



ΠΡΟΚΗΡΥΞΗ 1^{ης} ΗΜΕΡΙΔΑΣ ΑΚΑΔΗΜΙΑΣ ΠΟΔΗΛΑΣΙΑΣ και MINI DOWNHILL

Η Ακαδημία Ποδηλασίας του αθλητικού σωματείου «GRAVITY» διοργανώνει την 1^η ημερίδα Ακαδημίας Ποδηλασίας Κ.Ο.ΠΟ. και Μίνι Downhill στο χωριό Άρμου της επαρχίας Πάφου.

Η ημερίδα θα πραγματοποιηθεί την **ΚΥΡΙΑΚΗ 28 ΙΑΝΟΥΑΡΙΟΥ 2024**.

Η ημερίδα Ακαδημίας Ποδηλασίας διεξάγεται υπό την αιγίδα της Κυπριακής Ομοσπονδίας Ποδηλασίας, σύμφωνα με τους κανονισμούς που διέπουν την ακαδημία ποδηλασίας.

1. Κατηγορίες

Στον αγώνα μπορούν να συμμετάσχουν όλες οι κατηγορίες της Ακαδημίας ποδηλασίας:

- U10 (7-9 χρονών)
- U12 (10-11 χρονών)
- U14 (12-13 χρονών)
- U15 (14 χρονών)

2. Διαδρομή

Δεξιοτεχνία:

Όλες οι κατηγορίες θα αγωνιστούν σε διαδρομή δεξιοτεχνίας.

- Οι αθλητές της κατηγορίας U10 θα βαθμολογηθούν ανάλογα με την ορθή διεκπεραίωση των ασκήσεων δεξιοτεχνίας.
- Οι κατηγορίες U12, U14 και U15 θα βαθμολογηθούν χρονομετρικά και ανάλογα με την ορθή διεκπεραίωση των ασκήσεων δεξιοτεχνίας.

Μίνι Downhill Race: Κατηγορίες U14 & U15

Οι αθλητές των κατηγοριών θα βαθμολογηθούν σε ατομική χρονομέτρηση. Ο αγώνας Mini Downhill θα έχει ξεχωριστή βαθμολογία και κατάταξη η οποία δεν αποτελεί μέρος της βαθμολογίας της Ακαδημίας Ποδηλασίας.



Ασκήσεις Δεξιότητας ανα κατηγορία:

U10: (10 ασκήσεις)

A/A	ΕΙΔΟΣ ΑΣΚΗΣΗΣ	ΠΕΡΙΓΡΑΦΗ ΑΣΚΗΣΗΣ	ΤΡΟΠΟΣ ΒΑΘΜΟΛΟΓΗΣΗΣ	ΠΑΡΑΤΗΡΗΣΕΙΣ
1	Ισορροπία (σε συγκεκριμένο χώρο 1m X 2m για συγκεκριμένο χρονικό διάστημα)	Χώρος = 1μΧ2μ Διάρκεια U10=10 δευτ. = 10 βαθμοί	Λάθος θεωρείται το πάτημα στο έδαφος με το πόδι και η έξοδος τουλάχιστον του ενός τροχού εκτός του προκαθορισμένου χώρου. Όταν ο αθλητής κάνει ένα από τα δυο πιο πάνω λάθη στο δεύτερο μισό του προκαθορισμένου χρόνου της άσκησης τότε παίρνει 5 βαθμούς.	Παράδειγμα: Αν αθλητής της U10 πατήσει στο έδαφος η βγει εκτός του προκαθορισμένου χώρου στα 8 δευτερόλεπτα παίρνει 5 βαθμούς.
2	Κύλιση σε υπερυψωμένη επιφάνεια (ύψος από 2-5εκ)	Τοποθετείται σανίδι 4 μέτρων και πλάτους 20 εκ σε ευθεία όπως έρχεται ο αθλητής από την προηγούμενη άσκηση.	Λάθος στην εκτέλεση είναι η πτώση του ενός ή και των δυο τροχών από την υπερυψωμένη επιφάνεια και το πάτημα στο έδαφος ή το σανίδι.	
3	Πέρασμα πάνω από εμπόδιο με α) τον κάθε τροχό ξεχωριστά (διάφορα ύψη ξύλου) και β) με τους δυο τροχούς ταυτόχρονα	Τα εμπόδια μπορεί να είναι ότι υλικό υπάρχει διαθέσιμο η επιθυμεί ο διοργανωτής (ξύλο, κορμός, κάποιο άλλο αντικείμενο κλπ) χωρίς να είναι αιχμηρά ή να υπάρχει περίπτωση να προκαλέσουν τραυματισμό. Το ύψος και το πλάτος του εμποδίου δεν πρέπει να ξεπερνά το προβλεπόμενο για την κάθε ηλικία. Το ίδιο ισχύει και για το εμπόδιο στο μέρος β της άσκησης. Οι αθλητές πρέπει να περάσουν από το πρώτο εμπόδιο προσεγγίζοντας το με χαμηλή ταχύτητα έτσι ώστε το ανασήκωμα του κάθε τροχού να γίνεται με τη σωστή τεχνική, δηλαδή με το πάτημα στο πετάλι ή τράβηγμα του τιμονιού για τον μπροστά τροχό και μετατόπιση του βάρους και ανασήκωση του πίσω τροχού με τράβηγμα και ταυτόχρονο σπρώξιμο του ποδηλάτου για πέρασμα του πίσω τροχού. Για την κατηγορία U10 η άσκηση θα είναι μόνο για το α μέρος αλλά με 2 εμπόδια τα ίδια.	Λάθος στην εκτέλεση είναι η πτώση του εμποδίου.	





		Για εκτέλεση του β μέρους πρέπει να δίνετε χώρο στους αθλητές για επιτάχυνση τουλάχιστον 8-10 μέτρων. Στόχος είναι η σωστή εκτέλεση. Ύψος και πλάτος ανά ηλικία U10 = 10cm x 3cm (min)		
4	Ανέβασμα σε ψηλότερο σημείο και κατέβασμα από το ίδιο ψηλό σημείο	Οι αθλητές ακολουθώντας την ορθή τεχνική θα πρέπει να μπορούν να ανέβουν σε ψηλότερο σημείο χωρίς να χτυπήσει ο μπροστά ή ο πίσω τροχός στο εμπόδιο (σκαλί, παλέτα). Ακολούθως και αφού καλύψουν κάποια μικρή απόσταση (τουλάχιστον 3μ) να μπορούν να κατέβουν από το ψηλότερο σημείο σε πιο χαμηλό με τον πίσω τροχό να ακουμπά πρώτος στο έδαφος. Ύψος ανά ηλικία U10 = 10cm	Χτύπημα των τροχών στο κάθετο μέρος του υπερυψωμένου σημείου (σκαλί, παλέτα, βράχος κλπ.). Βαθμοί ποινής 5 Επίσης λάθος θεωρείται αν στο κατέβασμα ακουμπήσει πρώτα ο μπροστά τροχός. Βαθμοί ποινής 5	
5	Μετατόπιση αντικείμενου (παγουριού, μπάλας τένις, ποτήρι με νερό κλπ)	Οι αθλητές παίρνουν το αντικείμενο από ένα σημείο και το μεταφέρουν σε άλλο σημείο σε απόσταση 5 μέτρα μακριά με το ποδήλατο. Η βάση όπου είναι τοποθετημένο ή όπου πρέπει να τοποθετηθεί το αντικείμενο μπορεί να είναι σε οποιοδήποτε ύψος (όσο πιο χαμηλά τόσο πιο μεγάλη η δυσκολία). Επίσης για αύξηση της δυσκολίας της άσκησης μπορεί η βάση όπου θα μεταφερθεί το αντικείμενο να τοποθετηθεί στην άλλη πλευρά έτσι ώστε να πρέπει οι αθλητές να αλλάξουν χέρι με το οποίο κρατούν το αντικείμενο.	Λάθος στην εκτέλεση είναι η πτώση του παγουριού σε οποιοδήποτε σημείο της άσκησης. Αν ο αθλητής/ τρια πάρει το αντικείμενο από την πρώτη βάση τότε παίρνει τους μισούς βαθμούς της άσκησης.	
6	Πέρασμα ζικ ζακ ανάμεσα σε κώνους	Τοποθετούνται οι κώνοι (10) σε ευθεία γραμμή με συγκεκριμένη απόσταση μεταξύ τους και οι αθλητές πρέπει να περάσουν ανάμεσα από όλους τους κώνους ακολουθώντας πορεία ζικ ζακ. Απόσταση μεταξύ κώνων /κατηγορία U10 = 100cm	Λάθος στην εκτέλεση είναι το ριζίμο ή μετακίνηση κώνου (κάθε κώνος 1 βαθμός ποινής)	
7	Τραμπάλα	Πέρασμα πάνω από την τραμπάλα η οποία έχει ίδιο ύψος και πλάτος για όλες τις κατηγορίες.	Λάθος στην εκτέλεση είναι η πτώση από την τραμπάλα.	
8	Σχηματισμός του αριθμού 8 (Οκταράκι)	Οι αθλητές μέσα σε χώρο 2x4μ πρέπει να σχηματίσουν 2 κύκλους (8ρακι). Για βοήθεια πρέπει να τοποθετηθούν 2 κώνοι γύρω από τους οποίους θα σχηματιστούν οι 2 κύκλοι. Πρέπει να υπάρχει καθορισμένη είσοδος και έξοδος στο ορθογώνιο οι οποίες να είναι	Λάθος θεωρείται το ακούμπισμα στο έδαφος και η έξοδος από το ορθογώνιο. Για κάθε λάθος αφαιρούνται 5 βαθμοί	



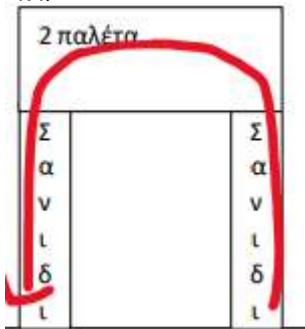


		ξεχωριστές έτσι ώστε να μην υπάρχει καθυστέρηση στη διεξαγωγή της άσκησης!		
9	Κίνηση σε κύκλο με πέρασμα πάνω από παγουράκια	Οι αθλητές πρέπει να ολοκληρώσουν ένα κύκλο 360 μοιρών περνώντας με το ποδήλατο πάνω από 12 ποδηλατικά παγουράκια τα οποία είναι επίσης τοποθετημένα σε κύκλο. Ακτίνα κύκλου 1,5μ.	Λάθος θεωρείται η μετακίνηση η πτώση ενός παγουριού. Ολοκλήρωση της άσκησης χωρίς πάτημα στο έδαφος και πτώση παγουριού 10 βαθμοί Πτώση ενός παγουριού -5 βαθμοί Πτώση δυο παγουριών -10 βαθμοί.	
10	Ανέβασμα και κατέβασμα από παλέτα. (Τα παλέτα μπορούν να τοποθετηθούν σε διάφορους σχηματισμούς)	Οι αθλητές πρέπει να περάσουν από το σχηματισμό με τα παλέτα χωρίς να πατήσουν κάτω ή να βγουν εκτός των ορίων των παλέτων. Μέγιστο ύψος παλέτων: U10 = 2 παλέτα	Λάθος θεωρείται το πάτημα κάτω ή η έξοδος από το σχηματισμό με τα παλέτα πριν το προκαθορισμένο σημείο εξόδου.	

U12, U14 & U15: (10 ασκήσεις)

A/A	ΕΙΔΟΣ ΑΣΚΗΣΗΣ	ΠΕΡΙΓΡΑΦΗ ΑΣΚΗΣΗΣ	ΤΡΟΠΟΣ ΒΑΘΜΟΛΟΓΗΣΗΣ	ΠΑΡΑΤΗΡΗΣΕΙΣ
1	Ισορροπία (σε συγκεκριμένο χώρο 1m X 2m για συγκεκριμένο χρονικό διάστημα)	Χώρος = 1μX2μ Διάρκεια U12=12δευτ. = 10 βαθμοί U14= 14δευτ. = 10 βαθμοί U15= 16δευτ. = 10 βαθμοί	Λάθος θεωρείται το πάτημα στο έδαφος με το πόδι και η έξοδος τουλάχιστον του ενός τροχού εκτός του προκαθορισμένου χώρου. Όταν ο αθλητής κάνει ένα από τα δύο πιο πάνω λάθη στο δεύτερο μισό του προκαθορισμένου χρόνου της άσκησης τότε παίρνει 5 βαθμούς.	Παράδειγμα: Αν αθλητής της U14 πατήσει στο έδαφος η βγει εκτός του προκαθορισμένου χώρου στα 8 δευτερόλεπτα παίρνει 5 βαθμούς.
2	Κύλιση σε υπερυψωμένη επιφάνεια (ύψος από 2-5εκ)	Για τις κατηγορίες U12, U14, U15. Η άσκηση περιλαμβάνει κύλιση σε σανίδι, αναστροφή πάνω σε υπερυψωμένη επιφάνεια 1x2μ (παλέτα με πλακάξ από πάνω) που θα ακολουθείται από κύλιση επίσης πάνω σε σανίδι το οποίο οδηγεί σε έξοδο από την άσκηση. Τα δυο σανίδια μαζί με την επιφάνεια 2 παλέτων σχηματίζουν σχήμα Π έτσι ώστε οι αθλητές να μπορούν να κάνουν αναστροφή και	Η βαθμολόγηση για τις κατηγορίες U12, U14, U15 είναι: +2,5 βαθμοί πέρασμα από το πρώτο σανίδι +2,5 βαθμοί είσοδος με ολόκληρο το ποδήλατο στα παλέτα (πρώτο παλέτο),	



		<p>να συνεχίζουν στο επόμενο σανίδι όπως στο σχήμα πιο κάτω</p> 	<p>+2,5 βαθμοί είσοδος του ενός τροχού στο σανίδι και +2,5 βαθμοί έξοδος και με τους δύο τροχούς από το σανίδι στο τέλος της άσκησης.</p>	
3	<p>Πέρασμα πάνω από εμπόδιο με</p> <p>α) τον κάθε τροχό ξεχωριστά (διάφορα ύψη ξύλου) και</p> <p>β) με τους δυο τροχούς ταυτόχρονα</p>	<p>Τα εμπόδια μπορεί να είναι ότι υλικό υπάρχει διαθέσιμο η επιθυμεί ο διοργανωτής (ξύλο, κορμός, κάποιο άλλο αντικείμενο κλπ) χωρίς να είναι αιχμηρά ή να υπάρχει περίπτωση να προκαλέσουν τραυματισμό. Το ύψος και το πλάτος του εμποδίου δεν πρέπει να ξεπερνά το προβλεπόμενο για την κάθε ηλικία. Το ίδιο ισχύει και για το εμπόδιο στο μέρος β της άσκησης.</p> <p>Οι αθλητές πρέπει να περάσουν από το πρώτο εμπόδιο προσεγγίζοντας το με χαμηλή ταχύτητα έτσι ώστε το ανασήκωμα του κάθε τροχού να γίνεται με τη σωστή τεχνική, δηλαδή με το πάτημα στο πετάλι ή τράβηγμα του τιμονιού για τον μπροστά τροχό και μετατόπιση του βάρους και ανασήκωση του πίσω τροχού με τράβηγμα και ταυτόχρονο σπρώξιμο του ποδηλάτου για πέρασμα του πίσω τροχού.</p> <p>Για εκτέλεση του β μέρους πρέπει να δίνετε χώρο στους αθλητές για επιτάχυνση τουλάχιστον 8-10 μέτρων.</p> <p>Στόχος είναι η σωστή εκτέλεση.</p> <p>Ύψος και πλάτος ανά ηλικία</p> <p>U12 = 15cm x 3cm (min)</p> <p>U14 = 20cm x 5cm (min)</p> <p>U15 = 20cm x 5cm (min)</p>	<p>Λάθος στην εκτέλεση είναι η πτώση του εμποδίου.</p>	
4	<p>Ανέβασμα σε ψηλότερο σημείο και κατέβασμα από το ίδιο ψηλό σημείο</p>	<p>Οι αθλητές ακολουθώντας την ορθή τεχνική θα πρέπει να μπορούν να ανέβουν σε ψηλότερο σημείο χωρίς να χτυπήσει ο μπροστά ή ο πίσω τροχός στο εμπόδιο (σκαλί, παλέτα). Ακολουθώντας και αφού καλύψουν κάποια μικρή απόσταση (τουλάχιστον 3μ) να μπορούν να κατέβουν από το ψηλότερο σημείο σε πιο χαμηλό με τον πίσω τροχό να ακουμπά πρώτος στο έδαφος.</p> <p>Ύψος ανά ηλικία</p>	<p>Χτύπημα των τροχών στο κάθετο μέρος του υπερυψωμένου σημείου (σκαλί, παλέτα, βράχος κλπ.). Βαθμοί ποινής 5</p> <p>Επίσης λάθος θεωρείται αν στο κατέβασμα ακουμπήσει πρώτα ο μπροστά τροχός.</p> <p>Βαθμοί ποινής 5</p>	



		U12 = 20cm U14 = 30cm U15 = 30cm		
5	Διαδρομή με τέσσερις κλειστές διαφόρα εμπόδια. Λαβύρινθος με τρεις ευθείες και τρεις κλειστές στροφές με εμπόδια.	Στην πρώτη ευθεία θα υπάρχουν τρεις μέχρι τέσσερις χαμηλοί κορμοί δέντρων (ύψος από 10 μέχρι 15 εκ) παράλληλα ανά 50 εκ από τους οποίους θα περάσουν από πάνω τους οι αθλητές. Η πρώτη στροφή θα έχει πλάτος 1μ και μήκος 1,5μ. Στη δεύτερη ευθεία θα υπάρχουν 3 κώνοι τους οποίους οι αθλητές πρέπει να περάσουν έχοντας τους κάτω από το ποδήλατο, ανάμεσα στους 2 τροχούς. Η δεύτερη στροφή έχει πλάτος 2,5μ. Στην Τρίτη ευθεία (3μ) θα υπάρχουν 4 εξωτερικά ελαστικά ποδηλάτου και αφού οι αθλητές τοποθετήσουν τους 2 τροχούς τους μέσα στα δύο ελαστικά από στάση θα πρέπει να πεδήξουν στα άλλα δύο ελαστικά που θα βρίσκονται στα δεξιά τους (κολλημένοι οι τροχοί μεταξύ τους). Η τρίτη στροφή θα είναι επίσης πλάτους όπως την πρώτη (1μ X1,5). Η τέταρτη ευθεία θα έχει μικρή ράμπα για πήδημα από το οποίο οι αθλητές θα πρέπει να πεδήξουν και να προσγειωθούν με τον πίσω τροχό. Θα υπάρχουν δύο ζώνες προσγείωσης. Για την κατηγορία U12 ζώνη προσγείωσης θα είναι στα πρώτα 40εκ. Για την U14 και U15 η ζώνη προσγείωσης θα είναι πάνω από 40 εκ.	Λάθος εκτέλεση είναι Α) πάτημα στο έδαφος στην πρώτη ευθεία Β) πάτημα στο έδαφος στην πρώτη στροφή Γ) ρίξιμο κώνου στην δεύτερη ευθεία Δ) πάτημα στο έδαφος στην δεύτερη στροφή Ε) μη είσοδος των δύο τροχών στα ελαστικά μετά από το πήδημα. Στ) πάτημα στο έδαφος στην Τρίτη στροφή Ζ) Προσγείωση με τους δύο ή τον μπροστινό τροχό και εκτός της προκαθορισμένης ζώνης Τρία λάθη = 0 βαθμοί Δυο λάθη = 5 βαθμοί Μηδέν ως ένα λάθος = 10 βαθμοί	
6	Πέρασμα ανάμεσα σε κώνους ζικ ζακ	Τοποθετούνται οι κώνοι (10) σε ευθεία γραμμή με συγκεκριμένη απόσταση μεταξύ τους και οι αθλητές πρέπει να περάσουν ανάμεσα από όλους τους κώνους ακολουθώντας πορεία ζικ ζακ. Απόσταση μεταξύ κώνων /κατηγορία U12 = 100cm U14 = 50cm U15 = 50cm	Λάθος στην εκτέλεση είναι το ρίξιμο ή μετακίνηση κώνου (κάθε κώνος 1 βαθμός ποινής)	
7	Τραμπάλα.	Πέρασμα πάνω από την τραμπάλα η οποία έχει ίδιο ύψος και πλάτος για όλες τις κατηγορίες.	Λάθος στην εκτέλεση είναι η πτώση από την τραμπάλα.	
8	Σχηματισμός του αριθμού 8 (Οκταράκι)	Οι αθλητές μέσα σε χώρο 2x4μ πρέπει να σχηματίσουν 2 κύκλους (8ρακι). Για βοήθεια πρέπει να τοποθετηθούν 2 κώνοι γύρω από τους οποίους θα σχηματιστούν οι 2 κύκλοι.	Λάθος θεωρείται το ακούμπισμα στο έδαφος και η έξοδος από το ορθογώνιο. Για κάθε λάθος αφαιρούνται 5 βαθμοί	





		Πρέπει να υπάρχει καθορισμένη είσοδος και έξοδος στο ορθογώνιο οι οποίες να είναι ξεχωριστές έτσι ώστε να μην υπάρχει καθυστέρηση στη διεξαγωγή της άσκησης!		
9	Κίνηση σε κύκλο με πέρασμα πάνω από παγουράκια	Οι αθλητές πρέπει να ολοκληρώσουν ένα κύκλο 360 μοιρών περνώντας με το ποδήλατο πάνω από 12 ποδηλατικά παγουράκια τα οποία είναι επίσης τοποθετημένα σε κύκλο. Ακτίνα κύκλου 1,5μ.	Λάθος θεωρείται η μετακίνηση η πτώση ενός παγουριού. Ολοκλήρωση της άσκησης χωρίς πάτημα στο έδαφος και πτώση παγουριού 10 βαθμοί Πτώση ενός παγουριού -5 βαθμοί Πτώση δυο παγουριών -10 βαθμοί.	
10	Ανέβασμα και κατέβασμα από παλέτα. (Τα παλέτα μπορούν να τοποθετηθούν σε διάφορους σχηματισμούς)	Οι αθλητές πρέπει να περάσουν από το σχηματισμό με τα παλέτα χωρίς να πατήσουν κάτω ή να βγουν εκτός των ορίων των παλέτων. Μέγιστο ύψος παλέτων: U12 ως U15 = 3 παλέτα	Λάθος θεωρείται το πάτημα κάτω ή η έξοδος από το σχηματισμό με τα παλέτα πριν το προκαθορισμένο σημείο εξόδου.	

Όσοι αθλητές επιθυμούν μπορούν να επισκεφθούν τον χώρο διεξαγωγής του αγώνα για δοκιμαστικά από το Σάββατο 20/01/2024.

3. Εκκίνηση/Τερματισμός

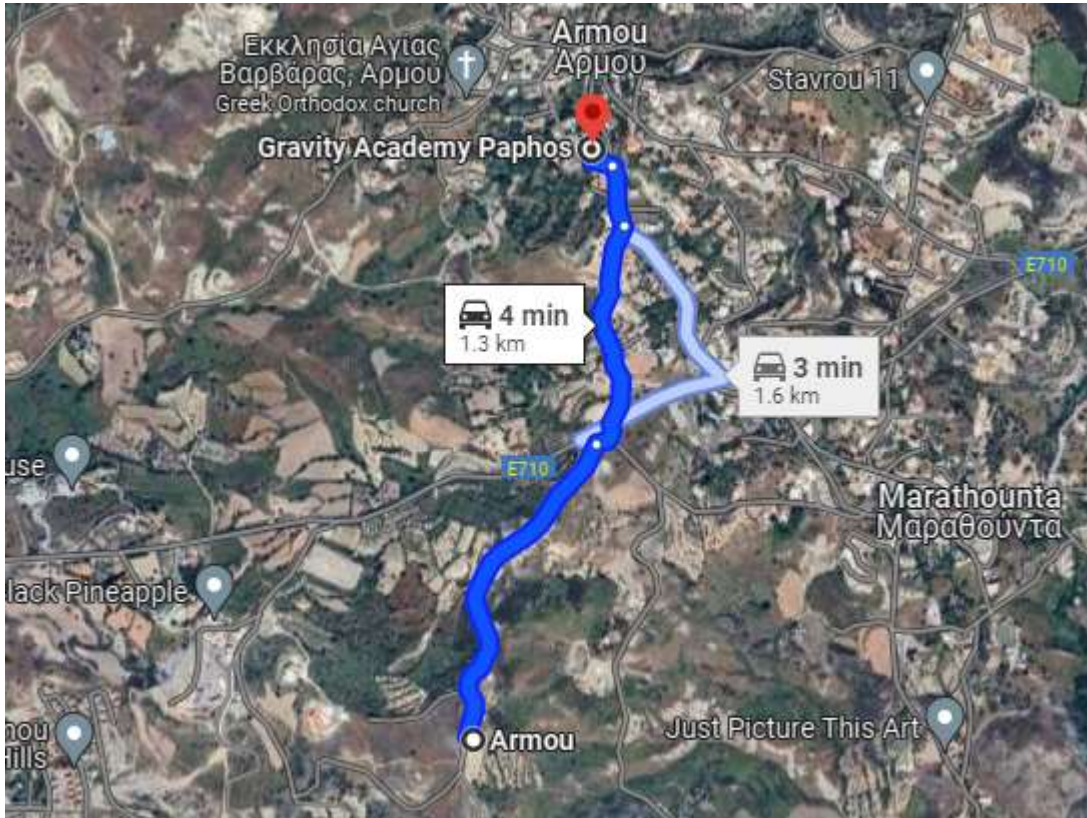
Ο χώρος διεξαγωγής του αγώνα δεξιοτεχνίας θα πραγματοποιηθεί στο Παλιό Σχολείο του χωριού Άρμου. Κάντε κλικ [ΕΔΩ](#) για ακριβής τοποθεσία.





Ο αγώνας Μίνι Downhill θα πραγματοποιηθεί σε πίστα σε κοντινή απόσταση από τον αγώνα δεξιoteχνίας. Κάντε κλικ [ΕΔΩ](#) για ακριβής τοποθεσία.

Διαδρομή: https://ridewithgps.com/routes/35127900?privacy_code=ACZpl4y9x5535flz



Στην εκκίνηση θα τηρηθεί λίστα εκκίνησης των αγώνων δεξιoteχνίας.

Με την ολοκλήρωση του αγώνα οι αθλητές θα μπορούν να δοκιμάσουν και άλλα σημεία δεξιoteχνίας παίζοντας.

4. Πρόγραμμα Ημερίδας

- 09:00-09:30 Εγγραφές των αθλητών από υπεύθυνο της ακαδημίας τους.
- 09:30- 09:45 Τεχνικό συνέδριο
- 10:00-11:00 Δρόμος δεξιoteχνίας αθλητών και αθλητριών κατηγοριών U10
- 11:00-11:20 Ποδηλατικός γύρος U10
- 11:20-11:40 Απονομές U10
- 11:00-12:30 Δρόμος δεξιoteχνίας αθλητών και αθλητριών κατηγοριών U15, U14, U12
- 12:00-13:30 Αγώνας Mini Downhill αθλητών και αθλητριών κατηγοριών U14 & U15.
- 14:00 Απονομές κατηγορίας στο Παλιό Σχολείο του χωριού.





5. Δήλωση Συμμετοχής

Προεγγραφές στο gravityacademycy@gmail.com μέχρι την Πέμπτη 25 Ιανουαρίου 2024.

6. Κόστος συμμετοχής

- €10,00 για τις κατηγορίες U10, U12, U14 και U15 της Ακαδημίας ποδηλασίας. Όσοι αθλητές συμμετέχουν στη δεξιοτεχνία μπορούν να συμμετέχουν και στο Mini-Downhill χωρίς επιπλέον κόστος.
- €10,00 για τις κατηγορίες U14 και U15 που θα λάβουν μέρος ΜΟΝΟ στο Mini Downhill.

7. Έπαθλα

- Για την δοκιμασία δεξιοτεχνίας θα βραβευτούν με κύπελλα και μετάλλια οι τρεις πρώτοι νικητές, στις κατηγορίες U12, U14, U15.
- Όλη η κατηγορία U10 θα βραβευτεί με μετάλλιο συμμετοχής.
- Για τον αγώνα Mini Downhill θα βραβευτούν με κύπελλα και μετάλλια οι τρεις πρώτοι νικητές στις κατηγορίες U14 και U15.

8. Αγωνόδικος Επιτροπή

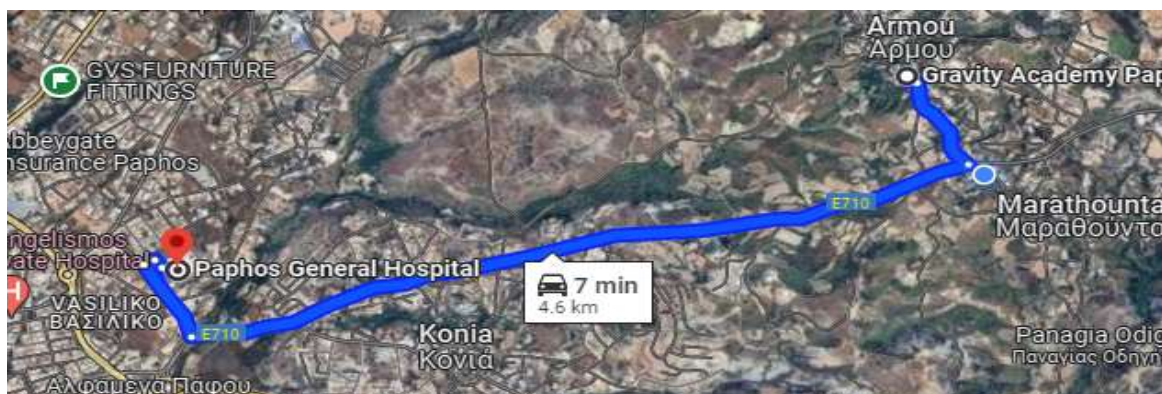
Θα διοριστεί από την Τεχνική Επιτροπή της Κ.Ο.ΠΟ.

9. Ιατρική κάλυψη

Ο αγώνας θα διεξαχθεί με την παρουσία ασθενοφόρου οχήματος.

Το πλησιέστερο νοσοκομείο είναι το Γενικό Νοσοκομείο Πάφου.

Μπορείτε να βρείτε τη διαδρομή [εδώ](#).





10. Διοργανωτής

GRAVITY

Email: gravityacademycy@gmail.com

Υπεύθυνοι διοργάνωσης:

Μιχάλης Άχχας, τηλ. επικοινωνίας 99 860239

Ειρήνη Ιωάννου, τηλ. Επικοινωνίας 96 544524

