



ΠΡΟΚΗΡΥΞΗ ΑΓΩΝΑ

Ατομική Χρονομέτρηση (ITT) / Ανάβαση Ακρούντας

Η Κυπριακή Ομοσπονδία Ποδηλασίας, σε συνεργασία με την AEL Cycling και το Κοινοτικό Συμβούλιο Ακρούντας, διοργανώνει Ατομική Χρονομέτρηση (ITT) στο πλαίσιο της σειράς αγώνων Road Cup. Ο αγώνας θα διεξαχθεί την Κυριακή, 27 Σεπτεμβρίου 2026, στην Ακρούντα, Λεμεσός.

Ο αγώνας θα διεξαχθεί σύμφωνα με τους κανονισμούς αγώνων 2026 της Κυπριακής Ομοσπονδίας Ποδηλασίας και τους κανονισμούς της UCI.

Κανονισμοί Αγώνα

1. Κατηγορίες: Στον αγώνα μπορούν να συμμετάσχουν όλες οι επίσημες κατηγορίες της Κυπριακής Ομοσπονδίας Ποδηλασίας (ΠΑΙΔΩΝ – ΚΟΡΑΣΙΔΩΝ, ΕΦΗΒΩΝ – ΝΕΑΝΙΔΩΝ, ΑΝΔΡΩΝ ΚΑΙ ΓΥΝΑΙΚΩΝ ΕΛΙΤ, ΜΑΣΤΕΡΣ ΑΝΔΡΩΝ ΚΑΙ ΓΥΝΑΙΚΩΝ, ΑΝΔΡΩΝ ΚΑΙ ΓΥΝΑΙΚΩΝ CFA). Καθώς πρόκειται για χρονομέτρηση ανάβασης (ανηφορική διαδρομή), τα ανά κατηγορία όρια μέγιστης απόστασης για τις χρονομετρήσεις δεν ισχύουν, και όλες οι κατηγορίες ολοκληρώνουν την ίδια διαδρομή.

CFA 19–29 Ανδρών

CFA 30–39 Ανδρών

CFA 40–49 Ανδρών

CFA 50+ Ανδρών

CFA 19–29 Γυναικών

CFA 30–39 Γυναικών

CFA 40–49 Γυναικών

CFA 50+ Γυναικών

2. Κανόνες συμμετοχής:

α. Στις επίσημες κατηγορίες του αγώνα θα επιτρέπεται η συμμετοχή μόνο σε αθλητές με έγκυρο πιστοποιητικό υγείας εκδοθέν από τον ΚΟΑ. Το πιστοποιητικό υγείας (όχι αντίγραφο) πρέπει να προσκομιστεί στη γραμματεία κατά την εγγραφή για όλους τους αθλητές. Δεν θα γίνει καμία εξαίρεση.

β. Οι αθλητές στις κατηγορίες CFA μπορούν να συμμετάσχουν υπό τις ακόλουθες προϋποθέσεις — Ιατρικό Πιστοποιητικό: οι συμμετέχοντες πρέπει να υποβάλουν στη γραμματεία του αγώνα ιατρικό πιστοποιητικό που να βεβαιώνει ότι είναι ικανοί να λάβουν μέρος σε ποδηλατικούς αγώνες· Ατομική Εγγραφή: η εγγραφή πρέπει να γίνει σε προσωπική βάση.

γ. Οι αθλητές πρέπει να αγωνίζονται φορώντας την απαραίτητη ποδηλατική στολή και κράνος, και χρησιμοποιώντας ποδήλατα που συμμορφώνονται με τους κανονισμούς της UCI.

δ. Οι αθλητές που αγωνίζονται σε επαγγελματικές ομάδες της UCI μπορούν, κατόπιν συνεννόησης με τον σύλλογό τους στην Κύπρο, να συμμετάσχουν φορώντας τη στολή της επαγγελματικής τους ομάδας. Για να το πράξουν, πρέπει να υποβάλουν στην Ομοσπονδία δεόντως υπογεγραμμένο και σφραγισμένο πιστοποιητικό εγγραφής στην επαγγελματική ομάδα.

ε. Οι αθλητές στην κατηγορία CFA μπορούν να φορούν τη στολή της επιλογής τους, εκτός από τις επίσημες στολές της UCI και της UEC (Παγκόσμιος Πρωταθλητής, Πρωταθλητής Ευρώπης, Κίτρινη Φανέλα, κ.λπ.) και της Κ.Ο.ΠΟ. (Πρωταθλητής Κύπρου, Εθνική Ομάδα, κ.λπ.).

στ. Οι αθλητές υποχρεούνται να φέρουν έναν αριθμό στη φανέλα τους.



CYPRUS CYCLING



3. Διαδρομή: Πρόκειται για ανηφορική Ατομική Χρονομέτρηση με εκκίνηση στο χωριό Ακρούντα. Οι ποδηλατικοί αγώνες στην Κύπρο διεξάγονται σε δρόμους ανοικτούς στην κυκλοφορία οχημάτων· οι αθλητές και οι συνοδοί πρέπει να τηρούν αυστηρά τον Κώδικα Οδικής Κυκλοφορίας και δεν επιτρέπεται να χρησιμοποιούν τη δεξιά λωρίδα.

α. Προφίλ διαδρομής: 7,41 χλμ., υψομετρική διαφορά 502 μ., μέση κλίση 6,8%.

β. Τμήμα Strava: <https://www.strava.com/segments/41804815>

γ. Όλες οι κατηγορίες ολοκληρώνουν την ίδια διαδρομή.

4. Γραμμή εκκίνησης και τερματισμού:

α. Ο αγώνας θα ξεκινήσει στο χωριό Ακρούντα, έξω από το Δημόσιο Πάρκο Ακρούντας ([εδώ](#)).

β. Ο αγώνας θα τερματίσει στην κορυφή της ανάβασης, περίπου στο χλμ. 7,41.

γ. Οι αθλητές πρέπει να φτάσουν στον χώρο εκκίνησης τουλάχιστον 15 λεπτά πριν από την ώρα εκκίνησής τους.

5. Διαδικασία εκκίνησης και σειρά εκκίνησης:

α. Πρόκειται για ατομική χρονομέτρηση. Οι αθλητές εκκινούν ένας-ένας, με μεσοδιαστήματα 1 λεπτού.

β. Η σειρά εκκίνησης θα καθοριστεί σύμφωνα με τους κανονισμούς της Ομοσπονδίας (II.3.1): με βάση τα αποτελέσματα της πιο πρόσφατης ατομικής χρονομέτρησης· εάν δεν έχει διεξαχθεί χρονομέτρηση κατά τη διάρκεια του έτους, θα χρησιμοποιηθεί η Γενική Κατάταξη του Κυπέλλου Κύπρου. Αθλητές της ίδιας ομάδας δεν θα εκκινούν διαδοχικά. Σε αγώνα πρωταθλήματος, ο ενεργεία πρωταθλητής εκκινεί τελευταίος στην κατηγορία του.

γ. Η ατομική σειρά εκκίνησης θα δημοσιευτεί πριν από τον αγώνα και θα ανακοινωθεί στην τεχνική σύσκεψη.

δ. Δεν επιτρέπεται drafting. Εάν ένας αθλητής προλαμβάνεται από επόμενο αναβάτη, πρέπει να παραχωρήσει προτεραιότητα και δεν πρέπει να καλυφθεί πίσω του.

6. Ζώνες ανεφοδιασμού: Δεδομένου του μικρού μήκους της διαδρομής, δεν θα υπάρχει ζώνη ανεφοδιασμού· οι αθλητές είναι αυτόνομοι καθ' όλη τη διάρκεια της προσπάθειας. ΜΗΝ ΠΕΤΑΤΕ ΣΚΟΥΠΙΔΙΑ (Π.Χ. ΠΕΡΙΤΥΛΙΓΜΑΤΑ ΤΖΕΛ) ΣΤΗΝ ΑΚΡΗ ΤΟΥ ΔΡΟΜΟΥ. ΟΠΟΙΟΣ ΑΘΛΗΤΗΣ ΕΝΤΟΠΙΣΤΕΙ ΝΑ ΤΟ ΚΑΝΕΙ ΘΑ ΚΑΤΑΓΓΕΛΘΕΙ ΚΑΙ ΜΠΟΡΕΙ ΝΑ ΑΠΟΚΛΕΙΣΤΕΙ.

7. Κριτές διαδρομής, σήμανση και ασφάλεια:

α. Η διαδρομή θα είναι σαφώς σημασμένη, με κριτές σε όλα τα κρίσιμα σημεία για τον έλεγχο της κυκλοφορίας.

β. Ο δρόμος θα είναι ανοικτός στην κυκλοφορία, ρυθμιζόμενος από κριτές κατά μήκος της διαδρομής. Οι αγωνιζόμενοι πρέπει να κινούνται αυστηρά στην αριστερή πλευρά του δρόμου και να τηρούν τον Κώδικα Οδικής Κυκλοφορίας.

γ. ΚΑΘΕ ΑΘΛΗΤΗΣ ΣΥΜΜΕΤΕΧΕΙ ΜΕ ΔΙΚΗ ΤΟΥ ΕΥΘΥΝΗ.

8. Οχήματα υποστήριξης: Δεν επιτρέπονται οχήματα υποστήριξης στη διαδρομή.

9. Στάθμευση – Δημόσιες τουαλέτες: Υπάρχουν δημόσιες τουαλέτες και χώροι στάθμευσης γύρω από τον χώρο εκκίνησης στην Ακρούντα.

10. Χρονομέτρηση: Η χρονομέτρηση θα γίνει χειροκίνητα χωρίς τσιπ.

11. Έλεγχος σχέσης μετάδοσης: Θα διενεργηθεί έλεγχος σχέσης μετάδοσης (rollout) πριν από την εκκίνηση για τις κατηγορίες όπου απαιτείται.

12. Πρόγραμμα αγώνα:



CYPRUS CYCLING



α. 07:00 – 08:00: Εγγραφές

β. 08:00: Τεχνική σύσκεψη στον χώρο εκκίνησης

γ. 08:30: Εκκίνηση του πρώτου αθλητή

δ. 11:30: Τελετή απονομής στην πλατεία του χωριού Ακρούντα (στην εκκίνηση). Η ακριβής ώρα θα επιβεβαιωθεί την ημέρα του αγώνα.

13. Εγγραφές: Παρακαλείστε να υποβάλετε τις εγγραφές σας, καθώς και τον αρχηγό ομάδας, στο wdedoncker93@gmail.com έως τις 22 Σεπτεμβρίου 2026.

14. Παράβολο συμμετοχής:

α. €15,00 – Παίδων, Κορασίδων, Νεανίδων, Εφήβων

β. €25,00 – Ανδρών, Γυναικών

γ. €25,00 – Μάστερς 1, Μάστερς 2, Μάστερς 3

δ. €15,00 – Κατηγορίες Ποδηλασία για Όλους έως 19 ετών

ε. €25,00 – όλες οι υπόλοιπες κατηγορίες Ποδηλασία για Όλους

Επιπλέον, οι αθλητές CFA χωρίς ετήσιο δελτίο της Κυπριακής Ομοσπονδίας Ποδηλασίας θα επιβαρύνονται με €10 για την έκδοση ημερήσιου δελτίου ποδηλάτη από την Ομοσπονδία.

15. Πληρωμή:

α. Το παράβολο συμμετοχής καταβάλλεται στη γραμματεία του αγώνα την ημέρα του αγώνα από τον υπεύθυνο της ομάδας, εκ μέρους όλων των αθλητών της ομάδας. Εάν είναι δυνατόν, είναι προτιμότερο τα χρήματα να καταβληθούν πριν από την εκδήλωση μέσω Revolut ή Τράπεζας Κύπρου στον ακόλουθο λογαριασμό:

β. Οι αθλητές στην κατηγορία Ποδηλασία για Όλους που δεν ανήκουν σε ομάδα πληρώνουν ατομικά.

16. Ιατρική κάλυψη:

α. Ο αγώνας θα καλύπτεται από γιατρό και ασθενοφόρο.

β. Σε περίπτωση έκτακτης ανάγκης, το πλησιέστερο νοσοκομείο είναι το Γενικό Νοσοκομείο Λεμεσού (Οδός Νικαίας 1, Κάτω Πολεμίδια 4131, Κύπρος).

17. Απονομές:

α. Θα βραβευτούν οι 3 πρώτοι αθλητές κάθε κατηγορίας.

β. Η τελετή απονομής θα πραγματοποιηθεί στην πλατεία του χωριού Ακρούντα στις 11:30 (η ακριβής ώρα θα επιβεβαιωθεί την ημέρα του αγώνα).

γ. Ενθαρρύνουμε όλους τους συμμετέχοντες αθλητές να παραμείνουν για την τελετή απονομής.

18. Διοργανωτής: Ποδηλατικός Σύλλογος AEL, William De Doncker, 99878415, wdedoncker93@gmail.com

19. Χορηγοί