



**Ο Αθλητικός Σύλλογος «Η ΕΥΕΞΙΑ» και οι Δήμοι Αμαρουσίου, Λυκόβρυσης / Πεύκης, Αγ. Αναργύρων / Καματερού, Πεντέλης / Μελισσίων και Παλαιού Φαλήρου συνδιοργανώνουν το 5<sup>ο</sup> ΑΤΤΙΚΑ RUN & FUN Grand Prix 2018**



**Ο αγώνας αφιερώνεται σε καλό σκοπό (μέρος των εσόδων)**

**στα Κοινωνικά Παντοπωλεία των Δήμων (τρόφιμα, φάρμακα)  
και στην Προστασία του Περιβάλλοντος με εθελοντική συμμετοχή**

### **ΠΡΟΚΗΡΥΞΗ ΑΓΩΝΑ**

Ο Αθλητικός Σύλλογος «Η ΕΥΕΞΙΑ» προκηρύσσει το “ **5<sup>ο</sup> ΑΤΤΙΚΑ RUN&FUN Grand Prix**” σε **συνδιοργάνωση με τους Δήμους Αμαρουσίου, Λυκόβρυσης/ Πεύκης, Αγ. Αναργύρων / Καματερού, Πεντέλης / Μελισσίων και Παλαιού Φαλήρου**

**“5ο ΑΤΤΙΚΑ RUN & FUN Grand Prix” μια διοργάνωση διαφορετική!**

Α) Σειρά αγώνων με έπαθλα για τους νικητές του κάθε αγώνα (5 και 10 χιλιόμετρα ανδρών - γυναικών).

Οι συμμετέχοντες θα έχουν την ευκαιρία να τρέξουν σε μια διοργάνωση διαφορετική απ' όλες τις άλλες. Συγκεκριμένα, θα διεξαχθούν μια σειρά αγώνων **RUNNING 10 χλμ και 5 χλμ, 5 χλμ βάδην και 1 χλμ για παιδιά Δημοτικού (Δ', Ε', ΣΤ')** σε 5 Δήμους της Αττικής.

**Τόποι και Ημερομηνίες Διεξαγωγής:**

**28/01/2018 : Δήμος Αμαρουσίου**

**25/02/2018: Δήμος Λυκόβρυσης / Πεύκης**

**11/3/2018: Δήμος Αγ. Αναργύρων / Καματερού**

**29/04/2018: Δήμος Πεντέλης / Μελισσίων**

**20/05/2018: Δήμος Παλαιού Φαλήρου**

**ΔΙΑΝΟΜΗ START PACK / Αριθμοί κλπ:**

Στη Γραμματεία Feel Good Sports Club πριν τον εκάστοτε αγώνα (ενδέχεται & Σάββατο αν υπάρξουν πολλές συμμετοχές). Οι συμμετέχοντες θα ενημερώνονται συνεχώς μέσω του site μας και του facebook μας πριν από κάθε αγώνα.

**Για τους αγώνες 5, 10 χλμ Ανδρών - Γυναικών και Βάδην 5χλμ η παραλαβή START PACK / Αριθμών**

**Ωρα προσέλευσης**

**08:15 π.μ.**

**Ωρα λήξης**

**09:30 π.μ.**

**Για τους αγώνες Παιδιών η παραλαβή START PACK / Αριθμών**

**Ωρα προσέλευσης**

**09:45 π.μ.**

**Ωρα λήξης**

**11:00 π.μ.**

**ΕΠΙΣΤΡΟΦΗ ΑΡΙΘΜΩΝ:**

Η επιστροφή των αριθμών ή chip μιας χρήσης θα γίνεται μετά το τέλος του αγώνα στην αρμόδια γραμματεία.

Με την επιστροφή θα δίνονται αναμνηστικά Μετάλλια σ' όλους τους συμμετέχοντες.

Διπλώματα μπορείτε να τα προμηθεύεστε μέσω του site μας (Ηλεκτρονικά).

**ΩΡΑ ΕΚΚΙΝΗΣΗΣ ΑΝΔΡΩΝ – ΓΥΝΑΙΚΩΝ :**

**10 π.μ.**

**ΩΡΑ ΕΚΚΙΝΗΣΗΣ ΠΑΙΔΙΩΝ :**

**11.30 π.μ.**

FEEL GOOD Sports Club, Θαρύπου 2, 11745, Νέος Κόσμος Τηλ: 2155507330

E-mail: [feelgoodsportsclub@gmail.com](mailto:feelgoodsportsclub@gmail.com) Site: <http://www.feelgoodsports.gr>

## Κατηγορίες Δρόμων/Βάδην

**10.000 μέτρα:** Running GRAND PRIX (ανδρών – γυναικών)

**5.000 μέτρα:** Running (ανδρών – γυναικών) και 5.000 Βάδην

**1.000 μέτρα:** για παιδιά (Δ', Ε', ΣΤ' Δημοτικού)

## Σταθμοί υποστήριξης

Κατά μήκος της διαδρομής του αγώνα δρόμου 10 χλμ. θα υπάρχουν δύο (2) σταθμοί υποστήριξης των δρομέων στα 5 χλμ και στον τερματισμό με Εμφιαλωμένα μεταλλικά Νερά. **ΒΙΚΟΣ**. Επίσημος χορηγός του αγώνα.

Στον τερματισμό θα διατίθεται σε όλους τους συμμετέχοντες εμφιαλωμένα νερά **ΒΙΚΟΣ** και **Μπανάνες DOLE**.

## Ηλεκτρονική χρονομέτρηση

Οι αγώνες Running 10 χλμ και 5 χλμ Ανδρών – Γυναικών θα έχουν ηλεκτρονική χρονομέτρηση **CHIP TIMING**, βάσει της οποίας θα γίνει η κατάταξη (σε κάθε αγώνα άνδρες-γυναίκες).

## Απονομή Κυπέλλων, Διπλωμάτων & Μεταλλίων

Απονομή μεταλλίων στους τρεις πρώτους νικητές ανά κατηγορία (Άνδρες-Γυναίκες, Αγόρια - Κορίτσια) σε κάθε αγώνα. **Ο 1<sup>ος</sup> νικητής κάθε κατηγορίας θα έχει κύπελλο, μετάλλιο και δίπλωμα. Ο 2<sup>ος</sup> και ο 3<sup>ος</sup> νικητής μετάλλια και δίπλωμα.**

Επίσης οι πρώτοι νικητές των 5 και 10 χλμ Ανδρών και Γυναικών θα έχουν **δώρα παπούτσια Running 361<sup>o</sup>** εταιρείας αθλητικών ειδών επίσημου χορηγού των **Ολυμπιακών αγώνων του Ρίο και της ολυμπιακής ομάδας της Ελλάδος**.

Σε όλους τους δρομείς που θα συμμετέχουν θα δοθεί **αναμνηστικό μετάλλιο** και αναμνηστικό δίπλωμα συμμετοχής (ηλεκτρονικής μορφής/μέσω site)

## Επιπλέον

**Αναμνηστικά Μετάλλια** και διπλώματα ηλεκτρονικά σ' όλους τους συμμετέχοντες

**Μπανάνες DOLE** για όλους τους συμμετέχοντες

**Μεταλλικά Νερά ΒΙΚΟΣ** για όλους τους συμμετέχοντες

**Μπύρες Amstel Free (χωρίς αλκοόλ)** για όλους τους συμμετέχοντες

## ΔΗΛΩΣΕΙΣ ΣΥΜΜΕΤΟΧΗΣ – (ΤΡΟΠΟΙ ΕΓΓΡΑΦΗΣ)

### Δηλώσεις Συμμετοχής

#### Τρόποι Εγγραφής

Ηλεκτρονικά μέσω του [www.feelgoodsports.gr](http://www.feelgoodsports.gr)

Συμπληρώνετε τη φόρμα συμμετοχής (υπάρχει στο [www.feelgoodsports.gr](http://www.feelgoodsports.gr)).

Αυτοπροσώπως : Στο γραφείο του συλλόγου: *FEEL GOOD Sports Club*, Θαρύπου 2, 11745, Νέος Κόσμος, Αθήνα, Τηλ: 2155507330

Μέσω των συνδιοργανωτών Δήμων με link *FEEL GOOD Sports Club*

Προθεσμία εγγραφής ως την ημέρα Τετάρτη και ώρα 14:00 μ.μ. πριν την Κυριακή που πραγματοποιείται ο κάθε αγώνας.

#### Αντίτιμο Συμμετοχής

Ατομική εγγραφή / αγώνα: 10,00€

Αγορά τεχνικού T-Shirt 12 €

Εγγραφή και αγορά τεχνικού T-Shirt 20€

Πακέτο συμμετοχής σε 3 αγώνες 27€

Πακέτο συμμετοχής σε 3 αγώνες με τεχνικό T- shirt 38€

Πακέτο συμμετοχής σε 5 αγώνες 40€

Πακέτο συμμετοχής σε 5 αγώνες με τεχνικό T-Shirt 50€

Συμμετοχή παιδιών (Ε, Δ, ΣΤ Δημοτικού) για 1 χλμ Δωρεάν

\* Τα ανωτέρω ισχύουν έως και την Τετάρτη και ώρα 14:00 μ.μ. πριν την Κυριακή που πραγματοποιείται ο κάθε αγώνας.

Για εγγραφές συλλόγων / group: κατόπιν συνεννοήσεως με την *FEEL GOOD Sports Club*

Για παιδιά Δημοτικού (Δ', Ε', ΣΤ' συμμετοχή στον αγώνα 1 χλμ) : ΔΩΡΕΑΝ

**Εκπρόθεσμη Υποβολή Εγγραφής (περιορισμένες extra εγγραφές)**

Για εγγραφές εκτός προθεσμιών, σε περίπτωση που έχουν εξαντληθεί οι συμμετοχές για τα 5,10 & 5χλμ βάδην από Πέμπτη πριν τον κάθε αγώνα έως και την Παρασκευή πριν τον κάθε αγώνα και ώρα 17:00 στη Γραμματεία της FEEL GOOD Sports Club  
τηλ: 2155507330

**Εκπρόθεσμη υποβολή εγγραφής:**

**Για Άνδρες – Γυναίκες: 20€**

**Για παιδιά Δημοτικού (Δ', Ε', ΣΤ'): 10 €**

**Τρόποι Πληρωμής:**

**A) Μέσω Τραπέζης:**

**ΑΠΟ ALPHA**

**BANK ΣΕ ALPHA**

**BANK**

**Προσοχή!!!** Εάν η κατάθεση γίνει από άλλη τράπεζα είτε με έμβασμα τότε όλες οι προμήθειες της τράπεζας του καταθέτη και της ALPHA BANK Feelgoodsportsclub βαρύνουν τον καταθέτη

• **Alpha Bank: 345002002003721**

**E-Banking: GR 0501403450345002002003721**

Όνομ/μο Δικαιούχου: FEELGOOD SPORTS CLUB

**ΠΡΟΣΟΧΗ!!**

Παρακαλούμε σαν αιτιολογία κατάθεσης το **ονοματεπώνυμο** συμμετοχής στον **αγώνα** και το **αγώνισμα** (5-10K) π.χ. 10Kμ ΓΑΛΑΤΣΙ & ονοματεπώνυμο.

**B) Στα γραφεία του Συλλόγου : FEEL GOOD Sports Club, Αθήνα**

10:30 π.μ. – 14:30 μ.μ. (ωράριο εργασίας).

**Παραλαβή αριθμών**

Η παραλαβή των αριθμών Άνδρες –Γυναίκες (5, 10 χλμ και Βάδην) θα γίνεται την Κυριακή, πριν τον αγώνα, στη γραμματεία του αγώνα, που θα βρίσκεται στο σημείο **έναρξης του αγώνα από 08:00 π.μ. – 09:30 π.μ.**

Η παραλαβή των αριθμών για **Παιδιά** θα γίνεται την Κυριακή, **πριν τον αγώνα, στη γραμματεία του αγώνα, που θα βρίσκεται στο σημείο έναρξης του αγώνα από 09:45 π.μ. – 11:00 π.μ.**

#### **Επιστροφή Αριθμών/chip:**

Η επιστροφή των αριθμών ή chip θα γίνεται μετά το τέλος του αγώνα στην αρμόδια γραμματεία. Με την επιστροφή θα δίνονται αναμνηστικά μετάλλια σε όλους τους συμμετέχοντες δρομείς.

**Για τη συμμετοχή ανηλίκων απαιτείται η έγγραφη συγκατάθεση του γονέα (που υποβάλλεται με την δήλωση εγγραφής)**

#### **Υπεύθυνη Δήλωση Υγείας και Ασφάλισης Συμμετεχόντων**

Όλοιοι ενδιαφερόμενοι λαμβάνουν μέρος με δική τους ευθύνη (υγεία, ασφάλιση, ασφάλεια πραγμάτων και χρημάτων) & με την εγγραφή / συμμετοχή στον αγώνα αναλαμβάνουν ατομική ευθύνη.

#### **Α΄ Βοήθειες**

Οι διοργανωτές έχουν φροντίσει κατά τη διεξαγωγή του αγώνα για την παρουσία ιατρού ή διασωστών καθώς και ασθενοφόρου.

#### **Οι Συνδιοργανωτές Δήμοι**

Δήμος Αμαρουσίου

Δήμος Λυκόβρυσης / Πεύκης

Δήμος Αγ. Αναργύρων / Καματερού

Δήμος Μελισσίων / Πεντέλης

Δήμος Παλαιού Φαλήρου

**ΑΘΛΗΤΙΚΟΣ ΣΥΛΛΟΓΟΣ «Η ΕΥΕΞΙΑ»**

**FEEL GOOD**  
*Sports Club*