

**ΠΑΓΚΥΠΡΙΟ ΠΡΩΤΑΘΛΗΜΑ  
ΚΑΤΑΒΑΣΗΣΔΗΙ 2022**



**ΠΡΟΚΗΡΥΞΗ ΚΑΙ ΕΙΔΙΚΟΙ ΚΑΝΟΝΙΣΜΟΙ  
ΑΓΩΝΑ ΠΟΔΗΛΑΤΙΚΗΣ ΚΑΤΑΒΑΣΗΣ**

**“ΜΑΧΑΙΡΑΣ”**



**ΥΠΕΡΦΑΝΟΣ  
ΥΠΟΣΤΗΡΙΚΤΗΣ  
ΣΟΥ**



## Πίνακας Περιεχομένων

1- Όροι συμμετοχής .....	2
2- Κατηγορίες συμμετεχόντων .....	3
4- Πρόγραμμα αγώνα .....	4
5- Μεταφορά συμμετεχόντων - ποδηλάτων .....	5
6- Υποχρεωτικός εξοπλισμός αθλητών .....	5
7- Δήλωση & Κόστος Συμμετοχής.....	5
8- Ασφάλιση προσωπικών ατυχημάτων .....	6
9- Αριθμοί αθλητών και Χρονομέτρηση .....	6
10- Απονομές - Έπαθλα.....	6
11- Διαδρομή.....	6
ΧΑΡΤΗΣ ΔΙΑΔΡΟΜΗΣ ΜΕ ΣΗΜΕΙΑ MARSHAL.....	7
12- Ιατρική κάλυψη - Πρώτες Βοήθειες .....	8
13- Μέτρα κατά της εξάπλωσης του Κορωνοϊού .....	8
14- Αγωνόδικος Επιτροπή.....	9
15- Διοργανωτής .....	9
Προσθήκη 1 ΥΠΕΥΘΥΝΗ ΔΗΛΩΣΗ ΣΥΜΜΕΤΕΧΟΝΤΩΝ .....	10
Προσθήκη 2 ΥΠΕΥΘΥΝΗ ΔΗΛΩΣΗ ΓΟΝΕΑ Ή ΚΗΔΕΜΟΝΑ ΑΝΗΛΙΚΟΥ ΣΥΜΜΕΤΕΧΟΝΤΑ.....	11



## ΠΡΟΚΗΡΥΞΗ ΚΑΙ ΕΙΔΙΚΟΙ ΚΑΝΟΝΙΣΜΟΙ ΑΓΩΝΑ ΠΟΔΗΛΑΤΙΚΗΣ ΚΑΤΑΒΑΣΗΣ “ΜΑΧΑΙΡΑΣ”

Η Κυπριακή Ομοσπονδία Ποδηλασίας και το σωματείο Ποδηλατική Κατάβαση Κύπρου διοργανώνουν τον αγώνα Ορεινής Ποδηλατικής Κατάβασης.

### «Μαχαιράς»

την Κυριακή 20 Μαρτίου 2022

Ο αγώνας αποτελεί το Παγκύπριο Πρωτάθλημα Downhill και θα διεξαχθεί σύμφωνα με τους κανονισμούς της UCI και την Προκήρυξη Αγώνων Ποδηλασίας 2022 της Κυπριακής Ομοσπονδίας Ποδηλασίας (Κ.Ο.Πο.).

Παράλληλα με τον αγώνα Πρωταθλήματος θα διεξαχθεί και αγώνας ανοικτής συμμετοχής (Open).

### 1- Όροι συμμετοχής

Δικαίωμα συμμετοχής έχουν όσοι διαθέτουν καλή υγεία και φυσική κατάσταση και οι τεχνικές τους ικανότητες και εμπειρία, τους επιτρέπει να ανταποκριθούν στις απαιτήσεις μιας εξειδικευμένης διαδρομής ποδηλατικής κατάβασης (MTB Downhill).

Όλοι οι αγωνιζόμενοι θα πρέπει να διαθέτουν τον κατάλληλο εξοπλισμό που ορίζουν οι παρόντες κανονισμοί και τα ποδήλατά τους να είναι κατάλληλα για να ανταπεξέλθουν στη φύση του αγώνα και σε άριστη λειτουργική κατάσταση.

Ο οργανωτής έχει το δικαίωμα να απορρίψει συμμετοχή αθλητή/τριας στον αγώνα με βάση τα πιο πάνω.

Με την αίτηση συμμετοχής κάθε αγωνιζόμενος επιτρέπει στον διοργανωτή τη φωτογράφιση και τη βιντεοσκόπηση του κατά τη διάρκεια του αγώνα και των απονομών, για διαφημιστικούς και προωθητικούς λόγους

## 2- Κατηγορίες συμμετεχόντων

### A- Παγκύπριο Πρωτάθλημα

Στον αγώνα Παγκύπριο Πρωταθλήματος μπορούν να συμμετάσχουν κάτοχοι Διεθνούς Άδειας Ποδηλάτη ή Άδειας Ποδηλάτη ΚΟΠο και είναι κάτοχοι Κυπριακής υποικότητας που αγωνίζονται στις πιο κάτω κατηγορίες:

- i. Άνδρες / Γυναίκες Elite
- ii. Έφηβοι / Νεάνιδες

**Θα υπάρχει μια Γενική Κατάταξη για την κατηγορία Ανδρών και Εφήβων (και Γυναικών/Νεάνιδων αντίστοιχα).**

Επιπλέον, θα υπάρχει ξεχωριστή κατάταξη για την κατηγορία Εφήβων και την κατηγορία Νεάνιδων ως κίνητρο για συμμετοχή περισσότερων νεαρών αθλητών. Η κατηγορία Εφήβων και Νεάνιδων θα περιλαμβάνεται και στις 2 κατατάξεις. Αν κάποιος Έφηβος αθλητής /νεάνιδα αθλήτρια πετύχει τον καλύτερο χρόνο στέφεται Πρωταθλητής /πρωταθλήτρια και στις 2 κατηγορίες, αλλά του απονέμεται μόνο η φανέλα του Πρωταθλητή στη κατηγορία Ανδρών / Γυναικών την οποία οφείλει να φορά σε όλες τις διοργανώσεις.

### B- Ανοικτός Αγώνας (OPEN)

Στον ανοικτό αγώνα (OPEN) θα βραβευθούν οι πιο κάτω κατηγορίες:

- Αγόρια / Κορίτσια κάτω των 19 ετών (15-18)
- Άνδρες / Γυναίκες 19-29 ετών
- Μάστερς Άνδρες / Γυναίκες 29-39 ετών
- Μάστερς Άνδρες / Γυναίκες 40+ ετών

Θα βραβευθούν επίσης οι 5 ταχύτεροι άνδρες και οι 5 ταχύτερες γυναίκες της μέρας ανεξαρτήτως κατηγορίας.

Στις πιο πάνω κατηγορίες μπορούν να συμμετάσχουν αθλητές που κατέχουν άδεια ποδηλάτη ΚΟΠΟ κατηγοριών Παιδών, Κορασίδων, Μάστερς (όλες οι κατηγορίες) καθώς και αθλητές που κατέχουν άδεια Cycling for All. Στους μη κάτοχους άδειας ποδηλάτη θα εκδίδεται «Ημερήσια άδεια ποδηλάτη Cycling for All» της Κ.Ο.Πο. κατά την εγγραφή τους, το πρωί του αγώνα. (Κόστος 10 ευρώ).

Στον ανοικτό αγώνα, με εξαίρεση την κατηγορία εφήβων, σε περίπτωση που κάποια κατηγορία έχει λιγότερο από 5 συμμετέχοντες, ο διοργανωτής σε συνεννόηση με την αγωνόδικο επιτροπή διατηρεί το δικαίωμα να τη συμπτύξει με πιο πάνω κατηγορία.

Μέγιστος αριθμός συμμετοχών: **35** Σε περίπτωση που δηλώσουν πρόθεση συμμετοχής περισσότεροι αθλητές θα δοθεί προτεραιότητα στους αθλητές που θα αγωνιστούν στον αγώνα Παγκύπριο Πρωταθλήματος.

### Ανήλικοι αθλητές:

Για να συμμετάσχει κάποιος στον αγώνα πρέπει να είναι ηλικίας 15 ετών και άνω.

Οι συμμετέχοντες που την ημέρα του αγώνα είναι 15-18 ετών θα πρέπει να συνοδεύονται από τον γονέα ή τον νόμιμο κηδεμόνα τους ο οποίος θα έχει ήδη περπατήσει τη διαδρομή τις προηγούμενες μέρες, αν συγκατατίθεται να αγωνιστεί το παιδί του στον αγώνα, να υπογράψει την υπεύθυνη δήλωση (Προσθήκη 2).

### 3- Έντυπο απεμπόλησης ευθύνης (Waiver of Liability)

Όλοι οι συμμετέχοντες οφείλουν να υπογράψουν το έντυπο Απεμπόλησης Ευθύνης του διοργανωτή.

Αθλητές κάτω των 18 ετών οφείλουν να συνοδεύονται από γονέα ή νόμιμο κηδεμόνα, ο οποίος θα υπογράψει το έντυπο απεμπόλησης ευθύνης, αφού έχει περπατήσει και δει τη διαδρομή. Το περπάτημα της διαδρομής από τον κηδεμόνα γίνεται σε δικό του χρόνο και με δική του ευθύνη

### 4- Πρόγραμμα αγώνα

Το χρονοδιάγραμμα της διοργάνωσης θα τηρηθεί αυστηρά. Παρακαλούνται οι αθλητές όπως συνεργάζονται με τους διοργανωτές για αποφυγή καθυστερήσεων.

#### Πέμπτη 17/03/2022

23:59: Κλείσιμο περιόδου δηλώσεων συμμετοχής

#### Κυριακή 20/03/2022

- 07:30 - 08:30 Επιβεβαίωση συμμετοχών αθλητών. Υπογραφή εντύπου απεμπόλησης ευθύνης, παραλαβή και τοποθέτηση Αριθμών & Chip χρονομέτρησης
- 07:30 - 08:30 Φόρτωμα ποδηλάτων για μεταφορά στην εκκίνηση
- 08:30 - 08:45 Τεχνικό Συνέδριο - Ενημέρωση συμμετεχόντων
- 08:45 Μεταφορά αθλητών και ποδηλάτων στο χώρο εκκίνησης
- 09:15 - 10:00 Αναγνωριστική προπόνηση(Μη χρονομετρημένη κατάβαση)
- 10:10 - 10:30 Μεταφορά αθλητών και ποδηλάτων στο χώρο εκκίνησης
- 10:30 - 11:15 **Αγώνας Κατάταξης** (Seeding Run - Χρονομετρημένη κατάβαση για καθορισμό σειράς εκκίνησης τελικού)
- Ξεκινούν πρώτα οι αθλητές του ανοικτού αγώνα. 3 λεπτά μετά την εκκίνηση του τελευταίου αθλητή του Ανοικτού Αγώνα ξεκινά ο πρώτος αθλητής του αγώνα Παγκυπρίου Πρωταθλήματος. Η σειρά εκκίνησης τους αγώνα κατάταξης θα καθοριστεί από την αγωνόδοκο επιτροπή σε συνεργασία με το διοργανωτή
- 11:15 - 11:45 Μεταφορά αθλητών και ποδηλάτων πριν τον αγώνα
- 11:45 **Τελικός** (Χρονομετρημένη κατάβαση)
- 12:30 Απονομές

NB Αναλόγως των συμμετοχών και των επικρατούντων καιρικών συνθηκών το πρόγραμμα του αγώνα δύναται να τροποποιηθεί.

## 5- Μεταφορά συμμετεχόντων - ποδηλάτων

Οι αθλητές θα μεταφέρονται από το χώρο τερματισμού στο χώρο εκκίνησης με τη χρήση φορτηγού

Για να αποφεύγονται αχρείαστες καθυστερήσεις οι συμμετέχοντες οφείλουν να φορτώνουν τα ποδήλατα τους αμέσως μετά την ολοκλήρωση της κάθε κατάβασης τους. Το σημείο φόρτωσης των ποδηλάτων θα βρίσκεται 100 μέτρα από την γραμμή τερματισμού.

## 6- Υποχρεωτικός εξοπλισμός αθλητών

**Όλοι οι αθλητές πρέπει να φέρουν υποχρεωτικά:**

- Κράνος πλήρης κάλυψης προσώπου χωρίς αποσπώμενο υποσιάγωνο (full face helmet without a removable chin)
- Μάσκα (goggles)
- Προστατευτικός θώρακας (Body Armour)
- Προστατευτικές Επιαγκωνίδες
- Προστατευτικές Επιγονατίδες (Knee protectors) κατασκευασμένες από άκαμπτα υλικά
- Μπλούζα με μακριά μανίκια

Συστήνεται επίσης η χρήση προστατευτικού λαιμού και σβέρκου, προστατευτικό γοφών και μηρών, γάντια που να καλύπτουν ολόκληρα τα δάκτυλα και την παλάμη.

## 7- Δήλωση & Κόστος Συμμετοχής

Προεγγραφές στο email [Macherasdh@gmail.com](mailto:Macherasdh@gmail.com) μέχρι τα μεσάνυχτα της Πέμπτης, 17 Μαρτίου 2022.

Να αποστέλλεται το ονοματεπώνυμο, UCI ID, Ομάδα/σωματείο, τηλέφωνο, ημερομηνία γέννησης και μέγεθος φανέλας.

Το κόστος συμμετοχής στον αγώνα είναι €40 το οποίο καταβάλλεται κατά την εγγραφή το πρωί του αγώνα.

Κατά την εγγραφή τους όλοι οι αθλητές πρέπει να συμπληρώσουν και να υπογράψουν την υπεύθυνη δήλωση απεμπόλησής ευθύνης (προσθήκη 1).

## 8- Ασφάλιση προσωπικών ατυχημάτων

Ο κάθε συμμετέχοντας συνιστάται να είναι κάτοχος ασφάλειας προσωπικών ατυχημάτων ή και να είναι εγγεγραμένος στο ΓΕΣΥ, η οποία να καλύπτει τυχόν έξοδα τα οποία πιθανώς να προκύψουν από την συμμετοχή του στον αγώνα.

## 9- Αριθμοί αθλητών και Χρονομέτρηση

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

Κατά την εγγραφή τους οι αθλητές θα παραλαμβάνουν το chip χρονομέτρησης και τους αριθμούς τους. Οι αθλητές οφείλουν να επιστρέψουν το chip χρονομέτρησης. Ο αθλητής που θα απωλέσει ή δεν θα επιστρέψει το chip που παρέλαβε κατά την εγγραφή του, θα επωμιστεί το κόστος του chip (€80).

Ο χώρος εγγραφών βρίσκεται στο σημείο τερματισμού της διαδρομής.

## 10- Απονομές - Έπαθλα

Θα βραβευθούν με έπαθλα οι 3 πρώτοι αθλητές κάθε κατηγορίας. Θα βραβευθούν επίσης οι 5 ταχύτεροι αθλητές ανεξαρτήτως κατηγορίας.

Οι απονομές θα γίνουν στο χώρο τερματισμού.

Όλοι οι αθλητές που θα βραβευθούν πρέπει να βρίσκονται στο χώρο απονομών 10 λεπτά πριν τις απονομές φορώντας την ποδηλατική τους στολή.

## 11- Διαδρομή

Ο αγώνας θα διεξαχθεί στη Πίστα Καταβάσεων Μαχαιρά στο Δάσος Μαχαιρά.

**Γεωμορφολογία διαδρομής:** Πετρώδες, δύσβατο έδαφος με κατά τόπους πυκνή βλάστηση, θάμνους και δέντρα. Η διαδρομή του αγώνα θα συμπεριλαμβάνει άλματα, απότομη κατοφέρεια και κλίση και δύσκολα τεχνικά σημεία.

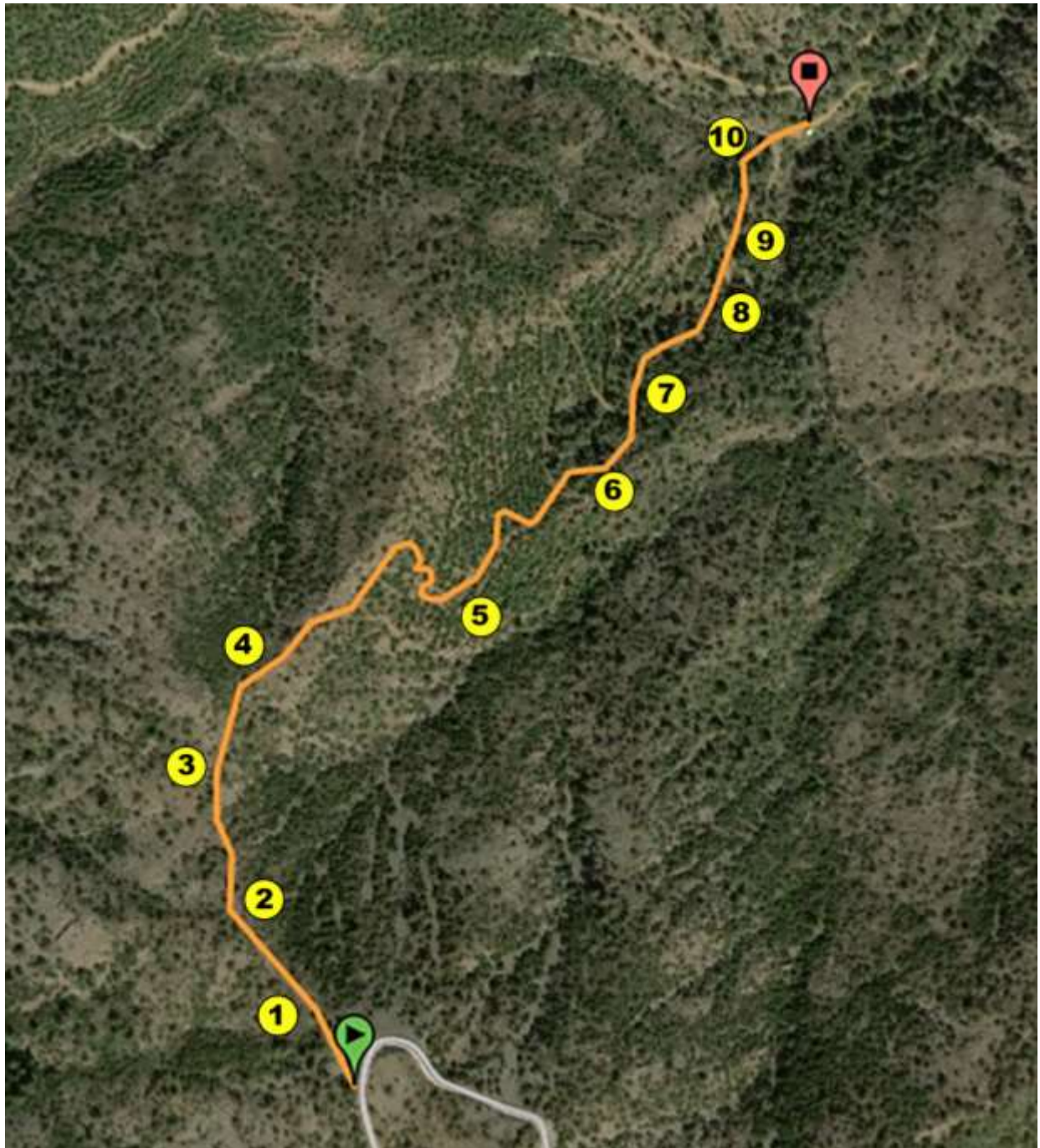
**Μήκος:** 1500 μέτρα

**Υψομετρική διαφορά:** -350 μέτρα

**Περιληπτική περιγραφή διαδρομής:** Η διαδρομή χαρακτηρίζεται από την μεγάλη κατοφέρεια και ταχύτητα καθώς και δύσκολα τεχνικά κομμάτια και διάβαση δίπλα από απότομες πλαγιές. Υπάρχουν ιδιοκατασκευές οι οποίες απαιτούν εμπειρία στην καταβατική ορεινή ποδηλασία (MTB Downhill) για να μπορέσει ο αναβάτης να διαπεράσει με ασφάλεια.

Η διαδρομή του αγώνα θα είναι πλήρως σηματοδοτημένη πριν την αναγνωριστική προπόνηση.

ΧΑΡΤΗΣ ΔΙΑΔΡΟΜΗΣ ΜΕ ΣΗΜΕΙΑ MARSHAL



Σύνδεσμος στο wikiloc:

<https://www.wikiloc.com/downhill-mountain-biking-dh-trails/machairas-downhill-track-43224506>

Χώρος εκκίνησης: <https://tinyurl.com/MacherasDHstart>

Χώρος τερματισμού: <https://tinyurl.com/MacherasDHfinish>

Χώρος γραμματείας: 100 μέτρα από το χώρο τερματισμού.



## 12- 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](https://goo.gl/RXeCSg)

## 13- Μέτρα κατά της εξάπλωσης του Κορωνοϊού

Ο αγώνας θα διεξαχθεί κάτω από τις δύσκολες υγειονομικές συνθήκες λόγω της πανδημίας COVID-19. Στον αγώνα θα εφαρμοστούν όλα τα μέτρα προστασίας από τον Covid-19 σύμφωνα με το Πρωτόκολλο της Κυπριακής Ομοσπονδίας Ποδηλασίας και οδηγίες που θα ισχύουν για την μέρα του αγώνα. Όλοι οι συμμετέχοντες στον αγώνα υπό οποιαδήποτε ιδιότητα, (αθλητές, αγωνόδικος επιτροπή, προσωπικό ομάδων κλπ) θα πρέπει να παρουσιάσουν το πιστοποιητικό Safe Pass τους στον υπεύθυνο για θέματα Covid-19: -(α) για πρόσωπα ηλικίας έως 17 ετών απαιτείται η επίδειξη είτε αρνητικής εργαστηριακής εξέτασης ή εξέτασης ταχείας ανίχνευσης αντιγόνου για την ασθένεια του COVID-19 με τη δειγματοληψία να έχει πραγματοποιηθεί εντός 48 ωρών, είτε πιστοποιητικού ολοκληρωμένου εμβολιαστικού σχήματος με 2 εμβόλια για την ασθένεια του COVID-19, είτε πιστοποιητικού ανάρρωσης από την ασθένεια του COVID-19, με ισχύ τριών μηνών από την ημερομηνία αρχικής τους θετικής διάγνωσης, -(β) για πρόσωπα ηλικίας 18 ετών και άνω απαιτείται η επίδειξη είτε πιστοποιητικού ολοκληρωμένου εμβολιαστικού σχήματος με 3 εμβόλια για την ασθένεια του COVID-19, είτε πιστοποιητικού ανάρρωσης από την ασθένεια του COVID-19, με ισχύ τριών μηνών από την ημερομηνία αρχικής τους θετικής διάγνωσης, είτε αρνητικής εξέτασης ταχείας ανίχνευσης αντιγόνου για την ασθένεια του COVID-19 με τη δειγματοληψία να έχει πραγματοποιηθεί εντός 48 ωρών. Θα πρέπει επιπλέον να τηρούνται όλα τα μέτρα προστασίας τα οποία αναφέρονται στο υγειονομικό πρωτόκολλο της Κ.Ο.ΠΟ. και του Υπουργείου Υγείας.

Επιγραμματικά:

- Όλοι όσοι θα παρευρίσκονται στον αγώνα θα πρέπει να φέρουν προστατευτική μάσκα.
- Οι αθλητές μπορούν να αφαιρέσουν τη μάσκα μόνο κατά τη διάρκεια της προθέρμανσης τους και κατά τη διάρκεια του αγώνα. Θα προσέρχονται στην εκκίνηση φέροντας τη μάσκα και θα την αφαιρέσουν όταν τους δοθούν σχετικές οδηγίες. Κατά τις απονομές πρέπει να φορούν προστατευτική μάσκα.
- Αποφεύγεται ο συνωστισμός μεταξύ των αθλητών.



## ΠΡΟΚΗΡΥΞΗ ΚΑΙ ΕΙΔΙΚΟΙ ΚΑΝΟΝΙΣΜΟΙ ΑΓΩΝΑ ΠΟΔΗΛΑΤΙΚΗΣ ΚΑΤΑΒΑΣΗΣ “ΜΑΧΑΙΡΑΣ”

### 14- Αγωνόδικος Επιτροπή

**Αλυτάρχης:** Σάββας Αναστασίου

**Βοηθός Αλυτάρχης:**

**Γραμματέας:**

**Κομισάριος τερματισμού:**

### 15- Διοργανωτής

Ο αγώνας διοργανώνεται από την Macheras Bikeland και το σωματείο Ποδηλατική Κατάβαση Κύπρου.

**Υπεύθυνος διοργάνωσης:**

Αντρέας Θεοδώρου/Μάριος Νικολάου

**Στοιχεία Επικοινωνίας:**

**Τηλ:** 99 265030/99 415774

**email:** Macherasdh@gmail.com



