους Ειδικούς Όρους και Κανονισμούς του και δηλώνω υπεύθυνα ότι θα τους τηρώ ρητά καθ' όλη την διάρκεια της διοργάνωσης.

.....  
Υπογραφή συμμετέχοντα

.....  
Ονοματεπώνυμο

Ημερομηνία: **05/10/2014**

Σφραγίδα Διοργανωτή

**Προσθήκη 5 – ΥΠΕΥΘΥΝΗ ΔΗΛΩΣΗ ΓΟΝΕΑ Ή ΚΗΔΕΜΟΝΑ ΑΝΗΛΙΚΟΥ ΣΥΜΜΕΤΕΧΟΝΤΑ**

**ΥΠΕΥΘΥΝΗ ΔΗΛΩΣΗ  
ΓΟΝΕΑ Ή ΚΗΔΕΜΟΝΑ ΑΝΗΛΙΚΟΥ ΣΥΜΜΕΤΕΧΟΝΤΑ**

Ο υποφαινόμενος (ονοματεπώνυμο) .....γονέας/κηδεμόνας του ανήλικου συμμετέχοντα (ονοματεπώνυμο συμμετέχοντα) ..... δηλώνω υπεύθυνα ότι κατόπιν επιθεώρησης της διαδρομής και κατόπιν ενημέρωσης μου από τον διοργανωτή ότι ο αγώνας είναι τεχνικά δύσκολος και υπάρχει πιθανότητα να προκληθεί τραυματισμός και/ή θάνατος και/ή καταστροφή στον εξοπλισμό του υιού μου, επιτρέπω στον υιό μου όπως συμμετάσχει στον Αγώνα Κατάβασης – LYMPIA, που διεξάγεται σήμερα στις **05/10/2014**.

Περαιτέρω δηλώνω υπεύθυνα ότι έχω διαβάσει και κατάνοώ πλήρως τους Ειδικούς Όρους και Κανονισμούς του αγώνα.

.....  
Υπογραφή πατέρα/κηδεμόνα Ονοματεπώνυμο

Ημερομηνία: **05 /0/ 2014**

Σφραγίδα Διοργανωτή



