

## Υπεύθυνη Δήλωση

Συμμετέχω στον αγώνα "5 SUMMITS MOUNTAIN KASTORIA" (αγώνας 33 χλμ-7χλμ) με απόλυτη προσωπική μου ευθύνη έχοντας προβεί στις απαραίτητες ιατρικές εξετάσεις και έχοντας κάνει τον απαραίτητο καρδιολογικό έλεγχο. Δηλώνω ότι έχω διαβάσει τους αναλυτικούς κανόνες του αγώνα και τους αποδέχομαι. Δηλώνω επίσης ότι τα στοιχεία που δηλώνονται πιο πάνω είναι απολύτως αληθή. Παραιτούμαι από κάθε απαίτηση εναντίον των διοργανωτών του αγώνα για τυχόν σωματική βλάβη ή ζημιά από οποιαδήποτε αιτία και συναινώ στην ελεύθερη χρήση του ονόματος/εικόνας μου από τα Μέσα Μαζικής Ενημέρωσης και τους χορηγούς του αγώνα.

Δηλώνω ότι συναινώ στη χρήση των απαραίτητων προσωπικών μου δεδομένων, ήτοι ονοματεπώνυμο πατρώνυμο και ημερομηνία γέννησης από την KASTORIA ADVENTURES για τους σκοπούς της διοργάνωσης του αγώνα σύμφωνα με το άρθρο 6 του Γενικού Κανονισμού Προστασίας Δεδομένων και τις κείμενες εθνικές διατάξεις για τη διοργάνωση αγώνων δρόμου. Επίσης συναινώ στη χρήση του τηλεφώνου μου και της διεύθυνσης ηλεκτρονικού ταχυδρομείου από τους διοργανωτές για την ενημέρωση σχετικά με τον αγώνα καθώς και στην αποστολή ενημερωτικού e mail για άλλες δράσεις του Συλλόγου. Δηλώνω πως είμαι ενήμερος για το σύνολο των δικαιωμάτων μου ως προς τον υπεύθυνο επεξεργασίας όπως αυτά ορίζονται στα άρθρα 12 έως 22 του Γενικού Κανονισμού.

## ΚΑΝΟΝΙΣΜΟΙ

1. ΓΕΝΙΚΑ: Οι αθλητές είναι υποχρεωμένοι να σεβαστούν στο ακέραιο τους κανονισμούς που περιγράφονται παρακάτω. Είναι επίσης υποχρεωμένοι να υπακούσουν στις υποδείξεις των υπεύθυνων του αγώνα. Η μη συμμόρφωση με τους κανονισμούς ή τις υποδείξεις επισύρει την ποινή του αποκλεισμού. Οι κριτές του αγώνα όταν αντιληφθούν παραβάσεις των κανονισμών, τις καταγράφουν και ενημερώνουν τους παραβάτες. Κάθε άλλο εξουσιοδοτημένο πρόσωπο από τη διοργάνωση έχει τη δυνατότητα να καταγράψει επίσης όποια παράβαση υποπέσει στην αντίληψή του και να την υποβάλει προς εξέταση στην Επιτροπή Αγώνα.

## 2. ΧΡΟΝΙΚΑ ΟΡΙΑ:

Ο αγώνας των 33χλμ κλείνει στις 18:00 δηλαδή 8 ώρες μετά την εκκίνηση. Θα υπάρχει ένα ενδιάμεσο σημείο-όριο χρονικού αποκλεισμού στον αγώνα. Το σημείο αποκλεισμού ορίστηκε για την ασφάλεια των ίδιων των αθλητών και για την εύρυθμη διεξαγωγή του αγώνα. Όσοι αθλητές δεν καταφέρουν να περάσουν από αυτό το σημείο στον χρόνο που αναφέρεται, θεωρούνται άκυροι και μπορούν να συνεχίσουν τον αγώνα μόνο με δική τους ευθύνη και αφού παραδώσουν τον αριθμό τους στους κριτές του σταθμού.

Ο χρόνος αποκλεισμού βρίσκεται στην τοποθεσία "ΣΤΑΥΡΟΣ" στο 19ο χλμ της διαδρομής και είναι στις 4:30 ώρες, δηλ στις 14:30.

Στον αγώνα των 7 χλμ θα πρέπει να τερματίσουν στις 14:00 δηλ 4 ώρες μετά την εκκίνηση.

Τα όρια αποκλεισμού είναι κοινά για όλες τις κατηγορίες των αθλητών, ανεξαρτήτως φύλου και ηλικίας. Μετά από τη συμπλήρωση του χρόνου που αναφέρεται, οι σταθμοί συνεχίζουν να καταγράφουν τους αθλητές αλλά ως εκπρόθεσμους, και οι αθλητές που καταφθάνουν εκεί έχουν υποχρέωση να παραδώσουν τον αριθμό τους. Οι αθλητές που επιθυμούν, μπορούν να συνεχίσουν τη διαδρομή εκτός συναγωνισμού και με δική τους αποκλειστικά ευθύνη, έχοντας σε κάθε περίπτωση παραδώσει πρώτα τον αριθμό τους. Τέλος, για να θεωρηθεί ένας τερματισμός κανονικός, θα πρέπει να γίνει μέχρι τις 18:00, τόσο για τους άνδρες όσο και για τις γυναίκες, όλων των κατηγοριών. Όσοι αθλητές τερματίσουν εκπρόθεσμα, θα παρουσιαστούν στα επίσημα αποτελέσματα ως "εγκαταλείψαντες".

Θα υπάρχουν 2 κατηγορίες :Ανδρών και Ανδρών 50 +

Γυναικών και Γυναικών 50 +

3. ΑΡΙΘΜΟΣ ΑΘΛΗΤΗ: Κάθε αθλητής φέρει τον αριθμό αγώνα (bib) πάνω του, τον οποίο και είναι υποχρεωμένος να έχει πάνω σε εμφανές σημείο στην εμπρόσθια όψη της μπλούζας του. Ο αριθμός πρέπει να παραμείνει σε όλη τη διάρκεια του αγώνα χωρίς να διπλωθεί, αποκρύβοντας έτσι οποιοδήποτε στοιχείο αναγράφεται πάνω στον αριθμό (χορηγοί, λογότυπα κλπ). Ουσιαστική αλλοίωση του αριθμού, η οποία ενδέχεται να προκαλέσει σύγχυση στους υπεύθυνους καταγραφής των Σταθμών τιμωρείται με αποκλεισμό.

4. ΣΗΜΑΝΣΗ ΔΙΑΔΡΟΜΗΣ: Η σήμανση της διαδρομής που τοποθετείται από τη Διοργάνωση, είναι προσωρινή, με στόχο την εξυπηρέτηση των αθλητών και μετά τον αγώνα θα αφαιρεθεί.

5. ΑΠΟΡΡΙΜΜΑΤΑ: Απαγορεύεται αυστηρά η απόρριψη κάθε είδους αντικειμένων κατά μήκος της διαδρομής, όπως πλαστικά μπουκάλια ή οποιοδήποτε άλλο υλικό συσκευασίας στερεάς ή υγρής μορφής τροφής που καταναλώνουν οι αθλητές στη διάρκεια του αγώνα. Σε κάθε σταθμό τροφοδοσίας υπάρχει ειδικός πλαστικός σάκος απορριμμάτων. Όλοι οι αθλητές είναι υποχρεωμένοι να ρίχνουν απορρίμματα μέσα στο σάκο. Απόρριψη υλικών συσκευασίας ή άλλων μη οργανικών απορριμμάτων σε οποιοδήποτε σημείο της διαδρομής πέρα από τα προκαθορισμένα, επισύρει ποινή αποκλεισμού.

6. ΚΙΝΗΣΗ ΣΤΟ ΜΟΝΟΠΑΤΙ: Οι αθλητές είναι υποχρεωμένοι να κινούνται στο μονοπάτι χωρίς να σχηματίζουν ομάδες που εκτείνονται σε πλάτος, εμποδίζοντας έτσι τους αθλητές που θα ήθελαν να προσπεράσουν. Όταν κάποιος αθλητής ειδοποιείται ότι πρέπει να κάνει στην άκρη για να προσπεραστεί, θα πρέπει να παραμείνει στην ανηφορική (εσωτερική) πλευρά της πλαγιάς.

7. ΣΤΑΘΜΟΙ ΤΡΟΦΟΔΟΣΙΑΣ: Η διοργάνωση αναλαμβάνει την τροφοδοσία των αθλητών, υποστηρίζοντας τους σε πέντε σημεία για τον αγώνα των 33 χλμ και έναν για τον αγώνα των 7 χλμ.

8. ΥΠΟΧΡΕΩΤΙΚΟΣ ΕΞΟΠΛΙΣΜΟΣ: Δεν προβλέπεται υποχρεωτικός εξοπλισμός για τους αθλητές αλλά θεωρείται απαραίτητη η χρήση παπουτσιών ορεινού τρεξίματος. Συστήνεται επίσης να έχουν αδιάβροχο ή αντιανεμικό, καπέλο ή σκούφο, γάντια. Η εγκατάλειψη εξοπλισμού κατά μήκος της διαδρομής στα σημεία σταθμών γίνεται με ευθύνη του αθλητή.

9. ΣΥΝΤΟΜΕΥΣΗ ΔΙΑΔΡΟΜΗΣ: Η συντόμευση (κόψιμο) της διαδρομής απαγορεύεται και τιμωρείται με αποκλεισμό. Ο κάθε αγωνιζόμενος έχει την ευθύνη και υποχρεούται να παρακολουθεί προσεκτικά τα προειδοποιητικά σήματα σε συγκεκριμένα τμήματα του μονοπατιού, τα οποία δείχνουν ένα απαγορευμένο κόψιμο/διαδρομή.

10. ΣΗΜΕΙΑ ΕΛΕΓΧΟΥ: Οι Σταθμοί Τροφοδοσίας είναι ταυτόχρονα και Σημεία Ελέγχου. Οι αθλητές είναι υποχρεωμένοι να έχουν σε εμφανές σημείο τον αριθμό τους, ώστε να τους καταγράφουν οι κριτές. Σε περίπτωση που κάποιος αθλητής φορά αντιανεμικό μπουφάν, θα πρέπει φτάνοντας στο Σταθμό Ελέγχου να φροντίσει να επιδείξει τον αριθμό του. Άρνηση επίδειξης του αριθμού σημαίνει αποκλεισμό. Όποιος αθλητής δεν περάσει από έναν σταθμό Ελέγχου θεωρείται άκυρος.

11. ΕΝΣΤΑΣΕΙΣ: Ενστάσεις για οποιοδήποτε λόγο γίνονται μόνο από τον ίδιο τον αθλητή, το αργότερο 30 λεπτά μετά τον τερματισμό του. Η απόφαση της επιτροπής ενστάσεων, που απαρτίζεται από τον Διευθυντή Αγώνα, τα μέλη της Τεχνικής Επιτροπής και τους υπεύθυνους σταθμάρχες στη ζώνη ευθύνης των οποίων καταγράφηκε το συμβάν, εκδίδεται το αργότερο μέχρι την ώρα των απονομών και είναι τελεσίδικη.

12. ΑΣΦΑΛΕΙΑ: Η Επιτροπή αναλαμβάνει να επιτηρήσει τη διαδρομή του αγώνα με εξειδικευμένα στελέχη σε θέματα ασφάλειας, διάσωσης και παροχής ιατρικής βοήθειας στους αθλητές που θα βρεθούν σε ανάγκη. Σε περιπτώσεις όπου το προσωπικό ασφάλειας και οι κριτές υποδείξουν στους αθλητές ότι πρέπει να αλλάξουν κατεύθυνση για λόγους ασφάλειας, οι αθλητές είναι υποχρεωμένοι να υπακούσουν. Άρνηση συμμόρφωσης σημαίνει αποκλεισμό.

13. ΤΡΟΠΟΠΟΙΗΣΗ ΔΙΑΔΡΟΜΗΣ / ΑΝΑΒΟΛΗ : Αν παραστεί ανάγκη (εξαιρετικά επικίνδυνες καιρικές συνθήκες), οι Διοργανωτές διατηρούν το δικαίωμα να τροποποιήσουν τη διαδρομή ή και να αναβάλλουν για μικρό χρονικό διάστημα την εκκίνηση, προκειμένου να μη θέσουν σε κίνδυνο τη σωματική ακεραιότητα των αθλητών.

14. ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ: Τα επίσημα (οριστικά) αποτελέσματα του αγώνα δημοσιοποιούνται αρκετές ημέρες μετά τον αγώνα, προκειμένου να γίνει η διασταύρωση των στοιχείων και ο απαραίτητος έλεγχος.

15. ΕΠΑΘΛΑ: Θα δοθούν μετάλλια σε όλους τους αθλητές.

Θα δοθούν κύπελλα στον πρώτου άνδρα και στην πρώτη γυναίκα της γενικής κατηγορίας και στον πρώτο άνδρα και γυναίκα κάθε ηλικιακής κατηγορίας.

16. ΠΟΙΝΕΣ: Η μοναδική ποινή που επιβάλλεται σε όλα τα παραπτώματα & παραβιάσεις κανονισμού, είναι ο αποκλεισμός/αποβολή. Επιβάλλεται σε: 1) ρύπανση διαδρομής, 2) κοψίματα διαδρομής (shortcuts), 3) ανάρμοστη συμπεριφορά προς τους συναθλητές και το προσωπικό της διοργάνωσης, 4) απώλεια αριθμού αθλητή και οποιαδήποτε αντιαθλητική συμπεριφορά.

17. ΑΠΟΠΟΙΗΣΗ ΕΥΘΥΝΗΣ: Η KASTORIA ADVENTURES και οι διοργανωτές του αγώνα δεν ευθύνονται για το θάνατο, τραυματισμό ή οποιαδήποτε βλάβη της υγείας των αγωνιζομένων, οι οποίοι υποβάλλοντας την αίτηση συμμετοχής, δηλώνουν ότι γνωρίζουν τους κινδύνους που υπάρχουν στο ορεινό περιβάλλον και βεβαιώνουν ότι η κατάσταση της υγείας τους είναι καλή και τους επιτρέπει να αγωνιστούν, έχουν δε πρόσφατα εξεταστεί από γιατρό γι' αυτό το θέμα. Δεν πρόκειται ωστόσο να ζητηθεί από κανέναν αθλητή να προσκομίσει ιατρική βεβαίωση. Οι ίδιοι οι αθλητές είναι υποχρεωμένοι να προβαίνουν τακτικά σε ιατρικό προληπτικό έλεγχο, ώστε να ελέγχουν την κατάσταση της υγείας τους. Η KASTORIA ADVENTURE και οι διοργανωτές του αγώνα αποποιούνται κάθε ευθύνη σχετικά με τη σωματική ακεραιότητα των αθλητών, οι οποίοι θα πρέπει να συμπεριφερθούν υπεύθυνα σε σημεία της διαδρομής όπου ο κίνδυνος πτώσης με δυσάρεστα ή μοιραία αποτελέσματα είναι αυξημένος.

18. ΤΡΟΠΟΠΟΙΗΣΗ ΚΑΝΟΝΙΣΜΩΝ: Οι διοργανωτές διατηρούν το δικαίωμα τροποποίησης των κανονισμών διεξαγωγής του αγώνα, χωρίς προηγούμενη ενημέρωση.