



ΔΗΜΟΣ  
ΦΙΛΟΘΕΗΣ-ΨΥΧΙΚΟΥ



**ΑΘΛΗΤΙΚΟΣ ΟΜΙΛΟΣ ΦΙΛΟΘΕΗΣ  
ΔΗΜΟΣ ΦΙΛΟΘΕΗΣ-ΨΥΧΙΚΟΥ  
ΣΕΓΑΣ**

ΔΗΜΟΤΙΚΟ  
ΓΥΜΝΑΣΤΗΡΙΟ  
ΦΙΛΟΘΕΗΣ  
"ΣΤΕΛΙΟΣ ΚΥΡΙΑΚΙΔΗΣ"

Καλλιγιά 77, Φιλοθέη, Τ.Κ. 15237

## **ΠΡΟΚΗΡΥΞΗ ΑΓΩΝΩΝ ΔΡΟΜΟΥ ΣΕ ΔΗΜΟΣΙΑ ΟΔΟ ΚΥΡΙΑΚΙΔΕΙΑ 2024**

**Κυριακή 1 Δεκεμβρίου 2024**

**Ο Αθλητικός Όμιλος Φιλοθέης, με την υποστήριξη του ΔΗΜΟΥ ΦΙΛΟΘΕΗΣ - ΨΥΧΙΚΟΥ και υπό την αιγίδα του Σ.Ε.Γ.Α.Σ, διοργανώνει αγώνες δρόμου σε δημόσια οδό, με την επωνυμία ΚΥΡΙΑΚΙΔΕΙΑ 2024.**

Οι αγώνες διοργανώνονται στη μνήμη του Στέλιου Κυριακίδη, ενός από τους μεγαλύτερους αθλητές στην ιστορία του Ελληνικού Κλασσικού Αθλητισμού, Πανελληνιονίκη και Βαλκανιονίκη, στα 10.000 μέτρα και στο Μαραθώνιο δρόμο, καθώς επίσης νικητή του διεθνούς Μαραθωνίου της Βοστώνης το 1946. Ο τιμώμενος υπήρξε ιδρυτικό μέλος του Α. Ο. Φιλοθέης και επί σειρά ετών διευθυντής του γυμναστηρίου, το οποίο σήμερα φέρει το όνομά του .

### **ΗΜΕΡΟΜΗΝΙΑ - ΤΟΠΟΣ ΤΕΛΕΣΗΣ**

Οι αγώνες θα διεξαχθούν **στη Φιλοθέη, την Κυριακή 1 Δεκεμβρίου 2024 και με ώρα έναρξης 09:30, σε δημόσια οδό** και επί της διαδρομής που δείχνει το επισυναπτόμενο διάγραμμα . Η εκκίνηση και ο τερματισμός θα γίνουν στο Δημοτικό Γυμναστήριο Φιλοθέης (Καλλιγιά 77).

Η διαδρομή των **1.000** μέτρων αφορά τις κατηγορίες Αγοριών – Κοριτσιών, γεννημένους μέχρι το **2007 και μικρότερους –ρες.**

Ο αγώνας των **10 χλμ.** αφορά στις κατηγορίες Εφήβων – Νεανίδων – Ανδρών – Γυναικών και Βετεράνων Ανδρών-Γυναικών.

Η διαδρομή είναι μετρημένη και πιστοποιημένη από επίσημο μετρητή της AIMS.

Η χρονομέτρηση και η έκδοση των αποτελεσμάτων θα γίνει ηλεκτρονικά και θα υπάρχουν σταθμοί τροφοδοσίας στο 3<sup>ο</sup> και 7<sup>ο</sup>χλμ καθώς επίσης και στον τερματισμό.

**Υπάρχει χρονικός περιορισμός τερματισμού στη μια ώρα και τριάντα λεπτά (1 1/2) από την εκκίνηση.**

Ο αγώνας των **5 χλμ.** αφορά στις κατηγορίες Εφήβων – Νεανίδων – Ανδρών – Γυναικών και Βετεράνων Ανδρών-Γυναικών.

Η χρονομέτρηση και η έκδοση των αποτελεσμάτων θα γίνει ηλεκτρονικά και θα υπάρχουν σταθμοί τροφοδοσίας στο 2,5 χλμ. καθώς επίσης και στον τερματισμό.

**Υπάρχει χρονικός περιορισμός τερματισμού στη μιά (1) ώρα από την εκκίνηση.**

### **ΙΑΤΡΙΚΗ ΕΞΕΤΑΣΗ**

Οι αθλητές- τρεις πρέπει να έχουν εξετασθεί ιατρικά με ευθύνη των συλλόγων τους. Οι ανεξάρτητοι αθλητές θα πρέπει να εξετασθούν με δική τους ευθύνη .

**Σε κάθε περίπτωση όμως, όλοι οι αγωνιζόμενοι συμμετέχουν με δική τους αποκλειστική ευθύνη.**

**Οι οργανωτές δεν έχουν καμία ευθύνη για ότι συμβεί, κατά τη διάρκεια του αγώνα σχετικά με θέματα ΥΓΕΙΑΣ και οφείλεται σε έλλειψη προληπτικού ιατρικού ελέγχου.**

### **ΕΠΑΘΛΑ**

Στον Αγώνα των 10 χλμ. των 5 χλμ. θα απονεμηθούν μετάλλια και αναμνηστικά διπλώματα σε όλους τους συμμετέχοντες εφ' όσον τερματίσουν

Θα βραβευθούν οι τρεις (3) πρώτοι Άνδρες και οι τρεις (3) πρώτες Γυναίκες της γενικής κατάταξης καθώς και οι αντίστοιχοι νικητές των επιμέρους ηλικιακών κατηγοριών.

Θα βραβευθούν τα τρία (3) πρώτα αγόρια και τα τρία (3) πρώτα κορίτσια των επιμέρους ηλικιακών κατηγοριών.

Στον πρώτο νικητή-τρια κάθε κατηγορίας θα απονεμηθεί κύπελλο. Στους τρεις πρώτους νικητές-τριες θα απονεμηθούν μετάλλια και διπλώματα.

### **ΔΙΚΑΙΩΜΑ ΣΥΜΜΕΤΟΧΗΣ – ΔΗΛΩΣΕΙΣ**

Ο αγώνας των **10 χλμ. έχει όριο 1.000 συμμετοχές** ο αγώνας των **5 χλμ. έχει όριο 600 συμμετοχές** και οι **παιδικοί αγώνες έχουν όριο 300 συμμετοχές συνολικά**. Με τη συμπλήρωση του ορίου κλείνουν και οι εγγραφές.

Στον αγώνα των 10 χλμ. και των 5 χλμ. δικαίωμα συμμετοχής έχουν όλοι οι αθλητές και αθλήτριες **από 18 ετών και άνω. (2006 και μεγαλύτεροι – ρες)**

Στον αγώνα των 1.000μ. δικαίωμα συμμετοχής έχουν:

- α) Αγόρια – Κορίτσια γεννημένα το 2013-2014-2015
- β) Αγόρια – Κορίτσια γεννημένα το 2011 - 2012
- γ) Αγόρια – Κορίτσια γεννημένα το 2009 - 2010
- δ) Αγόρια – Κορίτσια γεννημένα το 2007 - 2008

Οι δηλώσεις συμμετοχής θα γίνονται ηλεκτρονικά στο site του Α.Ο.Φιλοθέης  
[www.filothei.org](http://www.filothei.org)

### **ΚΟΣΤΟΣ ΣΥΜΜΕΤΟΧΗΣ**

Το κόστος συμμετοχής για εγγραφές & πληρωμές μέχρι την Παρασκευή 22 Νοεμβρίου 2024 είναι 9€ για τα 10 χλμ. και 7€ για τα 5 χλμ., με το όνομα του αγωνιζόμενου να αναγράφεται στον αριθμό συμμετοχής.

Για εγγραφές & πληρωμές από το Σάββατο 23 Νοεμβρίου έως και την Τετάρτη 27 Νοεμβρίου 2024 το κόστος συμμετοχής είναι 14€ για τα 10 χλμ. και 12€ για τα 5 χλμ., χωρίς να αναγράφεται το όνομα του αγωνιζόμενου στον αριθμό συμμετοχής.

Για εγγραφές & πληρωμές το Σάββατο 30 Νοεμβρίου το κόστος συμμετοχής είναι 18€ για τα 10 χλμ. και 16€ για τα 5 χλμ. χωρίς να αναγράφεται το όνομα του αγωνιζόμενου στον αριθμό συμμετοχής και εφόσον υπάρχει διαθεσιμότητα.

Για τον Αγώνα των 1.000μ, οι δηλώσεις συμμετοχής είναι ΔΩΡΕΑΝ.

### **ΠΑΡΑΛΑΒΗ ΠΑΚΕΤΟΥ ΣΥΜΜΕΤΟΧΗΣ**

Η παραλαβή των πακέτων συμμετοχής για τους αγώνες των 10χλμ. και των 5 χλμ. θα γίνει το Σάββατο 30 Νοεμβρίου από το Δημοτικό Γυμναστήριο Φιλοθέης, Καλλιγά 77, Φιλοθέη τις ώρες 11:00 - 18:00.

Η παραλαβή των πακέτων συμμετοχής για τους παιδικούς αγώνες 1χλμ. θα γίνει την Κυριακή 1 Δεκεμβρίου από το Δημοτικό Γυμναστήριο Φιλοθέης, Καλλιγά 77, Φιλοθέη, τουλάχιστον 1 1/2 ώρα πριν.

### **ΚΑΝΟΝΙΣΜΟΙ**

Οι Αγώνες θα διεξαχθούν σύμφωνα με τους επίσημους κανονισμούς του ΣΕΓΑΣ.

Ότι δεν προβλέπεται από την παρούσα προκήρυξη θα επιλύεται από τον Αλυτάρχη και τον Τεχνικό Διευθυντή.

Για οποιαδήποτε πληροφορία σχετικά με τους αγώνες μπορείτε να απευθύνεστε στα τηλέφωνα **210 6841218 – 210 6812450** καθημερινά 7.30μ.μ. – 9.30μ.μ. και Σάββατο 10π.μ. – 12π.μ.

### **ΗΛΙΚΙΑΚΕΣ ΚΑΤΗΓΟΡΙΕΣ**

#### **ΑΓΩΝΑΣ 1.000μ.**

<b>ΑΓΟΡΙΑ</b> (γεννηθέντες 2013-2014-2015)	<b>ΚΟΡΙΤΣΙΑ</b> (γεννηθείσες 2013-2014-2015)
<b>ΑΓΟΡΙΑ</b> (γεννηθέντες 2011-2012)	<b>ΚΟΡΙΤΣΙΑ</b> (γεννηθείσες 2011-2012)
<b>ΑΓΟΡΙΑ</b> (γεννηθέντες 2009-2010)	<b>ΚΟΡΙΤΣΙΑ</b> (γεννηθείσες 2009-2010)
<b>ΑΓΟΡΙΑ</b> (γεννηθέντες 2007-2008)	<b>ΚΟΡΙΤΣΙΑ</b> (γεννηθείσες 2007-2008)

**ΑΓΩΝΑΣ 10 χλμ.**

<b>ΕΦΗΒΟΙ</b> ( γεννηθέντες 2005-2006) <b>ΑΝΔΡΕΣ</b> ( γεννηθέντες 1990-2004)	<b>ΝΕΑΝΙΔΕΣ</b> ( γεννηθείσες 2005-2006) <b>ΓΥΝΑΙΚΕΣ</b> ( γεννηθείσες 1990-2004 )
--	---

**ΒΕΤΕΡΑΝΟΙ ΑΘΛΗΤΕΣ**

<b>ΑΝΔΡΕΣ</b>	<b>ΓΥΝΑΙΚΕΣ</b>
35 – 39 (1985-89)	35 – 39 (1985-89)
40 – 44 (1980-84)	40 – 44 (1980-84)
45 – 49 (1975-79)	45 – 49 (1975-79)
50 – 54 (1970-74)	50 – 54 (1970-74)
55 – 59 (1965-69)	55 – 59 (1965-69)
60 – 64 (1960-64)	60 – 64 (1960-64)
65 – 69 (1955-59)	65 – 69 (1955-59)
70 + (1954 και μεγαλύτεροι)	70 + (1954 και μεγαλύτερες)

**ΑΓΩΝΑΣ 5 χλμ.**

<b>ΕΦΗΒΟΙ</b> ( γεννηθέντες 2005-2006) <b>ΑΝΔΡΕΣ</b> ( γεννηθέντες 1990-2004)	<b>ΝΕΑΝΙΔΕΣ</b> ( γεννηθείσες 2005-2006) <b>ΓΥΝΑΙΚΕΣ</b> ( γεννηθείσες 1990-2004 )
--	---

**ΒΕΤΕΡΑΝΟΙ ΑΘΛΗΤΕΣ**

<b>ΑΝΔΡΕΣ</b>	<b>ΓΥΝΑΙΚΕΣ</b>
35 – 44 (1989-80)	35 – 44 (1989-80)
45 – 54 (1979-70)	45 – 54 (1979-70)
55 – 64 (1969-60)	55 – 64 (1969-60)
65 + (1959 και μεγαλύτεροι)	65 + (1959 και μεγαλύτερες)

## ΚΑΤΗΓΟΡΙΕΣ - ΑΠΟΣΤΑΣΕΙΣ - ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ

09.30 Κήρυξη-Έναρξη των Αγώνων από το Δήμαρχο Φιλοθέης-Ψυχικού.

09.35 1.000μ. Κοριτσιών 2013 - 2014 - 2015

09.35 1.000μ Αγοριών 2013 - 2014 - 2015

09.42 1.000μ. Κοριτσιών 2011 - 2012

09.42 1.000μ. Αγοριών 2011 - 2012

09.50 1.000μ. Κοριτσιών 2009 - 2010

09.50 1.000μ. Αγοριών 2009 - 2010

10.00 1.000μ. Κοριτσιών 2007 - 2008

10.00 1.000μ. Αγοριών 2007 - 2008

ΣΗΜΕΙΩΣΗ: ΣΕ ΠΕΡΙΠΤΩΣΗ ΜΕΙΩΜΕΝΗΣ ΣΥΜΜΕΤΟΧΗΣ, ΕΝΔΕΧΕΤΑΙ ΝΑ ΣΥΓΧΩΝΕΥΘΟΥΝ ΚΑΠΟΙΕΣ ΚΟΥΡΣΕΣ

**10.15 Αγώνας 10 χλμ.**

**12.00 Αγώνας 5 χλμ.**

**ΧΑΡΤΗΣ ΔΙΑΔΡΟΜΗΣ 10 χλμ. (3 στροφές)**

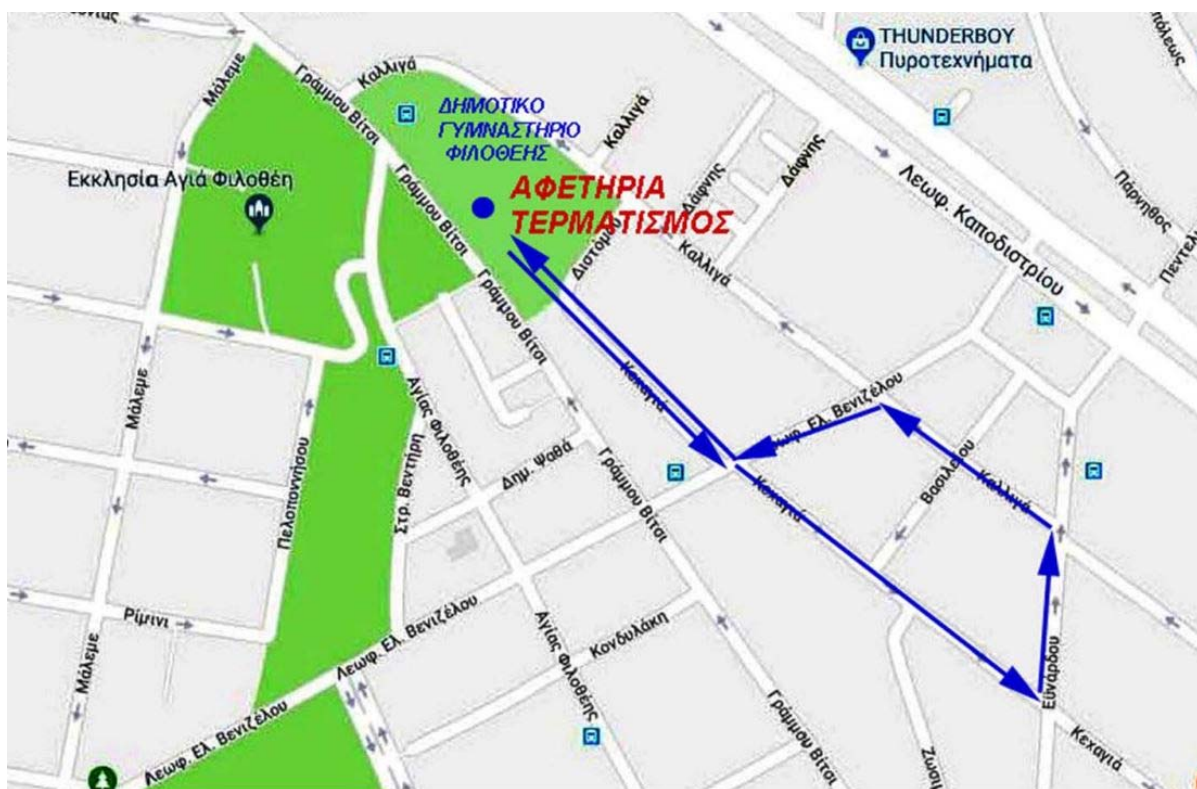




## ΧΑΡΤΗΣ ΔΙΑΔΡΟΜΗΣ 5 χλμ. (2 στροφές)



## ΧΑΡΤΗΣ ΔΙΑΔΡΟΜΗΣ 1 χλμ



Για το Δ.Σ. του Αθλητικού Ομίλου Φιλοθέης

Ο Πρόεδρος

Ιωάννης Πουλουπάτης



Ο Γεν. Γραμματέας

Παντελής Παπαγεωργίου