



Ποδηλατικός Όμιλος Ι.Μ.Ταμασού

«ΑΓΙΟΣ ΜΝΑΣΩΝ»

ΠΡΟΚΗΡΥΞΗ ΑΓΩΝΑ ΟΡΕΙΝΗΣ ΠΟΔΗΛΑΣΙΑΣ

Ο ποδηλατικός όμιλος της Ιεράς Μητροπόλεως Ταμασού «ΑΓΙΟΣ ΜΝΑΣΩΝ» σε συνεργασία με το κοινοτικό συμβούλιο Λυθροδόντα και με την με την υποστήριξη του Εθελοντικού Τμήματος Εκτάκτων Αναγκών, διοργανώνει τον διεθνή Αγώνα Ορεινής Ποδηλασίας στην περιοχή Λεξέκο:

«LYTHRODONTAS MTB 2020 by Agios Mnasnon Cycling Club»

Την Κυριακή, 23 Φεβρουαρίου 2020

Ο αγώνας αποτελεί τον 2^ο αγώνα Κυπέλλου Ορεινής Ποδηλασίας Κύπρου 2020 και γίνεται υπό την αιγίδα της Κυπριακής Ομοσπονδίας Ποδηλασίας. Ο αγώνας Ανδρών, Γυναικών, Εφήβων και Νεανίδων θα είναι διεθνής αγώνας **UCI C3**.

Ο αγώνας θα διεξαχθεί σύμφωνα με την Προκήρυξη Αγώνων 2020 της Κυπριακής Ομοσπονδίας Ποδηλασίας.

Ειδικοί κανονισμοί αγώνα

1- Κατηγορίες

Στον αγώνα μπορούν να συμμετάσχουν:

- **UCI C3 αγώνας:**
Άνδρες , Γυναίκες, Έφηβοι & Νεάνιδες.
- **Κύπελλο Κύπρου ορεινής ποδηλασίας:**

Όλες οι επίσημες κατηγορίες της Κυπριακής Ομοσπονδίας Ποδηλασίας (Αντρών, Εφήβων, Παίδων, Παμπαίδων, Γυναικών, Νεανίδων, Κορασίδων, Παγκορασίδων Masters 1,2,3 Άνδρες & Masters 1,2,3 Γυναίκες).

- **CYCLING FOR ALL (OPEN RACE):**

U19 Αγόρια, U19 Κορίτσια, 19-39 Ανδρών, 19-39 Γυναικών, 40+ Ανδρών, 40+ Γυναικών.

2- Διαδρομή

Κυκλική διαδρομή μήκους 4.4km μέσα στο μαγευτικό δάσος Λυθροδόντα στην περιοχή Λεξέκο, η οποία περνά μέσα από αρκετά μονοπάτια και φυσικά, τεχνητά δρομάκια.

2α- Ζώνες Τροφοδοσίας

Θα υπάρχουν 3 ζώνες τροφοδοσίας

FEED ZONE 1,3 διπλό στο ίδιο σημείο (2.5km & 4.2km)

FEED ZONE 2 (3.70KM)

2β- Χρονομέτρηση

Η χρονομέτρηση θα γίνει με ατομικά chip. Τυχόν απώλεια του chip χρονομέτρησης θα χρεώνεται ο αθλητής η αθλήτρια που το χρησιμοποίησε με πρόστιμο €80.

3- Πρόγραμμα Αγώνα

ΣΑΒΒΑΤΟ 22 Φεβρουαρίου 2020

9:00 π.μ - 5:00μ.μ Unofficial training - ανεπίσημη προπόνηση στη διαδρομή του αγώνα

3:00μ.μ - 5:00μ.μ Εγγραφές, Παραλαβή αριθμών και chip χρονομέτρησης στο εστιατόριο «ΤΟ ΣΤΕΚΚΙ ΤΟΥ ΜΑΡΙΝΟΥ» στην πλατεία Λυθροδόντα. [Δείτε Χάρτη](#)

6:00 μ.μ Τεχνικό Συνέδριο- Team Managers Meeting στο εστιατόριο «ΤΟ ΣΤΕΚΚΙ ΤΟΥ ΜΑΡΙΝΟΥ» στην πλατεία Λυθροδόντα. [Δείτε Χάρτη](#)

Κυριακή 23 Φεβρουαρίου 2020

| | |
|-------|--|
| 8:45 | Staging πρώτου αγώνα για κατηγορίες: ΠΑΙΔΩΝ, ΚΟΡΑΣΙΔΩΝ, ΠΑΝΠΑΙΔΩΝ, ΠΑΝΚΟΡΑΣΙΔΩΝ |
| 09:00 | Εκκίνηση πρώτου αγώνα. |
| 10:25 | Staging δεύτερου αγώνα για κατηγορίες: Masters Men 1,2,3, Masters Women 1,2,3 Cycling For All categories |
| 10:40 | Εκκίνηση δεύτερου αγώνα |
| 12:00 | Απονομές πρώτου και δεύτερου αγώνα στο χώρο εκκίνησης/τερματισμού. |
| 12:15 | Staging τρίτου αγώνα για κατηγορίες: Ανδρών, Γυναικών, Εφήβων & Νεανίδων. |
| 12:30 | Εκκίνηση τρίτου αγώνα |
| 14:30 | Απονομές τρίτου αγώνα στο χώρο εκκίνησης/τερματισμού |

4- Δήλωση Συμμετοχής

Κατηγορίες ΚΟ.ΠΟ.

Προεγγραφές στο ag.mnason@gmail.com μέχρι την **Τετάρτη 20 Φεβρουαρίου 2020**.

Εγγραφές, Παραλαβή αριθμών και chip χρονομέτρησης το **Σάββατο 22/2** από τις 3:00μ.μ μέχρι τις 5:00μ.μ στο εστιατόριο «ΤΟ ΣΤΕΚΚΙ ΤΟΥ ΜΑΡΙΝΟΥ» στην πλατεία Λυθροδόνα. [Δείτε Χάρτη](#)

5- Κόστος συμμετοχής

- €20 για τις κατηγορίες Άντρες, Γυναίκες
- €25 για τις κατηγορίες Μάστερ 1, Μάστερ 2 & Master3
- 5€ για τις υπόλοιπες κατηγορίες ΚΟΠΟ
 - Cycling for All κάτω των 19 ετών €5,00 (+ €10,00 για έκδοση day license)
 - Cycling for All άνω των 19 ετών €20,00 (+ €10,00 για έκδοση day license)

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

5α- Ημερήσια Άδεια Ποδηλάτη (day license) από Κυπριακή Ομοσπονδία Ποδηλασίας (μόνο για κατηγορίες Cycling for all)

Για τους αθλητές κατηγορίας Cycling for all οι οποίοι δεν έχουν ετήσια άδεια (year license), η Κυπριακή Ομοσπονδία Ποδηλασίας έχει καθορίσει το ποσό των **€10,00** για έκδοση ημερήσιας άδειας ποδηλάτη(day license) και ασφάλισή τους έναντι τρίτου.

Το κόστος Ημερήσιας Άδειας Ποδηλάτη καταβάλλεται από τους αθλητές κατηγορίας Cycling For All που δεν έχουν ετήσια άδεια σε εκπρόσωπο της Κυπριακής Ομοσπονδίας Ποδηλασίας που τους εκδίδει την άδεια.

6- Ιατρική κάλυψη - Πρώτες Βοήθειες

Θα υπάρχει ασθενοφόρο και ιατρός. Ο αγώνας θα διεξαχθεί υπό την επίβλεψη του **ΕΘΕΛΟΝΤΙΚΟΥ ΤΜΗΜΑΤΟΣ ΕΚΤΑΚΤΩΝ ΑΝΑΓΚΩΝ** του **Συνδέσμου Εφέδρων Καταδρομέων (ΕΤΕΑ)** οι οποίοι θα επανδρώσουν τον αγώνα με κινούμενη μονάδα πρώτων βοηθών και ιατρό.

7- Έπαθλα

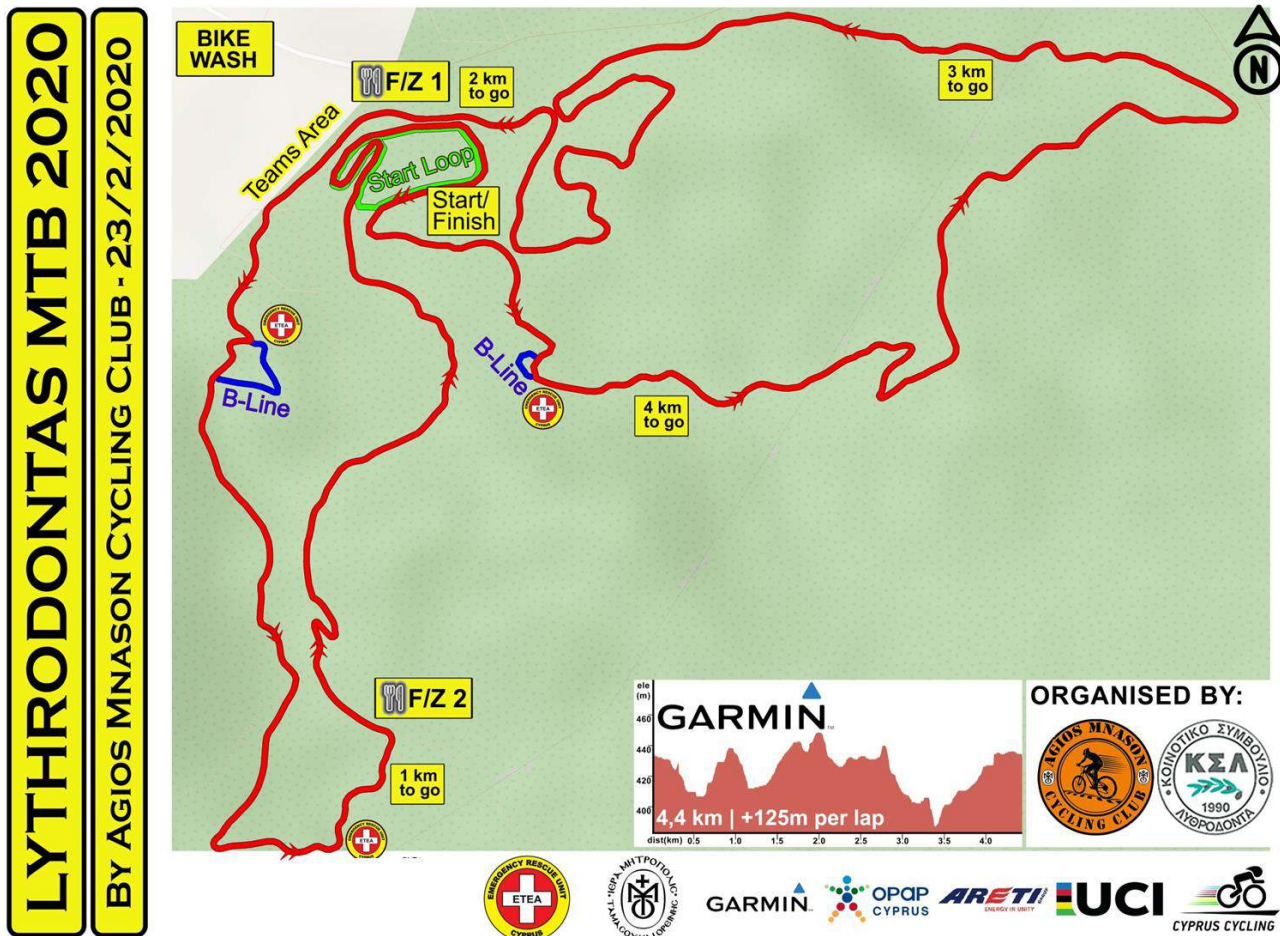
Θα βραβεύονται η 1^η θέση κάθε κατηγορίας με έπαθλο και μετάλλιο καθώς και η 2^η και 3^η θέση με αργυρά και χάλκινα μετάλλια.

8- Χάρτης και Υψομετρικό γράφημα αγώνα.

Σύνδεσμος στο διαδίκτυο:

Link on the internet:

<https://www.wikiloc.com/wikiloc/spatialArtifacts.do?event=setCurrentSpatialArtifact&id=46636806>



9- Πλησιέστερο Νοσοκομείο:

Γενικό Νοσοκομείο Λευκωσίας - [Map Link](#)

Τηλέφωνο: 22603000

10-Διοργανωτής

Ποδηλατικός Όμιλος Ι.Μ.Ταμασού «ΑΓΙΟΣ ΜΝΑΣΩΝ»

Email: ag.mnason@gmail.com

Tel:99654747