



Τεχνικός οδηγός

Ο Ποδηλατικός Όμιλος «ΑΓΙΟΣ ΜΝΑΣΩΝ», σε συνεργασία με το κοινοτικό συμβούλιο Λυθροδόντα, διοργανώνει στην περιοχή ΛΕΧΕΚΟ τον αγώνα UCI MTB XCO:

«LYTHRODONTAS UCI MTB RACE 2021 by Agios Mnason»

Την Κυριακή 25 Απριλίου 2021

Ο αγώνας για τους Άνδρες Elite, Έφηβους, Γυναίκες Elite και Νεάνιδες είναι αγώνας UCI κατηγορίας C3. Ο αγώνας αποτελεί επίσης τον πρώτο γύρο της σειράς Εθνικού Κυπέλλου MTB Κύπρου και θα διεξαχθεί σύμφωνα με τους κανονισμούς της UCI και της Κυπριακής Ομοσπονδίας Ποδηλασίας Κύπρου.

Ειδικοί Κανονισμοί

1- Κατηγορίες

Οι ακόλουθες κατηγορίες μπορούν να ανταγωνιστούν:

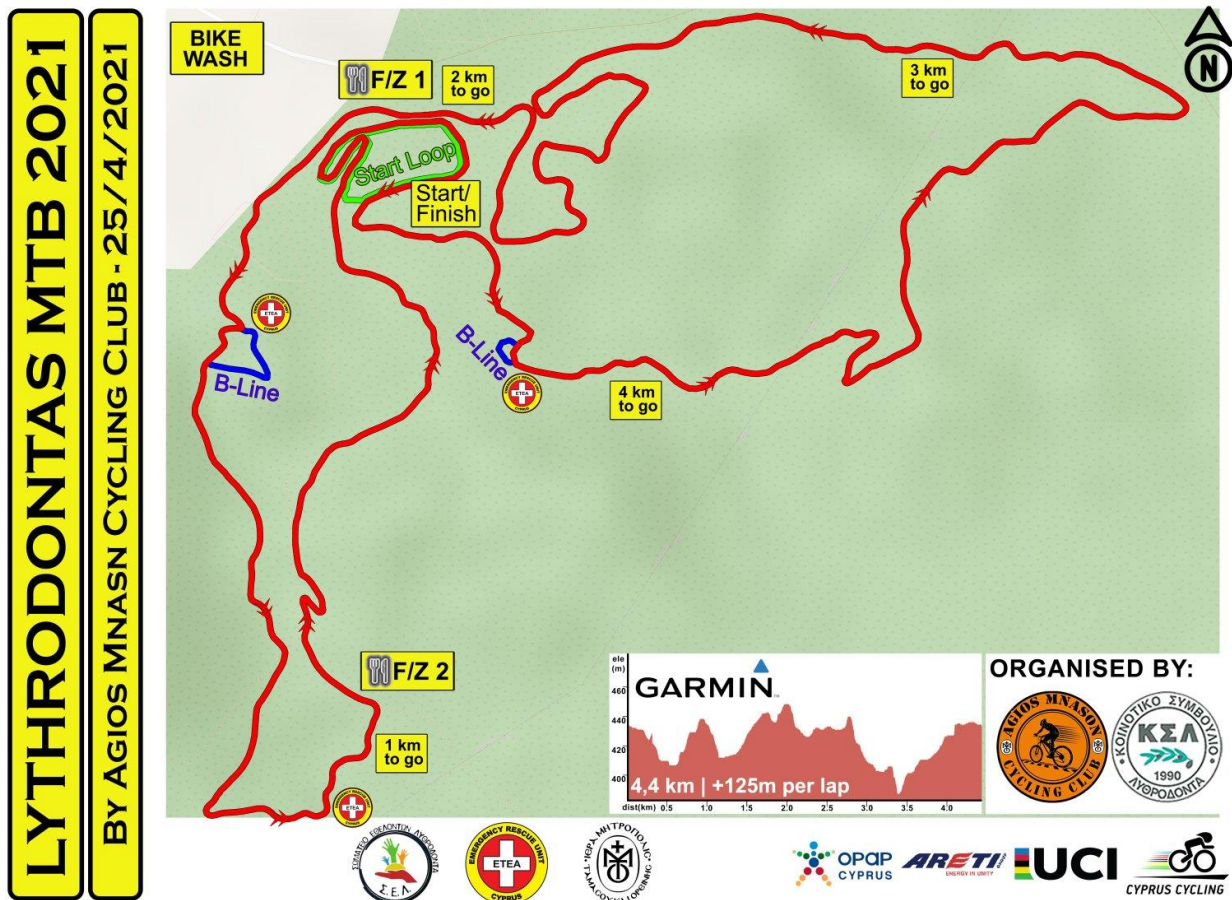
- **UCI C3 RACE:** Άνδρες Elite, Γυναίκες Elite, Έφηβοι & Νεάνιδες.
- **Κύπελλο Κύπρου Ορεινής Ποδηλασίας:** Όλες οι επίσημες κατηγορίες της Κυπριακής Ομοσπονδίας Ποδηλασίας

(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 και χάρτης

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



Σύνδεσμος στο διαδίκτυο:

<https://www.wikiloc.com/wikiloc/spatialArtifacts.do?event=setCurrentSpatialArtifact&id=64253288>

3- Ζώνες Τροφοδοσίας

There will be 3 feed and technical assistance zones:

Θα υπάρχουν 3 ζώνες τροφοδοσίας

FEED ZONE 1,3 διπλό στο ίδιο σημείο (2.5km to go & 100m to go)

FEED ZONE 2 (900m to go)

4- 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.

5- Πρόγραμμα Αγώνα

Τεχνικό Συνέδριο : θα σταλούν οι πληροφορίες ηλεκτρονικά το Σάββατο 24/4

Κυριακή 25 Απριλίου 2021

- 11:00 **Υποχρεωτική διενέργεια εξετάσεων rapid test με τη μέθοδο αντιγόνου για όλους τους αθλητές και το προσωπικό των ομάδων ηλικίας 18 ετών και άνω. Αθλητές μικρότερης ηλικίας εφόσον το επιθυμούν. Τα τεστ θα γίνονται δωρεάν.**
Οι αθλητές θα πρέπει να ευρίσκονται 1ώρα και 30' ακριβώς πριν από την ώρα εκκίνησης τους στο χώρο διενέργειας των τεστ. Αθλητές που δεν θα περάσουν το τεστ δεν θα μπορούν να αγωνιστούν.

Επιβεβαιώσεις αθλητών, διανομή αριθμών και τσιπ χρονομέτρησης στο χώρο των αγώνων. Οι υπεύθυνοι ομάδας παραλαμβάνουν τους αριθμούς αγώνα και τα τσιπ χρονομέτρησης για ολόκληρη την ομάδα.

- 12:45 Staging πρώτου αγώνα για κατηγορίες:: Masters Men 1,2,3, Masters Women 1,2,3, Cycling for All 19+ categories
- 1:00μ.μ Εκκίνηση πρώτου αγώνα.
- 2:35μ.μ Staging δεύτερου αγώνα για κατηγορίες:: ΠΑΙΔΩΝ, ΚΟΡΑΣΙΔΩΝ, ΠΑΝΠΑΙΔΩΝ, ΠΑΝΚΟΡΑΣΙΔΩΝ & Cycling for All U19 categories
- 2:50μ.μ Εκκίνηση δεύτερου αγώνα
- 4:00μ.μ Απονομές πρώτου και δεύτερου αγώνα στο χώρο εκκίνησης/τερματισμού.
- 4:15μ.μ Staging τρίτου αγώνα για κατηγορίες: Ανδρών, Γυναικών, Εφήβων & Νεανίδων.
- 4:30μ.μ Εκκίνηση τρίτου αγώνα
- 6:15μ.μ Απονομές τρίτου αγώνα στο χώρο εκκίνησης/τερματισμού

6- Δήλωση Συμμετοχής

Προεγγραφές στο ag.mnason@gmail.com μέχρι την Κυριακή **18 Απριλίου 2021**.

Η επιβεβαίωση συμμετοχών, παραλαβή αριθμών και διανομή των chip χρονομέτρησης θα γίνεται από τους αρχηγούς των ομάδων που θα παραλαμβάνουν φάκελο για όλη την ομάδα. Η επιβεβαίωση των συμμετοχών και η διανομή των αριθμών chip θα ολοκληρώνεται 30 λεπτά πριν την εκκίνηση κάθε αγώνα.

7- Κόστος συμμετοχής

- €10,00 for all cadets.
- €15,00 for all Juniors
- €25,00 for Men Elite & Women Elite
- €25,00 for Master 1,2,3
- Cycling for All U19 €10,00 (+ €10,00 for 1-day license)
- Cycling for All 19+ €20,00 (+ €10,00 for 1-day license)

8- 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.

8.1 COVID -19:

➤ **ΟΣΟΙ ΘΑ ΣΥΜΜΕΤΕΧΟΥΝ ΣΤΟΝ ΑΓΩΝΑ (ΑΘΛΗΤΕΣ, ΠΡΟΣΩΠΙΚΟ ΟΜΑΔΩΝ ΚΛΠ) ΘΑ ΠΡΕΠΕΙ ΝΑ ΕΧΟΥΝ ΚΑΝΕΙ RAPID TEST ΤΟ ΟΠΟΙΟ ΘΑ ΕΙΝΑΙ ΑΡΝΗΤΙΚΟ ΚΑΙ ΘΑ ΠΡΕΠΕΙ ΝΑ ΕΠΙΔΙΚΝΟΥΝ ΣΤΗΝ ΑΦΕΤΗΡΙΑ**

➤ **ΘΑ ΠΡΕΠΕΙ ΝΑ ΤΗΡΟΥΝΤΑΙ ΟΛΑ ΤΑ ΜΕΤΡΑ ΠΡΟΣΤΑΣΙΑΣ ΤΑ ΟΠΟΙΑ ΑΝΑΦΕΡΟΝΤΑΙ ΣΤΟ ΥΓΕΙΟΝΟΜΙΚΟ ΠΡΩΤΟΚΟΛΛΟ ΤΗΣ ΚΟΠΟ ΚΑΙ ΤΟΥ ΥΠΟΥΡΓΕΙΟΥ ΥΓΕΙΑΣ ΠΟΥ ΕΠΙΣΥΝΑΠΤΕΤΑΙ.**

➤ **ΟΛΟΙ ΟΣΟΙ ΘΑ ΠΑΡΕΥΡΙΣΚΟΝΤΑΙ ΣΤΟΝ ΑΓΩΝΑ ΘΑ ΠΡΕΠΕΙ ΝΑ ΦΕΡΟΥΝ ΠΡΟΣΤΑΤΕΥΤΙΚΗ ΜΑΣΚΑ, ΠΛΗΝ ΤΩΝ ΑΘΛΗΤΩΝ ΚΑΤΑ ΤΗ ΔΙΑΡΚΕΙΑ ΤΟΥ ΑΓΩΝΑ ΚΑΙ ΤΗΣ ΠΡΟΘΕΡΜΑΝΣΗΣ.**

➤ **ΘΕΑΤΕΣ ΔΕΝ ΕΠΙΤΡΕΠΟΝΤΑΙ ΣΤΟ ΧΩΡΟ ΔΙΕΞΑΓΩΓΗΣ ΤΟΥ ΑΓΩΝΑ.**

9- Πλησιέστερο Νοσοκομείο:

Γενικό Νοσοκομείο Λευκωσίας - Map Link [Map Link](#)

Τηλέφωνο: 22603000

10- 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.

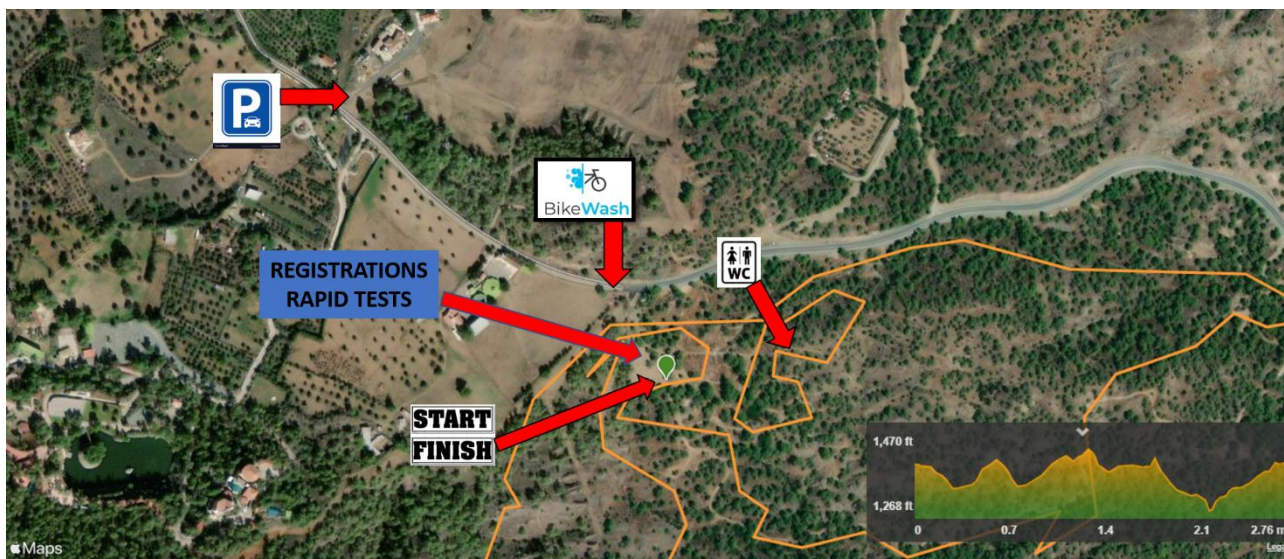
15- Διοργανωτής

Ποδηλατικός Όμιλος Ι.Μ.Ταμασού «ΑΓΙΟΣ ΜΝΑΣΩΝ»

Email: ag.mnason@gmail.com

Υπεύθυνος διοργάνωσης : Χάρης Γεωργάκης [Tel:99654747](tel:99654747)

ΧΑΡΤΗΣ ΜΕ ΣΗΜΕΙΑ ΕΝΔΙΑΦΕΡΟΝΤΟΣ ΑΓΩΝΑ



ΑΓΩΝΟΔΙΚΟΣ ΕΠΙΤΡΟΠΗ

Αλυτάρχης: Σάββας Αναστασίου

Κομισάριος Α: Ευάγγελος Διαμαντίδης

Κομισάριος Β: Θεόδωρος Θεοδώρου

Κομισάριος Γ: Σάββας Γιαγκουλάς

Γραμματέας: Μάριος Αντωνίου

Χρονομέτρης: Χριστόφορος Θεοφάνους

Έξτρα: Κυριάκος Παπαχαραλάμπος

