Από την Οργανωτική Επιτροπή της Μαραθώνιας Πορείας Ειρήνης ανακοινώθηκε το παρακάτω πρόγραμμα και οδηγίες για τους ειρηνοδρόμους

**ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ 40ης ΜΑΡΑΘΩΝΙΑΣ ΠΟΡΕΙΑΣ ΕΙΡΗΝΗΣ**

**8:00 Τύμβος Μαραθώνα** - Τελετή έναρξης

**8:30Εκκίνηση πορείας**

**8:40 Κατάθεση στεφάνου** στην προτομή του Γρηγόρη Λαμπράκη

**9:30 Νέα Μάκρη – Στάση (έναντι Δημαρχείου)**

**12:00 Ραφήνα - Στάση(Πάρκο μετά την διασταύρωση)**

**13:30Πικέρμι – Στάση (**Κτήμα Μπουτάρη-Μνημείο Αντίστασης)

**15:00Παλλήνη - Σταση**

**16:00Αναχώρηση από Παλλήνη**

**17:30Αγ.Παρασκευή – Στάση (πλατεία Αγ. Παρασκευής)**

**18:30 Υπουργείο Εθνικης Αμυνας. ΤΕΡΜΑΤΙΣΜΟΣ ΠΟΡΕΙΑΣ - ΕΚΔΗΛΩΣΗ**

**ΟΔΗΓΙΕΣ ΓΙΑ ΤΟΥΣ ΜΑΡΑΘΩΝΟΔΡΟΜΟΥΣ &ΑΝΑΧΩΡΗΣΗ ΠΟΥΛΜΑΝ ΤΗΣ ΕΕΔΥΕ**

**ΓΙΑ ΤΗΝ 40η ΜΑΡΑΘΩΝΙΑ ΠΟΡΕΙΑ ΕΙΡΗΝΗΣ**

**22 ΜΑΪΟΥ 2022**

Η Οργανωτική Επιτροπή της Μαραθώνιας Πορείας Ειρήνης πληροφορεί τους ειρηνοδρόμους που θα πορευτούν στην 40η Μαραθώνια Πορεία Ειρήνης, προκειμένου να διευκολυνθούν κατά τη διάρκεια της διαδρομής, τα εξής:

* Θα πρέπει να είναι ντυμένοι με ελαφρά ρούχα και κατά προτίμηση με αθλητικές φόρμες και αθλητικά παπούτσια. Να προτιμήσουν βαμβακερές κάλτσες και όχι νάυλον.
* Να φορούν καπέλο (σε περίπτωση ηλιοφάνειας) για προστασία από τον ήλιο και να αποφεύγουν να εκθέτουν στον ήλιο -προς αποφυγή εγκαυμάτων- γυμνά χέρια και πόδια.
* Να πίνουν συχνά άφθονο νερό για την αποφυγή αφυδάτωσης και να μην καταναλώνουν μεγάλες ποσότητες φαγητού κατά τη διάρκεια της διαδρομής.
* Όσοι έχουν προβλήματα υγείας θα είναι προτιμότερο να περπατήσουν μια μικρή απόσταση προς το τέλος της Πορείας ή να υποδεχτούν τους ειρηνοδρόμους στο υπουργείο Εθνικής Άμυνας.
* Κατά τη διάρκεια της Πορείας θα υπάρχει καντίνα με νερά, σάντουϊτς, αναψυκτικά
* Σε όλη τη διάρκεια της Πορείας παίρνουμε μέτρα φροντίδας της υγείας μας από τον κορονοϊό. Η χρήση μάσκας εντός των λεωφορείων και σε περιπτώσεις συνωστισμού κατά τις στάσεις, είναι υποχρεωτική.

Για τη μετάβαση των ειρηνοδρόμων στον **Τύμβο του Μαραθώνα** θα αναχωρήσουν πούλμαν της ΕΕΔΥΕ από την Πλατεία Κάνιγγος την Κυριακή 22 Μάη 2022, στις **6:30 το πρωί** .

Πούλμαν επίσης ξεκινούν από διάφορες συνοικίες της Αθήνας και του Πειραιά.Λεπτομέρειες υπάρχουν στην ιστοσελίδα της ΕΕΔΥΕ eedye.gr