

Aronas
MTB XCO Race
16 Feb 2020
1st race of Cyprus
National MTB XCO Cup 2020

Info:
+357 96500036
nicosiacyclingacademy

Registrations:
nicosiacycling@gmail.com

Organizer:
Nicosia Cycling Team

Sponsors:




ΠΡΟΚΗΡΥΞΗ ΑΓΩΝΑ ΟΡΕΙΝΗΣ ΠΟΔΗΛΑΣΙΑΣ

Άρωνας MTB XCO 2020

Ο Ποδηλατικός Ομιλος Λευκωσίας διοργανώνει Αγώνα Ορεινής Ποδηλασίας τύπου MTB XCO την **Κυριακή, 16 Φεβρουαρίου 2020** γύρω από το ύψωμα Άρωνας στην περιοχή Αγλαντζίας.

Ο αγώνας αποτελεί τον 1^ο αγώνα Κυπέλλου Κύπρου Ορεινής Ποδηλασίας 2020 και βρίσκεται υπό την αιγίδα της Κυπριακής Ομοσπονδίας Ποδηλασίας. Ο αγώνας θα διεξαχθεί σύμφωνα με την Προκήρυξη Αγώνων 2020 της Κυπριακής Ομοσπονδίας Ποδηλασίας.

Ο αγώνας διεξάγεται γύρω από το ύψωμα του Άρωνα στην Αγλαντζιά, ενός πανέμορφου τόπου, πλούσιο σε χλωρίδα και πανίδα, ο οποίος προσφέρει στους κάτοικους της Λευκωσίας γρήγορη διέξοδο από το αστικό περιβάλλον και επαφή με την φύση και αποτελεί τα τελευταία χρόνια συνήθη χώρο προπόνησης της ομάδας και εκπαίδευσης της σχολής ποδηλασίας του Ποδηλατικού Ομίλου Λευκωσίας.

Ο αγώνας διοργανώνεται στη μνήμη του Τάσου Αναστασίου, όπως και ο πρώτος ποδηλατικός αγώνας που έγινε στον Άρωνα, το 1999, από τα παιδιά του.

Ιδιαίτερες ευχαριστίες στις υπεραγορές Αλφα Μέγα, το δικηγορικό γραφείο EYPrountzos&Prountzos LLC, τα ποτά Arizona Drinks και τον χορηγό επικοινωνίας μας Mix FM για την στήριξη των προσπαθειών του Ποδηλατικού Ομίλου Λευκωσίας για προώθηση του αθλητισμού καθώς και του ολυμπιακού πνεύματος και ιδεωδών στην νεολαία.

Ειδικοί κανονισμοί αγώνα

1- Κατηγορίες

Στον αγώνα μπορούν να συμμετάσχουν:

- όλες οι επίσημες κατηγορίες της Κυπριακής Ομοσπονδίας Ποδηλασίας (Αντρών, Εφήβων, Παίδων, Παμπαίδων, Γυναικών, Νεανίδων, Κορασίδων, Παγκορασίδων, Μάστερς 1-2-3 Άνδρες και Γυναίκες)
- αθλητές Cycling For All (Open) ως ακολούθως:
 - Cycling For All - κάτω των 19 ετών, Άντρες
 - Cycling For All - κάτω των 19 ετών, Γυναίκες
 - Cycling For All - 19+ ετών, Άντρες
 - Cycling For All - 19+ ετών, Γυναίκες

2- Διαδρομή

Κυκλική διαδρομή τύπου XCO, μήκους 5.6 χλμ. Κάθε στροφή έχει υψομετρική διαφορά 130 μέτρα. Η διαδρομή είναι γρήγορη, μέτριας τεχνικής δυσκολίας για έμπειρους ποδηλάτες.

Στον αγώνα μας συμπεριλάβαμε κατηγορίες Cycling for All, που απευθύνονται στους λάτρεις του ποδηλάτου, που θέλουν να δοκιμάσουν τη φυσική τους κατάσταση και τις τεχνικές τους ικανότητες σε μια διαδρομή ορεινής ποδηλασίας δίπλα από τη Λευκωσία, την οποία θα χρησιμοποιούν τακτικά για εκγύμναση. Ίσως χρειαστεί να κατεβούν από το ποδήλατο και να περπατήσουν στα ελάχιστα και πολύ μικρά σε μήκος, δύσκολα κομμάτια της διαδρομής.

Προτεινόμενοι γύροι ανά κατηγορία (Ο τελικός αριθμός θα ανακοινωθεί από τον Αλυτάρχη στο τεχνικό Συνέδριο):

- Άντρες: 6 γύροι
- Έφηβοι, Γυναίκες: 5 γύροι
- Παίδες, Νεανίδες: 4 γύροι
- Κορασίδες, Παμπαίδες, Παγκορασίδες: 3 γύροι
- Μάστερς 1 Άντρες, Μάστερς 2 Άντρες, Μάστερς 3 Άνδρες, Μάστερς 1 Γυναίκες, Μάστερς 2 Γυναίκες, Μάστερς 3 Γυναίκες: 3 Γύροι
- Ποδηλάτες Cycling For All (Open) :
 - Cycling For All - U19 άντρες, U19 γυναίκες: 2 γύροι
 - Cycling For All - 19+ ετών, Άντρες και Γυναίκες: 2 γύροι.

2Α- Εκκίνηση/Τερματισμός

Στο δάσος ευκαλύπτων μπροστά από τον λόφο Άρωνα, δίπλα από το δρόμο Αγλαντζιάς - Γερίου απέναντι από την ανατολική είσοδο του Εθνικού Δασικού Πάρκου Αθαλάσσιας.

Χάρτης Google maps: <https://tinyurl.com/aronasxco>

2B- Ζώνες Τροφοδοσίας και Τεχνικής Βοήθειας (Feed & Technical Assistance Zones)

Θα υπάρχουν 2 ζώνες τροφοδοσίας και τεχνικής βοήθειας:

Πλησίον του χώρου εκκίνησης/τερματισμού και στο 2,5 km της διαδρομής μετά το μονοπάτι στα υψώματα Δίδυμα.

2Γ- Χάρτης και Υψομετρικό γράφημα αγώνα

https://www.wikiloc.com/mountain-biking-trails/aronas-mtb-xc-2018-alphamega-race-23268982?fbclid=IwAR1WDHXFccfBi_spNxG4_ktEgGhsvDgg-jugOOqQ_f1tBEVdFrp71Y4NM5s



3- Πρόγραμμα Αγώνα

08:30 - 09:30	Εγγραφή και Παραλαβή αριθμών για τις κατηγορίες Παιδες, Παμπαίδες, Νεάνιδες, Κορασίδες, Παγκορασίδες, CfA U19 Κορίτσια και Αγόρια, CfA 19+ Άντρες και Γυναίκες.
09:00	Τεχνικό Συνέδριο
10:00	Αγώνας Κατηγοριών Παιδες, Παμπαίδες, Νεάνιδες, Κορασίδες, Παγκορασίδες, CfA U19 Αντρες και Γυναίκες.
10:00– 10: 30	Εγγραφή και Παραλαβή αριθμών για τις κατηγορίες Elite Άντρες και Γυναίκες, Έφηβοι, Μαστερς 1, 2 και 3 Άντρες και γυναίκες.
11:40	Απονομές πρώτου αγώνα
11:50	Staging Δεύτερου αγώνα
12:00	Αγώνας Κατηγοριών Εφηβοι, Νεάνιδες, Αντρες, Γυναίκες, Μάστερς 1,2 και 3, CfA 19+ Αντρες και Γυναίκες.
14: 00	Απονομές δεύτερου αγώνα

4- Δήλωση Συμμετοχής

Προεγγραφές στο email nicosiacycling@gmail.com μέχρι την **Τετάρτη, 12 Φεβρουαρίου 2020**.

5- Κόστος συμμετοχής

ΚΑΤΗΓΟΡΙΕΣ ΚΟΠΟ:

- Παμπαίδες, Παγκορασίδες, Παιδες, Κορασίδες, Έφηβοι, Νεάνιδες: €10,00
- Άντρες, Γυναίκες: €20,00
- Μάστερ 1-2-3 Άντρες και Γυναίκες: €25,00

ΚΑΤΗΓΟΡΙΕΣ ΚΟΠΟ:

- Cycling for All κάτω των 19 ετών: €10,00 (+€10,00 για έκδοση ημερήσιας άδειας ποδηλάτη)
- Cycling for All άνω των 19 ετών: €20,00 (+ €10,00 για έκδοση ημερήσιας άδειας ποδηλάτη)

Το κόστος συμμετοχής καταβάλλεται στη γραμματεία του αγώνα κατά την εγγραφή των αθλητών.

Για τους αθλητές κατηγορίας Cycling for All, η Κυπριακή Ομοσπονδία Ποδηλασίας έχει καθορίσει το ποσό των €10,00 για έκδοση ημερήσιας Άδειας Ποδηλάτη η οποία περιλαμβάνει και ασφάλισή τους έναντι τρίτου. Το κόστος Ημερήσιας Άδειας Ποδηλάτη καταβάλλεται μαζί με την συμμετοχή από τους αθλητές κατηγορίας Cycling for All στη γραμματεία την μέρα του αγώνα.

Αθλητής που δεν θα παραδώσει το chip χρονομέτρησης θα χρεώνεται με το κόστος αντικατάστασης του απολεσθέντος chip χρονομέτρησης : €80

6- Έπαθλα.

Θα βραβευτούν οι πρώτοι τρεις νικητές κάθε κατηγορίας και θα τους απονεμηθεί κύπελλο.

7- Αριθμοί αθλητών και Χρονομέτρηση

Ο αγώνας θα χρονομετρηθεί με τη χρήση συστήματος χρονομέτρησης με chip.

Ο εκπρόσωπος κάθε ομάδας θα παραλάβει το φάκελο με τα chip για τους αθλητές της ομάδας του.

Κάθε αθλητής της ΚΟΠΟ θα πάρει τον αριθμό που θα δοθεί από την ΚΟΠΟ για όλη τη χρονιά.

Οι συμμετέχοντες στην κατηγορία Cycling for All θα παραλάβουν κατά την εγγραφή τους φάκελο με τον αριθμό τους και chip για την χρονομέτρηση του αγώνα.

Ο αθλητής που θα απωλέσει ή δεν θα παραδώσει το chip που παρέλαβε κατά την εγγραφή του, θα επωμιστεί το κόστος του chip (€80).

8- Αποτελέσματα

Τα αποτελέσματα θα αναρτηθούν στην σελίδα του Ποδηλατικού Ομίλου Λευκωσίας στο <https://www.facebook.com/NicosiaCyclingAcademy>

9- Ιατρική κάλυψη - Πρώτες Βοήθειες

Ο αγώνας θα διεξαχθεί με την παρουσία ασθενοφόρου και γιατρού

Το πλησιέστερο νοσοκομείο είναι το Γενικό Νοσοκομείο Λευκωσίας

Τηλέφωνο: 22603000 - Google Maps: goo.gl/RXeCSg

10- Διοργανωτής

Ο αγώνας διοργανώνεται από τον Ποδηλατικό Όμιλο Λευκωσίας

Υπεύθυνος διοργάνωσης:

Δήμος Παλταγιάν

Στοιχεία Επικοινωνίας:

Τηλ: 96 500036 - 99 132532

nicosiacycling@gmail.com