



ΠΡΟΚΗΡΥΞΗ ΑΓΩΝΩΝ ΔΡΟΜΟΥ “ΤΡΕΧΩ/ΑΝΑΚΑΛΥΠΤΩ ΤΗΝ ΗΡΑΚΛΕΙΑ”

Ο Σύνδεσμος Ηρακλειατών διοργανώνει στην ΗΡΑΚΛΕΙΑ την Πέμπτη 27.08.2020 τον 2ο αγώνα δρόμου
«Τρέχω/Ανακαλύπτω την Ηρακλεία».

Σκοπός της διοργάνωσης είναι να δοθεί η ευκαιρία στους συμμετέχοντες και τις συμμετέχουσες να γνωρίσουν τις ομορφιές του νησιού, τρέχοντας τις διαδρομές των αγώνων μέσα στο φυσικό περιβάλλον. Εξαιτίας των νέων συνθηκών που προέκυψαν με την παρουσία του Covid-19 και της πανδημίας, οι διαδρομές φέτος θα πραγματοποιηθούν με ίδια εκκίνηση και τερματισμό, όμως θα ξεκινήσουν σε «κύματα».

Κρατάμε αποστάσεις, μένουμε ασφαλείς.

Η διοργάνωση περιλαμβάνει τους αγώνες 5 & 10 km ασφάλτινη διαδρομή, 10 km trail run (μεικτή ασφάλτινη και ορεινή διαδρομή) και 1000m για παιδιά (με την σύμφωνη γνώμη γονέα-κηδεμόνα). Όλοι οι αγώνες θα έχουν σημείο εκκίνησης την πλατεία Φάνη Γαβαλά, στο λιμάνι της Ηρακλείας.

Αγώνας 10 km – trail race mixed with road

Ώρα εκκίνησης: 18:45 από την πλατεία Φάνη Γαβαλά στο λιμάνι της Ηρακλείας.

Απόσταση διαδρομής: 10km μεικτή διαδρομή, τα πρώτα 5,5km χωμάτινα μονοπάτια, τα τελευταία 4,5 km ασφάλτινη διαδρομή.

Η διαδρομή είναι κυκλική και θα είναι αυτή που σε σχέση με τον περυσινό 1ο αγώνα, θα αλλάξει κατεύθυνση. Οι δρομείς θα ξεκινήσουν από την Πλατεία Φάνη Γαβαλά με κατεύθυνση προς τον παραδοσιακό οικισμό Άγιος Αθανάσιος. Από εκεί κατευθύνονται σε σηματοδοτημένο μονοπάτι (χωμάτινο) με προορισμό τον οικισμό Παναγιά, όπου και θα μπουν σε άσφαλτο που τους οδηγεί προς την παραλία Λιβιάδι και θα ολοκληρώσουν τον αγώνα τους στον οικισμό Αγίου Γεωργίου και στο σημείο απ' όπου εκκίνησαν.

Χάρτης διαδρομής: Για να δείτε τη διαδρομή του αγώνα πατήστε [ΕΔΩ](#).

Χρονικό όριο τερματισμού αγώνα: 2 ώρες.

Αγώνας 10km road race

Ώρα εκκίνησης: 18:55 από την πλατεία Φάνη Γαβαλά στο λιμάνι της Ηρακλείας.

Απόσταση διαδρομής: 10km ασφάλτινη διαδρομή.

Η διαδρομή των 10km είναι παλίνδρομη, με εκκίνηση το λιμάνι του οικισμού Αγίου Γεωργίου. Οι αθλητές και οι αθλήτριες θα κινηθούν προς την παραλία Λιβιάδι (1,7km) και θα συνεχίσουν προς τον οικισμό του νησιού (Χώρα) Παναγιά (4,3km), όπου μετά από 700m θα πραγματοποιήσουν αναστροφή και κινούμενοι/ες στην αντίθετη διαδρομή θα τερματίσουν στην Πλατεία Φάνη Γαβαλά στο λιμάνι του Αγίου Γεωργίου.

Χάρτης διαδρομής: Για να δείτε τη διαδρομή του αγώνα πατήστε [ΕΔΩ](#).

Χρονικό όριο τερματισμού αγώνα: 1 ώρα και 45 λεπτά.

Αγώνας 5km road race

Ώρα εκκίνησης: 19:05 από την πλατεία Φάνη Γαβαλά στο λιμάνι της Ηρακλείας.

Απόσταση διαδρομής: 5km ασφάλτινη διαδρομή.

Η διαδρομή των 5km είναι παλίνδρομη με εκκίνηση το λιμάνι του οικισμού Αγίου Γεωργίου. Οι αθλητές και οι αθλήτριες θα κινηθούν προς την παραλία Λιβιάδι (1,7km) και θα συνεχίσουν προς τον οικισμό του νησιού (Χώρα) Παναγιά, όπου στα 2,5km θα γίνει η αναστροφή. Μετά την αναστροφή, οι δρομείς επιστρέφοντας από την ίδια διαδρομή θα τερματίσουν στην πλατεία Φάνη Γαβαλά, στο λιμάνι του Αγίου Γεωργίου.

Χρονικό όριο τερματισμού αγώνα: 1 ώρα.

Παιδικός αγώνας 1000 m

Ώρα εκκίνησης: 19:15 από πλατεία Φάνη Γαβαλά στο λιμάνι της Ηρακλείας.

Απόσταση διαδρομής: 1000m ασφάλτινη διαδρομή.

Στον αγώνα μπορούν να συμμετάσχουν παιδιά με την έγγραφη έγκριση γονέα ή κηδεμόνα.

Η διαδρομή των 1000m είναι κυκλική εντός του οικισμού Αγίου Γεωργίου, με εκκίνηση και τερματισμό την πλατεία Φάνη Γαβαλά.

Χάρτης διαδρομής: Για να δείτε τη διαδρομή του αγώνα πατήστε [ΕΔΩ](#)

Γραμματεία Αγώνων

Η Γραμματεία των Αγώνων θα λειτουργήσει στην πλατεία Φάνη Γαβαλά, στο λιμάνι της Ηρακλείας, την Τετάρτη 26 Αυγούστου το απόγευμα 18:00-20:00 για τις τελευταίες εγγραφές και την Πέμπτη 27 Αυγούστου και ώρα 16:30-18:30 για την παραλαβή του αγωνιστικού υλικού και την ΥΠΟΧΡΕΩΤΙΚΗ ΓΙΑ ΤΗΝ ΣΥΜΜΕΤΟΧΗ ΤΟΥΣ ΣΤΟΝ ΑΓΩΝΑ ΘΕΡΜΟΜΕΤΡΗΣΗ.

Από τους διοργανωτές προτείνεται η έγκαιρη προσέλευση (όχι λίγα λεπτά πριν την εκκίνηση του αγώνα), ώστε να σας δοθεί ο αριθμός συμμετοχής για να ξεκινήσει ο αγώνας ακριβώς την προγραμματισμένη ώρα εκκίνησης όπως και για να τηρηθούν οι νέοι κανόνες ασφαλείας και υγιεινής.

Όλοι οι δρομείς θα τρέξουν με δική τους ευθύνη και από τους διοργανωτές, θα τους ζητηθεί να συμπληρώσουν ένα ειδικό έντυπο για τον Covid-19.

Δείτε [ΕΔΩ](#) το εγκεκριμένο υγειονομικό πρωτόκολλο από την Υγειονομική Επιστημονικής Επιτροπής της Γ.Γ.Α.

Η συμμετοχή επιτρέπεται σε δρομείς και των δύο φύλων. Για όλους τους ανήλικους συμμετέχοντες θα ζητηθεί συγκατάθεση από κηδεμόνα.

Δηλώσεις συμμετοχής

Για να δηλώσετε συμμετοχή πάτησε [ΕΔΩ](#).

Κόστος συμμετοχής για τους δρόμους των 5 & 10km 10 ευρώ, που θα καταβληθούν με την παραλαβή του αγωνιστικού πακέτου στη Γραμματεία των Αγώνων.

Η συμμετοχή στον παιδικό αγώνα είναι δωρεάν.

Όσοι έχουν πραγματοποιήσει εγγραφή και για οποιαδήποτε αιτία αποφασίσουν να μη συμμετάσχουν παρακαλούνται να το δηλώσουν έγκαιρα στους διοργανωτές για να δοθεί η συμμετοχή σε άλλο δρομέα, καθώς οι θέσεις είναι πολύ περιορισμένες (120 εγγραφές σε όλα τα αγωνίσματα).

Η ηλεκτρονική φόρμα εγγραφής θα κλείσει όταν συμπληρωθούν οι 120 εγγραφές.

Την ημέρα του αγώνα οι διοργανωτές θα δεχτούν περιορισμένες εγγραφές.

Για σχετικές πληροφορίες επικοινωνήστε με τον κ. Γεώργιο Σταυρουλάκη, αντιπρόεδρο του Συνδέσμου Ηρακλειωτών και τεχνικό διευθυντή των αγώνων στο τηλέφωνο 6977004736 τις ώρες 11:00-15:00 και 18:00-21:00 από Δευτέρα έως Σάββατο και στο e-mail: trexostiniraklia@gmail.com .

Παροχές

- 2 σταθμοί τροφοδοσίας με νερά στις διαδρομές των 10km.
- Στην εκκίνηση και στον τερματισμό θα διατίθενται νερά, χυμοί, ενεργειακές μπάρες, φρούτα και τοπικά προϊόντα.
- Ηλεκτρονική χρονομέτρηση.
- T-shirt για όλους τους συμμετέχοντες και όλες τις συμμετέχουσες.
- Αναμνηστικά μετάλλια τερματισμού για όλους τους δρομείς.
- Χειροποίητο αναμνηστικό στους πρώτους νικητές και νικήτριες κάθε διαδρομής και μετάλλιο στον 2ο και 3ο νικητή/νικήτρια.
- Έκπτωση 20% στα ακτοπλοϊκά εισιτήρια με τα πλοία της BLUESTAR.

Επικοινωνήστε με τα πρακτορεία GELASAKIS SHIPPING & TRAVEL, τηλ.210 4222440 ή με το λιμενικό γραφείο στην Ηρακλειά, ΓΑΒΑΛΑΣ ΕΥΑΓΓΕΛΟΣ, τηλ.22850 71539.

- Ειδικές τιμές στα καταλύματα του νησιού (βλέπε λίστα).
- Δωρεάν δείπνο μετά τη λήξη των αγωνιστικών εκδηλώσεων βάση εγκεκριμένου Υγειονομικού Πρωτοκόλου από την Γ.Γ.Α.

ΕΝΔΕΙΚΤΙΚΗ ΛΙΣΤΑ ΚΑΤΑΛΥΜΑΤΩΝ

1. [TAXIARCHISSTUDIOS](#) 6976041548
2. [VILLAPANORAMA](#) 6972430163
3. [ΞΕΝΟΔΟΧΕΙΟΑΙΟΛΟΣ](#) 2285071233
4. [MAISTRALI SEAMEN'S CLUB](#) 6974456662
5. [SPEIRES HOTEL](#) 6973027104
6. [VENETIKO STUDIOS](#) 6977273127
7. [AGNADEMA - SOHORO](#) 6978048789
8. [VILLA MELTEMI](#) 6973877936
9. [STUDIOS NHPHIAΞ](#) 6972755850
10. [VILLA GLAFKOS](#) 6972750752
11. [VILLA MOURTO](#) 697 8402566
12. [IRAKLIA HORIZON](#) 6974126223
13. [ALEXANDRAS STUDIO'S](#) 6978315028
14. [EN AXYKO](#) 6941504445