



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 2020 >>**

Ο Αθλητικός Όμιλος Φιλοθέης και ο ΔΗΜΟΣ ΦΙΛΟΘΕΗΣ - ΨΥΧΙΚΟΥ, υπό την αιγίδα του Σ.Ε.Γ.Α.Σ, διοργανώνουν αγώνες δρόμου σε δημόσια οδό, με την επωνυμία << ΚΥΡΙΑΚΙΔΕΙΑ 2020 >>.

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 26 Ιανουαρίου 2020 και με ώρα έναρξης **10.00, 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 2003 **και μικρότερους – ρες.**

Η διαδρομή των **10.000 μ.** αφορά στις κατηγορίες Εφήβων – Νεανίδων – Ανδρών – Γυναικών και Βετεράνων Ανδρών-Γυναικων

Η διαδρομή είναι μετρημένη και πιστοποιημένη από επίσημο μετρητή **IAAF-AIMS**

Για τα 10.000 μ. 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 μιάμιση (1 1/2) ώρα από την εκκίνηση.**

### **ΙΑΤΡΙΚΗ ΕΞΕΤΑΣΗ**

Οι αθλητές- τριες 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 10.000 Km. 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.

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

Θα βραβευθούν με κύπελλα το σχολείο και ο σύλλογος με την πολυπληθέστερη συμμετοχή, ανεξαρτήτου κατηγορίας.

## **ΔΙΚΑΙΩΜΑ ΣΥΜΜΕΤΟΧΗΣ – ΔΗΛΩΣΕΙΣ**

Ο αγώνας των 10.000μ. έχει όριο 1200 συμμετοχές. Με τη συμπλήρωση του ορίου κλείνουν και οι εγγραφές.

Στον αγώνα των 10.000μ. δικαίωμα συμμετοχής έχουν όλοι οι αθλητές και αθλήτριες από 18 ετών και άνω. (2002 και μεγαλύτεροι – ρες)

Στον αγώνα των 1.000μ. δικαίωμα συμμετοχής έχουν:

- α) Αγόρια – Κορίτσια γεννημένα το 2009-2010-2011
- β) Αγόρια – Κορίτσια γεννημένα το 2007 - 2008
- γ) Αγόρια – Κορίτσια γεννημένα το 2005 - 2006
- δ) Αγόρια – Κορίτσια γεννημένα το 2003 - 2004

Όλοι οι γονείς - κηδεμόνες των αθλητών και των αθλητριών που θα συμμετάσχουν στα 1000μ θα υπογράψουν υπεύθυνη δήλωση συμμετοχής κατά την εγγραφή τους στη Γραμματεία

Οι δηλώσεις συμμετοχής για τα 10.000μ θα γίνονται ηλεκτρονικά στο site του Α.Ο.Φιλοθέης

[www.filothei.org](http://www.filothei.org)

Το κόστος συμμετοχής για **εγγραφές - πληρωμές** μέχρι την Παρασκευή 17 Ιανουαρίου 2020 είναι 7€, με το όνομα του αγωνιζόμενου να αναγράφεται στον αριθμό συμμετοχής.

Για **εγγραφές - πληρωμές** από τις 18 Ιανουαρίου έως και τις **22** Ιανουαρίου 2020 το κόστος συμμετοχής ορίζεται στο ποσό των 10€, χωρίς να αναγράφεται το όνομα του αγωνιζόμενου στον αριθμό συμμετοχής.

Για **εγγραφές - πληρωμές** από το Σάββατο 25 Ιανουαρίου έως και την ημέρα του αγώνα Κυριακή 26 Ιανουαρίου 2020 το κόστος συμμετοχής ορίζεται στο ποσό των 15€, χωρίς να αναγράφεται το όνομα του αγωνιζόμενου στον αριθμό συμμετοχής.

Για τον Αγώνα των 1.000μ, οι δηλώσεις συμμετοχής είναι ΔΩΡΕΑΝ και γίνονται ΗΛΕΚΤΡΟΝΙΚΑ (ON LINE) στο site του Α.Ο.Φιλοθέης, έως και Παρασκευή, 24 Ιανουαρίου 2020

[www.filothei.org](http://www.filothei.org)

Όσον αφορά στις ΟΜΑΔΙΚΕΣ ΔΗΛΩΣΕΙΣ συλλόγων - σχολείων, δεν θα επιτραπεί καμία αλλαγή προσώπων

Η παραλαβή των πακέτων συμμετοχής και των αριθμών για τους αγώνες των 10.000μ. και των 1,000μ., θα γίνει το **Σάββατο 25/1** από το **Δημοτικό Γυμναστήριο Φιλοθέης, Καλλιγά 77, Φιλοθέη** τις ώρες **11:00 - 18:00**

## ΚΑΝΟΝΙΣΜΟΙ

Οι Αγώνες θα διεξαχθούν σύμφωνα με τους επίσημους κανονισμούς του ΣΕΓΑΣ έκδοσης 2018 / 2019.

## ΓΕΝΙΚΑ

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 1.000 μ.

<b>ΑΓΟΡΙΑ</b> (γεννηθέντες 2009-2010-2011)	<b>ΚΟΡΙΤΣΙΑ</b> (γεννηθείσες 2009-2010-2011)
<b>ΑΓΟΡΙΑ</b> (γεννηθέντες 2007-2008)	<b>ΚΟΡΙΤΣΙΑ</b> (γεννηθείσες 2007-2008)
<b>ΑΓΟΡΙΑ</b> (γεννηθέντες 2005-2006)	<b>ΚΟΡΙΤΣΙΑ</b> (γεννηθείσες 2005-2006)
<b>ΑΓΟΡΙΑ</b> (γεννηθέντες 2003-2004)	<b>ΚΟΡΙΤΣΙΑ</b> (γεννηθείσες 2003-2004)

### ΑΓΩΝΑΣ 10.000 μ.

<b>ΕΦΗΒΟΙ</b> ( γεννηθέντες 2001-2002 )	<b>ΝΕΑΝΙΔΕΣ</b> ( γεννηθείσες 2001-2002)
<b>ΑΝΔΡΕΣ</b> ( γεννηθέντες 1986-2000 )	<b>ΓΥΝΑΙΚΕΣ</b> ( γεννηθείσες 1991-2000 )

## ΒΕΤΕΡΑΝΟΙ ΑΘΛΗΤΕΣ

ΑΝΔΡΕΣ	ΓΥΝΑΙΚΕΣ
35 – 39 ( 1981-85 )	30 – 34 ( 1986-90 )
40 – 44 ( 1976-80 )	35 – 39 ( 1981-85 )
45 – 49 ( 1971-75 )	40 – 44 ( 1976-80 )
50 – 54 ( 1966-70 )	45 – 49 ( 1971-75 )
55 – 59 ( 1961-65 )	50 – 54 ( 1966-70 )
60 – 64 ( 1956-60 )	55 – 59 ( 1961-65 )
65 – 69 ( 1951-55 )	60 – 64 ( 1956-60 )
70 – 75 ( 1946-50 )	65 – 69 ( 1951-55 )
	70 – 75 ( 1946-50 )

### ΚΑΤΗΓΟΡΙΕΣ - ΑΠΟΣΤΑΣΕΙΣ - ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ

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

10.05 1.000μ. Κοριτσιών 2009 – 2010 - 2011

10.05 1.000μ. Αγοριών 2009 – 2010 - 2011

10.12 1.000μ. Κοριτσιών 2007 - 2008

10.12 1.000μ. Αγοριών 2007 - 2008

10.20 1.000μ. Κοριτσιών 2005 - 2006

10.20 1.000μ. Αγοριών 2005 - 2006

10.30 1.000μ. Κοριτσιών 2003 - 2004

10.30 1.000μ. Αγοριών 2003- 2004

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

**10.45 10 ΧΛΜ. Νεανίδων, Γυναικών και Βετεράνων Γυναικών**

**10.45 10 ΧΛΜ. Εφήβων, Ανδρών και Βετεράνων Ανδρών**

Για το Δ.Σ. του Αθλητικού Ομίλου Φιλοθέης

Ο Πρόεδρος

  
Ιωάννης Προβελέγγιος



Η Γενική Γραμματέας

  
Ειρήνη Δημητράκη