



Ποδηλατώ για ένα ευρώ

ΜΕ ΤΗ ΜΑΡΙΝΑ
ΘΕΟΔΩΡΟΥ



ΣΕ ΣΥΝΕΡΓΑΣΙΑ ΜΕ ΤΟΝ



Η Μαρίνα Θεοδώρου στα πλαίσια της παγκύπριας ποδηλατικής της διαδρομής «ΠΟΔΗΛΑΤΩ ΓΙΑ ΕΝΑ ΕΥΡΩ» υπό την αιγίδα της Κυπριακής Ομοσπονδίας Ποδηλασίας και τη στήριξη του Σωματείου «Ηράκλειτος», διοργανώνει τον έκτο αγώνα Κυπέλλου Δρόμου στα Λεύκαρα.

Η κοινωνική/αθλητική πρωτοβουλία «ΠΟΔΗΛΑΤΩ ΓΙΑ ΕΝΑ ΕΥΡΩ» έχει ενταχθεί από το 2021 στις δράσεις του προγράμματος Εταιρικής Κοινωνικής Ευθύνης των Υπεραγορών ΑΛΦΑΜΕΓΑ, «ΠΑΙΔΙ, ΔΙΑΤΡΟΦΗ ΚΑΙ ΥΓΕΙΑ».

Όλα τα καθαρά έσοδα από τις εγγραφές των αθλητών στον αγώνα θα δοθούν για την οικονομική στήριξη του Συνδέσμου Ρευματοπαθών Κύπρου και συγκεκριμένα θα ενισχύσει την εκστρατεία του Συνδέσμου "Join Rheuma Kids".

Ο αγώνας θα διεξαχθεί σύμφωνα με την Προκήρυξη Αγώνων 2023 της Κυπριακής Ομοσπονδίας Ποδηλασίας και τους κανονισμούς της UCI.

Ημερομηνία: **Κυριακή 25 Ιουνίου 2023**

Ειδικοί κανονισμοί αγώνα

1- Κατηγορίες

Στον αγώνα μπορούν να συμμετάσχουν:

Όλες οι επίσημες κατηγορίες της Κυπριακής Ομοσπονδίας Ποδηλασίας (Άνδρες, Γυναίκες, Έφηβοι, Νεανίδες, Παιδες, Κορασίδες, Παμπαίδες, Παγκορασίδες
Μάστερς 1,2,3 Άνδρες και Γυναίκες
Cycling for All μέχρι 19
Cycling for All 19+

**αναλόγως συμμετοχών θα διαμορφωθούν οι κατηγορίες των CFA σύμφωνα με την Προκήρυξη Αγώνων 2023 της Κ.Ο.ΠΟ

2- Διαδρομή

Η διαδρομή είναι μονής κατεύθυνσης από Σκαρίνου προς Λεύκαρα, Βαβατσινιά και Κιόνια (ανάλογα με την κατηγορία των αθλητών)

2Α- Εκκίνηση/ Τερματισμός

Προεκκίνηση: από Υπεραγορά Αλφαμέγα Σκαρίνου

Εκκίνηση: εν κίνηση μετά το Κέντρο Περιβαλλοντικής Ενημέρωσης Ορεινής Λάρνακας στη Σκαρίνου

Τερματισμός:

- Παμπαίδες – Παγκορασίδες – Κορασίδες, CFA U17 ,CFA U19 . Συνολική απόσταση **8 Km** μέχρι τα Λεύκαρα.

- Παιδες,Γυναίκες Master Γυναίκες 1-2-3, CFA U19.Συνολική απόσταση **18km** από Σκαρίνου προς Λεύκαρα μέχρι το εστιατόριο «Μαρίας» στη Βαβατσινιά.

- Cycling For All μέχρι 19 στα Λεύκαρα **8km**.
- Cycling For All 19+ από Σκαρίνου προς Λεύκαρα μέχρι το εστιατόριο <<Μαρίας >> στη Βαβατσινιά, συνολική απόσταση **18km**.

- Άντρες – Έφηβοι, Μάστερ Άντρες 1,2,3. Συνολική απόσταση **23km**. Σκαρίνου μέχρι τελευταίο ανήφορο προς Κιόνια (5km μετά τη Βαβατσινιά).

2Β- Ζώνες Τροφοδοσίας

Θα υπάρχει ζώνη τροφοδοσίας ΜΟΝΟ μετά το χωριό Βαβατσινιά όπως φαίνεται στον σχετικό χάρτη.

Επισημάνσεις

1/ Οι αθλητές να φέρουν όλους τους αριθμούς τους (2 πλάτης και 1 ποδηλάτου)

2/Οι αθλητές θα πρέπει να μεταβούν στον χώρο εκκίνησης 20 λεπτά πριν την ώρα εκκίνησής τους για ζύγισμα ποδηλάτων και μέτρηση πατημάτων.

3/Οι εγγραφές στη γραμματεία λήγουν 30 λεπτά πριν από την εκκίνηση.

4/Τα ποδήλατα μετά το ζύγισμα θα παραμένουν στον χώρο ζυγίσματος, που θα υποδειχτεί επί τόπου.

3. Πρόγραμμα Αγώνα

7:30 Γραμματεία

8:00 Τεχνικό συνέδριο

8:30 Εκκίνηση των κατηγοριών :

- Παγκορασίδες, Παμπαίδες
- Κορασίδες, Παιδες
- CFA U15 και CFA U17 CFA U19, CFA 19+
- Νεανίδες, Γυναίκες
- Μάστερ 1,2,3 Γυναίκες

9:00: Εκκίνηση των κατηγοριών:

- Μάστερ 1,2,3 Άνδρες
- Έφηβοι
- Άνδρες

12:00 Απονομές επάθλων (η ακριβής ώρα θα καθορισθεί από την εξέλιξη του αγώνα). Οι απονομές θα γίνουν στην Υπεραγορά ΑΛΦΑΜΕΓΑ στη Σκαρίνου όπου θα υπάρχει και δεξίωση για όλους.

5. Κόστος Συμμετοχής

Όπως καθορίζεται από την προκήρυξη αγώνων ποδηλασίας 2023

Κόστος συμμετοχής για τους Αθλητές/Αθλήτριες Κόππο:

- Κατηγορίες Παμπαίδες / Παγκορασίδες €15.00
- Κατηγορίες Παιδες / Κορασίδες €20.00
- Κατηγορίες Έφηβοι / Νεανίδες €20.00
- Κατηγορίες Ανδρών και Γυναικών Ελίτ €30.00
- Κατηγορίες Μάστερ €30.00
- Κόστος Συμμετοχής για Αθλητές / Αθλήτριες Cycling for All
- CFA μέχρι 19 ετών €20.00 + €10.00 One day license όπου προκύπτει
- CFA 19+ ετών €30.00 + €10.00 One day license όπου προκύπτει

Επιπλέον, για όσους Αθλητές CFA δεν έχουν ετήσια άδεια ΚΟΠΟ θα χρεώνονται €10.00 για την ημερήσια άδεια ποδηλάτη η οποία εκδίδεται από την ΚΟΠΟ.

Υπεύθυνος για την καταβολή του κόστους συμμετοχής είναι ο υπεύθυνος της κάθε ομάδας. Το κόστος συμμετοχής καταβάλλεται στη γραμματεία του αγώνα κατά την εγγραφή των αθλητών και όχι αργότερα. Οι υπεύθυνοι ομάδων υποχρεούνται όπως καταβάλουν το παράβολο συμμετοχής για τους αθλητές που θα δηλώσουν συμμετοχή στον αγώνα και δεν θα παρουσιαστούν.

Για εκπρόθεσμες δηλώσεις συμμετοχής θα επιβάλλεται επιπρόσθετο διοικητικό κόστος €10 ανά συμμετοχή, αφού γίνουν δεκτές από τη διοργάνωση του αγώνα.

Δηλώσεις Συμμετοχής

Δηλώσεις συμμετοχής αθλητών μέχρι την Πέμπτη, 22/06/2023 στο email chriskoutsiou@hotmail.com

6. Ιατρική Κάλυψη

Ο αγώνας θα γίνει παρουσία γιατρού και ασθενοφόρου.

Το πλησιέστερο νοσοκομείο είναι το Γενικό Νοσοκομείο Λάρνακας: Τηλ: 24-800500

7. Οδική Ασφάλεια

Οι αθλητές υποχρεούνται να τηρούν τον κώδικα οδικής κυκλοφορίας. Ο δρόμος θα είναι ανοικτός στην οδική κυκλοφορία η οποία θα ελέγχεται με cycling marshalls_κατά μήκος της διαδρομής. Οι αθλητές πρέπει καθ' όλη τη διάρκεια του αγώνα να ποδηλατούν στην αριστερή πλευρά του δρόμου.

8. Έπαθλα

Θα βραβεύονται οι πρώτοι κάθε κατηγορίας με έπαθλο (Κύπελλο) καθώς και οι δεύτεροι και τρίτοι με αργυρά και χάλκινα μετάλλια αντίστοιχα.

Η παρουσία των βραβευθέντων στις βραβεύσεις, για την παραλαβή των επάθλων τους, είναι υποχρεωτική. Σε περίπτωση κωλύματος να ορίζεται εκπρόσωπος για την παραλαβή του επάθλου, αφού προηγουμένως ληφθεί σχετική άδεια από τον Αλυτάρχη.

9. Οχήματα Service

Όσον αφορά τα οχήματα Service ισχύουν τα πιο κάτω:

- ❖ **Θα επιτρέπεται ένα αυτοκίνητο Service για κάθε ομάδα. Τα οχήματα δεν θα δικαιούνται να προσπεράσουν κανένα αθλητή πριν από το Χωριό Λεύκαρα, εκτός εάν λάβουν άδεια από τον Κομισάριο. Οι ομάδες θα πρέπει να δηλώσουν, μαζί με τις συμμετοχές των αθλητών τους, τους αριθμούς εγγραφής των αυτοκινήτων και τα ονόματα και τηλέφωνα των οδηγών τους, οι οποίοι πρέπει να έχουν παρακολουθήσει τη σχετική εκπαίδευση οδηγών της ΚΟΠΟ.**
- ❖ Η σειρά αναχώρησης θα γίνει μετά από κλήρωση. Στο αυτοκίνητο Service της κάθε ομάδας θα πρέπει να τοποθετηθεί, στο μπροστινό και πίσω μέρος, το έμβλημα ή/και το όνομα της ομάδας που

εξυπηρετεί καθώς επίσης και αριθμό με τη σειρά του που θα τους χορηγήσει ο διοργανωτής.

- ❖ Τα οχήματα Service θα πρέπει να βρίσκονται στους προκαθορισμένους χώρους εισόδου και εξόδου οχημάτων στον αγωνιστικό χώρο και θα φέρουν τα διακριτικά που θα τους δοθούν.
- ❖ Σε περίπτωση που τα οχήματα θα χρειαστεί να παράσχουν τεχνική βοήθεια σε αθλητή τους που τη χρειάζεται, αυτό θα πρέπει να γίνεται με τον ασφαλέστερο δυνατό τρόπο. Δηλαδή στην άκρη του δρόμου με το όχημα σταθμευμένο εκτός δρόμου αν το επιτρέπουν οι συνθήκες ή με προσοχή λαμβάνοντας πάντα υπόψη τους αθλητές που έρχονται.
- ❖ Απαγορεύεται η συνοδεία αθλητών με μοτοσυκλέτα.
- ❖ Απαγορεύονται στη διαδρομή οχήματα (αυτοκίνητα/μοτοσυκλέτες) τα οποία δεν ανήκουν σε κάποια από τις παρακάτω κατηγορίες: ο Διοργανωτής, μέλη αγωνόδικου επιτροπής, οχήματα Service (δεδομένου ότι έχει δηλωθεί προηγουμένως)

10. Χρονομέτρηση

Για τις αποστάσεις 18 και 23 km θα γίνει με ηλεκτρονικό σύστημα και για την απόσταση 8km χρονόμετρο χειρός.

11. Ιατρική κάλυψη - Πρώτες Βοήθειες

Ο αγώνας θα διεξαχθεί με την παρουσία ασθενοφόρου και γιατρού.
Το πλησιέστερο Νοσοκομείο είναι το Γενικό Νοσοκομείο Λάρνακας Τηλ.: 24800500

12. Οδική Ασφάλεια

Ο δρόμος θα είναι ανοικτός στην οδική κυκλοφορία, η οποία θα ρυθμίζεται από την τοπική αστυνομία και με marshalls κατά μήκος της διαδρομής. Οι διαγωνιζόμενοι οφείλουν αυστηρά να ποδηλατούν στην αριστερή πλευρά του δρόμου.

13.Υπεύθυνοι Αγώνα

Υπεύθυνος Διοργάνωσης: Θεόδωρος και Μαρίνα Θεοδώρου, τηλ.επικ. 99537761

ΧΟΡΗΓΟΙ:

Deloitte.



HollandBarrett



ΓΙΑ ΤΗΝ ΕΝΙΣΧΥΣΗ
ΤΟΥ ΣΥΝΔΕΣΜΟΥ:





**ALEXANDER
COLLEGE**
CYPRUS

