



1^{ος} αγώνας δρόμου Υγείας Σωματείου Εργαζομένων Γενικού Νοσοκομείου Δράμας .

Το Σωματείο Εργαζομένων Γ.Ν. Δράμας προκηρύσσει τον 1^ο αγώνα δρόμου υγείας στην μνήμη της απώλειας των τριών νοσηλευτών την περίοδο της πανδημίας.

Ως φόρο τιμής ο αγώνας θα έχει τα ονόματά τους

«ΑΜΒΡΟΣΙΑΔΟΥ-ΚΑΡΑΓΚΙΟΖΙΔΟΥ-ΠΑΤΣΙΚΑΚΗΣ»

Ο Αγώνας συνδιοργανώνεται σε συνεργασία με τους αθλητικούς συλλόγους :

1. Α.Ο. Δράμας
2. Γ.Σ. Πολυνείκης Δράμας
3. Σ.Κ.Α. Δράμας

Τον αγώνα στηρίζουν και συμμετέχουν σωματεία , σύλλογοι και φορείς :

1. Ένωση Νοσοκομειακών Γιατρών Δράμας
2. Σωματείο Νοσηλευτικού Προσωπικού Αν. Μακεδονίας & Θράκης (Πα.Σ.Ο.Νο.Π)
3. Σύλλογος καρκινοπαθών Δράμας
4. Σωματείο ιδιωτικών υπαλλήλων και εμποροϋπαλλήλων Δράμας
5. Σύλλογος δημοτικών υπάλληλων νομού Δράμας
6. Αθλητικός Σύλλογος Γαία Δράμας
7. Σύλλογος περιφερειακών υπαλλήλων Δράμας
8. Σύλλογος πρωτοβάθμιας εκπαίδευσης
9. ΕΛΜΕ Δράμας

Ημερομηνία : Κυριακή 3 Οκτώβρη 2021

Αγώνες :

1. Αγώνας 11 km (έως 200 συμμετέχοντες)
2. Αγώνας 5 km (έως 200 συμμετέχοντες)
3. Αγώνας 500 m για ΑΜΕΑ (έως 50 συμμετέχοντες)

ΕΚΚΙΝΗΣΗ ΤΕΡΜΑΤΙΣΜΟΣ

Σημείο εκκίνησης και τερματισμού η ανατολική πύλη (πίσω) του Γ.Ν. Δράμας.

ΓΡΑΜΜΑΤΕΙΑ ΤΟΥ ΑΓΩΝΑ

Η Γραμματεία θα λειτουργεί στον χώρο εκκίνησης από τις 8:00 π.μ. όπου οι αθλητές θα προσέρχονται να παραλάβουν το chip χρονομέτρησης και τον αριθμό συμμετοχής τους (το chip χρονομέτρησης το παραδίδουν στον τερματισμό).

ΩΡΑ ΕΚΚΙΝΗΣΗΣ

Λόγω της υγειονομικής κατάστασης οι εκκινήσεις θα είναι διαδοχικές .

9:30 έως 10:00 π.μ. εκκίνηση δρόμου 500 m ΑΜΕΑ

10:00 έως 10:15 π.μ εκκίνηση δρόμου 11 km

10:15 έως 10:30 π.μ. εκκίνηση δρόμου 5 km

ΔΙΚΑΙΩΜΑ ΣΥΜΜΕΤΟΧΗΣ

Στους αγώνες 11km και 5km μπορούν να συμμετέχουν άντρες και γυναίκες άνω των 18 ετών και ανήλικοι ανά των 15 ετών με συγκατάθεση – υπογραφή του κηδεμόνα .

ΔΕΝ ΕΠΙΤΡΕΠΕΤΑΙ η συμμετοχή στον αγώνα σε μη έγκυρα εγγεγραμμένους δρομείς ή δρομείς χωρίς αριθμό συμμετοχής.

Με την ταυτοποίηση της έγγραφης τους οι αθλητές θα παραλαμβάνουν σε ατομική σακούλα το chip χρονομέτρησης ,τον αριθμό συμμετοχής τους ,μπλούζα του αγώνα και διάφορα εδέσματα.

Η συμμετοχή των αγωνιζομένων γίνεται χωρίς ΚΑΜΙΑ οικονομική τους επιβάρυνση

ΧΑΡΑΚΤΗΡΙΣΤΙΚΑ ΑΓΩΝΩΝ

Οι αγώνες για ΑΜΕΑ θα πραγματοποιηθούν από την εκκίνηση των αγώνων (πίσω πύλη) του Νοσοκομείου και επί της οδού Ακροπόλεως.

Ο αγώνας των 11km αρχίζει από την εκκίνηση (πίσω πύλη) του Νοσοκομείου κατευθύνεται ανατολικά στην οδό Γέφυρας Παπάδων φθάνει στους 5 δρόμους και παίρνει την Λεωφόρο Στρατού στο ύψος της πύλης του στρατόπεδο Παπαργύρη στριβεί δεξιά και παίρνει την κατηφορική Ραιδεστού-Τερψιχόρης και βγαίνει στην οδό Φιλίππου έως την διασταύρωση του Γηπέδου Κραχτίδη όπου περνά από μέσα και βγαίνει στην οδό Ινστιτούτου .Ανηφορίζει και παίρνει την επαρχιακή οδό Δράμας – Σκαλωτής έως την διασταύρωση του περιφερειακού , διανύει όλον τον περιφερειακό με αναστροφή στην αρχή του (διασταύρωση για Μοναστηράκι) κι επιστρέφει , βγαίνει στην οδό Δράμας –Σκαλωτής κατηφορίζει την Λεωφόρο Στρατού έως του 5 Δρόμους, ανηφορίζει την οδό Γέφυρας Παπάδων και μέσω της οδού Ακροπόλεως τερματίζει στην πίσω πύλη του νοσοκομείου .

Ο αγώνας των 5km αρχίζει από την εκκίνηση (πίσω πύλη) του νοσοκομείου κατευθύνεται ανατολικά στην οδό Ακροπόλεως, κατεβαίνει την οδό Γέφυρας Παπάδων, φτάνει στους 5 δρόμους, στριβεί αριστερά επί της Λεωφόρου Στρατού, ανηφορίζει και την επαρχιακή οδό Δράμας – Σκαλωτής και στο ύψος της διασταύρωσης του Περιφερειακού κάνει αναστροφή και παίρνει τον δρόμο της επιστροφής για να τερματίσει .

Σημ. :στον δρόμο θα υπάρχουν εθελοντές και ενδείξεις για τους δρομείς.

Βραβεύσεις

- Θα βραβευτούν οι 3 πρώτοι της Γενικής Κατάταξης όλων των Αγώνων 11km, 5km και ΑΜΕΑ , Άνδρες – Γυναίκες

Θα βραβευτούν οι 3 πρώτοι άνδρες – γυναίκες των ηλικιακών κατηγοριών των αγώνων 11km και 5km.

	αγώνας των 11km	αγώνας των 11km
	Άνδρες	Γυναίκες
1η	Έως 29	Έως 29
2η	30-39 ετών	30-39 ετών
3η	40-49 ετών	40-49 ετών
4η	50-59 ετών	50-59 ετών
5η	60-69 ετών	-

	αγώνας των 5km	αγώνας των 5km
	Άνδρες	Γυναίκες
1η	Έως 29	Έως 29
2η	30-39 ετών	30-39 ετών
3η	40-49 ετών	40-49 ετών
4η	50-59 ετών	50-59 ετών
5η	60-69 ετών	-

Σημ.:

- Στους πρώτους της Γενικής Κατάταξης και των κατηγοριών Ανδρών-Γυναικών θα απονεμηθούν κύπελλα
- Σε όλους τους τερματίζοντες όλων των αγώνων θα απονεμηθούν αναμνηστικά μετάλλια
- Οι νικητές της Γενικής Κατάταξης εξαιρούνται των ηλικιακών κατηγοριών

ΠΑΡΟΧΕΣ

ΗΛΕΚΤΡΟΝΙΚΗ ΧΡΟΝΟΜΕΤΡΗΣΗ

Η ηλεκτρονική χρονομέτρηση θα πραγματοποιηθεί από Εταιρία χρονομέτρησης.

Θα υπάρχουν 3 σταθμοί χρονομέτρησης στην εκκίνηση, στα 2,5km (αναστροφή) για τον αγώνα των 5km, στα 5,5 km του αγώνα των 11km και στον τερματισμό.

Οι δρομείς θα πρέπει να φορούν σύμφωνα με την ένδειξη το chip χρονομέτρησης που θα παραλάβουν από τη γραμματεία του Αγώνα μαζί με τον αριθμό συμμετοχής τους και θα πρέπει να τα παραδώσουν μετά τον τερματισμό.

Αποδυτήρια-Τουαλέτες

Στον χώρο της εκκίνησης θα υπάρχουν για τους αθλητές βρύσες για να πλυθούν, χημικές τουαλέτες και αποδυτήρια Ανδρών-Γυναικών.

Μετά τον τερματισμό σε ειδικό χώρο σύμφωνα πάντα με τα ειδικά πρωτόκολλα της υγειονομικής κατάστασης θα υπάρχουν φυσικοθεραπευτές για μικροτραυματισμούς αθλητών.

Σε όλη τη διαδρομή εθελοντές, εθελοντές του Ερυθρού Σταυρού και Καλοί Σαμαρείτες θα υπάρχουν για να παρέχουν βοήθεια στους δρομείς.

Ασφάλιση των Αθλητών

Οι δρομείς συμμετέχουν με δική τους ευθύνη και η διοργάνωση δεν φέρει καμία ευθύνη για τυχόν τραυματισμούς ή βλάβη στην υγεία των Αθλητών

Απαραίτητη προϋπόθεση για τη συμμετοχή είναι να έχουν υποβληθεί πρόσφατα στις απαραίτητες ιατρικές εξετάσεις.

Ωστόσο, θα υπάρχει ιατρική και νοσηλευτική μονάδα παροχής πρώτων βοηθειών καθ' όλη τη διάρκεια των Αγώνων.

ΠΡΟΣΩΠΙΚΑ ΑΝΤΙΚΕΙΜΕΝΑ ΑΘΛΗΤΩΝ : Οι διοργανωτές δεν θα φέρουν καμία απολύτως ευθύνη για τυχόν απώλειες αντικειμένων αξίας.

Υγειονομικό Πρωτόκολλο

Λόγω της τρέχουσας κατάστασης (covid-19) θα τηρηθεί το υγειονομικό πρωτόκολλο της **Γενικής Γραμματείας Αθλητισμού** και της **Πολιτικής Προστασίας**.

Συμφώνα με την τελευταία οδηγία επιβάλλεται έλεγχος συμμετεχόντων αθλητών .

Οι αθλητές που θα λάβουν μέρος πρέπει να φέρουν:

1. Πιστοποιητικό εμβολιασμού με τη 2^η δόση ή τη μονοδοσική πριν 14 μέρες ή Πιστοποιητικό νόσησης .
2. Πιστοποιητικό έλεγχου έως 72 ωρών PCR ή RAPID TEST έως 48 ωρών.

Όλοι οι εθελοντές που συμμετέχουν στη διοργάνωση φέρουν μάσκα .

Μέτρα για τον περιορισμό της εξάπλωσης covid19

Γραμματεία : Η γραμματεία κάθε αγώνα θα λειτουργεί σε εξωτερικό χώρο (πίσω πύλη του Νοσοκομείου Δράμας) και σε 3 διαφορετικά σημεία. Η γραμματεία των αγώνων θα λειτουργεί για την παράδοση του πακέτου συμμετοχής του αθλητή και έλεγχο των προσωπικών εγγράφων καθώς και των επιδεικτικών του Test Covid-19.

- Θα υπάρχει σήμανση (αποστάσεις 1,5 μέτρου) στο δάπεδο του διαμορφωμένου διαδρόμου από κάγκελα της κάθε γραμματείας και θα τηρηθεί αυστηρή σειρά.
- Αντισηπτικά θα υπάρχουν στην αρχή της ουράς του διαδρόμου της κάθε γραμματείας.
- Για την παραλαβή του πακέτου του αθλητή απαραίτητη θα είναι η επίδειξη ταυτότητας ή διαβατηρίου και όλοι οι αθλητές θα πρέπει να προσκομίζουν :

1. Ενήλικες αθλούμενοι (18 ετών και άνω) : PCR ή rapid test εντός 48ωρου. Ανήλικοι αθλούμενοι (κάτω των 18 ετών): self test την ημέρα του αγώνα . Από του προληπτικούς ελέγχους με test αντίγονου COVID-19 εξαιρούνται όσοι προσκομίζουν πιστοποιητικό εμβολιασμού ή πιστοποιητικό νόσησης .
2. Υπεύθυνη δήλωση με τους όρους της φετινής διοργάνωσης ειδικά διαμορφωμένη λόγω της κατάστασης με την πανδημία του covid-19 όπου θα αναγράφονται (αποδοχή αστικής ευθύνης σε περίπτωση που είναι φορέας του Κορωνοϊού συμπτωματικός ή μη , αποδοχή αποποίησης ευθύνης των διοργανωτών για πιθανή μετάδοση του Κορωνοϊού, αποδοχή των όρων της προκήρυξης, αποδοχή αποποίησης ευθύνης των διοργανωτών σε περίπτωση ατυχήματος ή θανάτου).

Ο κάθε αθλητής είναι υπεύθυνος για τον έλεγχο της υγείας του και οφείλει να γνωρίζει αν μπορεί ή όχι να αγωνιστεί στον παρόντα αγώνα.

Η διοργάνωση δεν θα ζητήσει από τους δρομείς να προσκομίσουν ιατρική βεβαίωση.

Χωρίς τα παραπάνω δεν θα μπορεί να παραλάβει τον αριθμό bib και φυσικά δεν θα μπορεί να συμμετέχει στον αγώνα .

ΠΡΟΘΕΡΜΑΝΣΗ : Η προθέρμανση – προετοιμασία των αθλητών-τριών θα γίνει στον πίσω προαύλιο χώρο του Νοσοκομείου τηρώντας όλα τα υγειονομικά πρωτόκολλα και αποστάσεις .

Σταθμοί τροφοδοσίας και υδροποσίας :

ΣΤΑΘΜΟΙ ΤΡΟΦΟΔΟΣΙΑΣ : Εμφιαλωμένα νερά θα παρέχονται στους αθλητές-τριες στα εξής σημεία :

Θα υπάρχουν 3 σταθμοί στην εκκίνηση, στα 2,5km (αναστροφή) για τον αγώνα των 5km, στα 5,5 km του αγώνα των 11km και στον τερματισμό.

1. Όλοι οι εθελοντές θα έχουν κάνει self-test με ευθύνη της διοργάνωσης.
2. Οι Εθελοντές του σταθμού υποχρεωτικά θα φοράνε μάσκα και γάντια.

3. Η διανομή των αγαθών του σταθμού, τα όποια θα είναι σε ατομικές συσκευασίες, θα γίνεται αποκλειστικά από τους εθελοντές.
4. Οι αθλητές θα είναι 1,5 μέτρο πίσω από το πάγκο (θα υπάρχει σήμανση) με τα αγαθά και δεν θα έχουν καμία πρόσβαση σε αυτά.
5. Κάθε φορά που ο εθελοντής θα τροφοδοτεί τον αθλητή , είτε θα αλλάζει γάντια , είτε θα απολυμαίνει τα χέρια του με αντισηπτικό.
6. Ο κάθε αθλητής θα υποχρεούται να απολυμαίνει τα χέρια του με αντισηπτικό που θα υπάρχει στην είσοδο κάθε σταθμού.

Εκκινήσεις:

Η εκκίνηση του κάθε αγώνα θα πραγματοποιηθεί με τμηματικές εκκινήσεις ,γκρουπ των 50 ατόμων (ανά 10 λεπτά) και από τους 50, τμηματικές εκκινήσεις ανά 5 αθλητές (ανά 5 λεπτά).

Θα υπάρχουν ειδικές σημάσεις που θα υποδεικνύουν την θέση του κάθε αθλητή στην 50άδα. Αυτές θα έχουν 2 μέτρα απόσταση μεταξύ τους από όλες τις πλευρές (αριστερά, δεξιά, μπρος και πίσω).

Ο κάθε αθλητής θα γνωρίζει από πριν σε ποιο γκρουπ (50άδα), και σε ποια σειρά της 50άδας θα βρίσκεται.

Ο μέγιστος αριθμός συμμετεχόντων ορίζεται στα 200 άτομα ανά αγώνα.

Οι αθλητές θα υποχρεούνται να φοράνε την μάσκα συνέχεια μέχρι και την εκκίνηση (θα υπάρχει άτομο της διοργάνωσης που θα ενημερώνει για την αφαίρεση της). Οι αθλητές θα υποχρεούνται να κρατήσουν την μάσκα μέχρι το τέλος, ώστε να την φορέσουν λίγο πριν τον τερματισμό τους .

Τερματισμοί:

1. Με τον τερματισμό του αθλητή, εθελοντές της διοργάνωσης θα του υπενθυμίσουν να φορέσει μάσκα, θα του δίνεται επίσης ελαφρύ γεύμα σε ειδική συσκευασία και φυσικά το μετάλλιο του αθλητή . Εθελοντές με όλα τα μέτρα προστασίας (γάντια και μάσκα) θα τα παραδίδουν στους τερματίζοντες .
2. Ο αριθμός των εθελοντών μέσα στον χώρο του τερματισμού θα είναι ο απολύτως απαραίτητος.
3. Ο κάθε αθλητής δεν θα μπορεί να παραμένει στον χώρο του τερματισμού πάνω από 10 λεπτά.
4. Δεν θα επιτρέπεται κανείς εκτός των διαπιστευμένων ατόμων της διοργάνωσης να βρίσκεται μέσα στον χώρο του τερματισμού.

5. Αντισηπτικά θα υπάρχουν στον χώρο του τερματισμού. Κάθε αθλητής θα υποχρεούται να απολυμαίνει τα χέρια του με αντισηπτικό κατά τον τερματισμό του.

6. Καλούνται οι αθλητές και εθελοντές να παρκάρουν τα αυτοκίνητα τους στο έξω πάρκινγκ του Νοσοκομείου και να προσέρχονται στον χώρο εκκίνησης και την Γραμματεία όπου είναι και τα αποδυτήρια (ΠΙΣΩ ΠΥΛΗ) του νοσοκομείου φορώντας μάσκα .

Με τιμή

Εκ μέρους της οργανωτικής επιτροπής

ΠΑΠΑΔΟΠΟΥΛΟΣ ΙΩΑΝΝΗΣ