

Α.Π.

Αθήνα Φεβρουαρίου 2013

ΚΑΝΟΝΙΣΜΟΣ ΑΓΩΝΩΝ ΠΑΛΑΙΜΑΧΩΝ ΚΑΙ ΛΟΙΠΩΝ ΑΘΛΟΥΜΕΝΩΝ
(ΕΚΤΟΣ MASTERS)

Τα όρια ηλικιών στις κατηγορίες Παλαιμάχων και των Λοιπών αθλουμένων έχουν ως εξής:

ΗΛΙΚΙΑΚΕΣ ΚΑΤΗΓΟΡΙΕΣ

ΑΝΔΡΕΣ**ΚΑΤΗΓΟΡΙΑ Α:**

A - 1 (30 - 34)
 A - 2 (35 - 39)
 A - 3 (40 - 44)
 A - 4 (45 - 49)
 A - 5 (50 - 54)

ΚΑΤΗΓΟΡΙΑ Β:

B - 6 (55 - 59)
 B - 7 (60 - 64)
 B - 8 (65 - 69)
 B - 9 (70 - 74)
 B - 10 (75 - 79)
 B - 11 (80 και άνω)

ΓΥΝΑΙΚΕΣ**ΚΑΤΗΓΟΡΙΑ Γ:**

Γ - 1 (30 - 34)
 Γ - 2 (35 - 39)
 Γ - 3 (40 - 44)
 Γ - 4 (45 - 49)
 Γ - 5 (50 - 54)

Γ - 6 (55 - 59)
 Γ - 7 (60 - 64)
 Γ - 8 (65 - 69)
 Γ - 9 (70 - 74)
 Γ - 10 (75 και άνω)

Για τη συμπλήρωση κατηγορίας απαιτούνται τουλάχιστον 3 αγωνιζόμενοι. Στην περίπτωση που δεν δημιουργείται κατηγορία τότε οι αγωνιζόμενοι αυτής της ηλικιακής κατηγορίας ενώνονται με την αμέσως προηγούμενη, π.χ. αν η κατηγορία Γ4 δεν έχει 3 αγωνιζόμενες, τότε αυτές θα ενωθούν με την κατηγορία Γ3. Εξαιρούνται οι κατηγορίες Β11 και Γ10 που θεωρούνται συμπληρωμένες με όσους έχουν.

Η αγωνιστική χρονιά αρχίζει στη 1^η Ιουλίου και τελειώνει στη 30^η Ιουνίου του επόμενου έτους όπως σε όλα τα αγωνίσματα της FIS.

Στις κατηγορίες Παλαιμάχων αθλητών και Λοιπών αθλουμένων των Ελληνικών Αγώνων, εκτός των FIS-MASTERS δηλαδή, μπορούν να λάβουν μέρος αγωνιζόμενοι οι οποίοι έως 31-12-2013 συμπληρώνουν το 30^ο (τριακοστό) έτος της ηλικίας τους και δεν υπήρξαν ενεργοί αθλητές τα τελευταία 5 χρόνια.

Στις κατηγορίες παλαιμάχων, δεν ισχύει ο ηλικιακός περιορισμός πρώτης εγγραφής, που ισχύει στις άλλες κατηγορίες του Ελληνικού πρωταθλήματος. Συνεπώς όλοι οι Σύλλογοι μπορούν να εγγράφουν για πρώτη φορά νέους αθλητές ανεξαρτήτως ηλικίας στις κατηγορίες παλαιμάχων.

Υπενθυμίζεται επίσης ότι όλοι οι παλαίμαχοι αθλητές πρέπει:

1. Να είναι μέλη ενεργών σωματείων της ΕΟΧ.
2. Οι δηλώσεις συμμετοχής να αποστέλλονται από τα σωματεία στους οργανωτές το αργότερο 2 ημέρες πριν από τη σύσκεψη του αγώνα.
3. Να εκπροσωπούνται στη σύσκεψη και να ειδοποιούν εγκαίρως την Ε.Ε. για τυχόν αλλαγές ή προβλήματα.
4. Να καταθέσουν υπεύθυνη δήλωση στην Ε.Ε. όπου θα δηλώνουν ότι συμμετέχουν με δική τους ευθύνη, ότι είναι υγιείς, ασφαλισμένοι και ότι σε περίπτωση ατυχήματος παραιτούνται από κάθε απαίτηση από την ΕΟΧ, του Οργανωτές και τα στελέχη του αγώνα.
5. Να έχουν μαζί τους Αστυνομική Ταυτότητα ή οποιοδήποτε άλλο δημόσιο έγγραφο από όπου προκύπτει η ηλικία του αγωνιζομένου.

Οι λοιποί αθλούμενοι:

1. Δηλώνουν συμμετοχή στη γραμματεία της Ο.Ε. έως 1 ημέρα πριν την έναρξη της σύσκεψης του αγώνα.
2. Καταθέτουν υπεύθυνη δήλωση στην Ε.Ε. όπου θα δηλώνουν ότι συμμετέχουν με δική τους ευθύνη, ότι είναι υγιείς, ασφαλισμένοι και ότι σε περίπτωση ατυχήματος παραιτούνται από κάθε απαίτηση από την ΕΟΧ, του Οργανωτές και τα στελέχη του αγώνα.
3. Έχουν μαζί τους Αστυνομική Ταυτότητα ή οποιοδήποτε άλλο δημόσιο έγγραφο από όπου προκύπτει η ηλικία του αγωνιζομένου.

ΣΕΙΡΑ ΕΚΚΙΝΗΣΗΣ

Για τη σειρά εκκίνησης ακολουθείται ο γενικός κανόνας ότι προηγούνται οι κυρίες και οι μεγαλύτερες ηλικίες και συνεχίζουμε σε φθίνουσα πορεία με τελευταίους τους νεώτερους άνδρες. Εντός των κατηγοριών οι αγωνιζόμενοι κληρώνονται με τυχαία σειρά. Στη δεύτερη διαδρομή ακολουθείται η διαδικασία bibo έως 5 αγωνιζόμενοι ανά κατηγορία.

ΑΓΩΝΙΣΜΑΤΑ

1. ΑΛΠΙΚΑ : Γ.Τ.Κ. με 22 πόρτες και απόσταση από πόρτα σε πόρτα 23 μέτρα.
2. ΔΡΟΜΟΙ ΑΝΤΟΧΗΣ : 2 χλμ Κλασική Τεχνική ή 4 χλμ Ελεύθερη Τεχνική.

ΑΠΟΝΟΜΕΣ - ΒΡΑΒΕΥΣΕΙΣ

Θα γίνονται χωριστές απονομές για τους Παλαιμάχους και για τους Λοιπούς Αθλούμενους. Μετάλλια και διπλώματα θα απονέμονται στους 3 πρώτους/ες κάθε κατηγορίας.

ΑΓΩΝΙΣΤΙΚΟΣ ΕΞΟΠΛΙΣΜΟΣ

Οι αγωνιζόμενοι μπορούν να χρησιμοποιούν εξοπλισμό της επιλογής τους. Συνιστάται η χρήση εξοπλισμού για αγώνες Γιγαντιαίας Τεχνικής Κατάβασης και των προβλεπομένων για τους Δρόμους αντοχής. Η χρήση ειδικού προστατευτικού κράνους στην Γ.Τ.Κ. είναι υποχρεωτική.

ΟΙΚΟΝΟΜΙΚΗ ΣΥΝΔΡΟΜΗ

Όλοι οι αγωνιζόμενοι υποχρεούνται να καταβάλουν στην Οργανωτική Επιτροπή ως δικαίωμα συμμετοχής το ποσό των 10,00 € (δέκα ευρώ) ανά αγώνισμα, με υποχρέωση του Οργανωτή την προσφορά γεύματος.

ΓΙΑ ΟΤΙ ΔΕΝ ΠΡΟΒΛΕΠΕΤΑΙ ΣΤΟΝ ΠΑΡΟΝΤΑ ΚΑΝΟΝΙΣΜΟ ΙΣΧΥΟΥΝ ΟΙ Κ.Α.Χ.

Ο ΠΡΟΕΔΡΟΣ**Η ΓΕΝ. ΓΡΑΜΜΑΤΕΑΣ****ΔΗΜΟΣΘΕΝΗΣ ΓΥΡΟΥΣΗΣ****ΣΠΥΡΙΔΟΥΛΑ ΣΤΑΜΟΥ**