

3^ο ΚΟΥΜΑΡΙΑ TRAIL SERIES 2024



Η ΚοινΣΕΠ **ΔΙΑΒΑ** με την υποστήριξη του **Συλλόγου Δρομέων Υγείας Πάτρας**, και της **Περιφέρειας Δυτικής Ελλάδας** διοργανώνει το **Σαββατοκύριακο 13-14 Ιανουαρίου 2024** το **3^ο Koumaria Trail Series**. Μια σειρά αγώνων ορεινού τρεξίματος (trail) 5 αποστάσεων :

- 1) **ΚΟΥΜΑΡΙΑ MARATHON 42 km 2550D+**
- 2) **ΚΟΥΜΑΡΙΑ TRAIL RACE 22 km 1300D+**
- 3) **OMPLOS HILLS 12 km 700D+**
- 4) **FIOGA RACE 5 Km 200D+**
- 5) **ACHAIA CLAUSS RACE kids 1000m**

Σημείο εκκίνησης και τερματισμού : Το ιστορικό οινοποιείο **Achaia Clauss** στο Πετρωτό Πατρών.

Ωρα εκκίνησης:

Σάββατο 12/01/2024

Achaia Clauss Race kids 12:00

Floga Race 15:00

Κυριακή 13/01/2024

ΚΟΥΜΑΡΙΑ MARATHON 07:30

ΚΟΥΜΑΡΙΑ TRAIL RACE 09:00

OMPLOS HILLS 10:00

Εγγραφές

Οι εγγραφές γίνονται στο παρακάτω σύνδεσμο:

<https://diava.gr/events/category/agones/>

Για να είναι έγκυρη η εγγραφή θα πρέπει να εξοφληθεί κατά την εγγραφή σας το αντίστοιχο ποσό της κάθε διαδρομής. Με την ολοκλήρωση της εγγραφής σας θα λάβετε ενημερωτικό e-mail επιβεβαίωσης!

Οι εγγραφές θα παραμείνουν ανοιχτές ως και **07/01/2024**

Κόστος συμμετοχής

ΚΟΥΜΑΡΙΑ MARATHON 42 km 2550D+	40€
ΚΟΥΜΑΡΙΑ TRAIL RACE 22km 1200D+	25€
Omplos Hills 12km 700D+	15€
Floga Race 5km	ελάχιστη καταβολή* 10€
Achaia Clauss race kids 1000m	Δωρεάν*

*Όλα τα έσοδα του αγώνα **Floga Race 5km** θα γίνουν δωρεά στη "**Φλόγα Πάτρας**" Τον Σύλλογο Γονιών Παιδιών με Νεοπλασματική Ασθένεια

*Για την παραλαβή των αριθμών του παιδικού αγώνα **Achaia Clauss Race Kids**, θα υπάρχει στην γραμματεία κούτι υποστήριξης που θα φέρουν οι εκπρόσωποι της **Κιβωτού της Αγάπης** ώστε να συνδράμει οικονομικά την "**Κιβωτό της Αγάπης**" Το Άσυλο Χρόνιων Παθήσεων Παιδών, οι οποίοι θα παρίστανται στην εκδήλωση.

Απονομές 14:00

Κατηγορίες Νικητών :

Οι κατηγορίες των νικητών που θα βραβευθούν (3 πρώτοι) αφορούν την κάθε διαδρομή, την ηλικιακή κατηγορία και το φύλο ξεχωριστά. Για να ισχύει η κατηγορία θα πρέπει να λάβουν εκκίνηση τουλάχιστον 6 άτομα. Αναμνηστικά μετάλλια θα δοθούν σε όλους τους συμμετέχοντες που θα τερματίσουν.

- Κατηγορία γενικής κατάταξης
- Ηλικιακή κατηγορία 18-39
- Ηλικιακή κατηγορία 40+
- Ηλικιακή κατηγορία κάτω των 18

Δικαίωμα συμμετοχής

- Στον αγώνα Koumaria Marathon 40km και Koumaria Trail Race 22km μπορούν να συμμετάσχουν άτομα άνω των 18 ετών ικανά να συμμετάσχουν στον αγώνα
- Στον αγώνα Omplos Hills 12km μπορούν να συμμετάσχουν άτομα άνω των 16 ετών, ικανά να συμμετάσχουν στον αγώνα
- Στον Αγώνα Floga Race 5χλμ μπορούν να συμμετάσχουν άτομα άνω των 12 ετών, ικανά να συμμετάσχουν στον αγώνα
- Στον Παιδικό Αγώνα Achaia Clauss Race Kids μπορούν να συμμετάσχουν μαθητές και μαθήτριες της Δ', Ε' και ΣΤ' Τάξης του Δημοτικού Σχολείου, ικανοί/ες να συμμετάσχουν στον αγώνα
- Στην περίπτωση συμμετοχής ανηλίκων στους Αγώνες Δρόμου 12χλμ και 5χλμ η αίτηση συμμετοχής υποβάλλεται από τον ασκούντος την επιμέλεια γονέα. Με την υποβολή της αντίστοιχης αίτησης συμμετοχής **θεωρείται ότι έχει δοθεί συναίνεση του κηδεμόνα** για τη συμμετοχή του τέκνου στον Αγώνα.
- Οι δρομείς στη διοργάνωση Koumaria trail series συμμετέχουν με απόλυτη προσωπική τους ευθύνη, έχοντας προβεί στις απαραίτητες ιατρικές εξετάσεις και έχοντας κάνει τον απαραίτητο καρδιολογικό έλεγχο. Στους αγώνες δεν θα ζητηθούν ιατρικά πιστοποιητικά αφού οι ενήλικες συμμετέχουν με δική τους ευθύνη και οι ανήλικοι με τη συγκατάθεση των γονέων τους.
- Κάθε δρομέας συμμετέχει στη διοργάνωση με δική του ελεύθερη βούληση.
- Κάθε δρομέας συμμετέχει στη διοργάνωση με δική του ευθύνη και φέρει την πλήρη ευθύνη της συμμετοχής του όσον αφορά στη φυσική του κατάσταση και την ικανότητά του να συμμετάσχει.
- Στους αγώνες της διοργάνωσης του Koumaria Trail Series μπορούν να συμμετάσχουν μόνο εγκύρως και εγκαίρως εγγεγραμμένοι δρομείς.
- Οι συμμετέχοντες δρομείς οφείλουν να φέρουν τον αριθμό συμμετοχής τους, που τους έχει δοθεί από την Οργανωτική Επιτροπή του αγώνα, στο μπροστινό μέρος του στήθους τους. Σε οποιαδήποτε άλλη περίπτωση είναι ενδεχόμενο να αποκλειστούν από τον αγώνα.
- Όλοι οι συμμετέχοντες οφείλουν να σέβονται και να τηρούν τους κανονισμούς του αγώνα πριν, καθ' όλη τη διάρκεια διεξαγωγής του και μετά.
- Η Κοιν.Σ.Επ ΔΙΑΒΑ και η Οργανωτική Επιτροπή της διοργάνωσης διατηρούν το δικαίωμα αλλαγής του προγράμματος του αγώνα, των όρων και κανονισμών συμμετοχής και διεξαγωγής του αγώνα χωρίς πρότερη ειδοποίηση, με ανάρτηση στην ιστοσελίδα του αγώνα.

*Σε περίπτωση συμμετοχής αθλητή ηλικίας μικρότερης των 18 ετών, για να γίνει δεκτή η εγγραφή του θα πρέπει να αποστείλει πριν τον αγώνα στο mail των διοργανωτών **info@diava.gr** υπεύθυνη δήλωση του γονέα/ έχοντος τη γονική μέριμνα, η οποία θα αναφέρει επί λέξη: « με την ιδιότητα μου ως γονέας/έχω τη γονική μέριμνα επιτρέπω στον/στην..... να συμμετέχει σε αγώνα ορεινού τρεξίματος της διοργάνωσης ΚΟΥΜΑΡΙΑ TRAIL SERIES που θα πραγματοποιηθεί το Σάββατο 13 / την Κυριακή 14 Ιανουαρίου 2024. Επίσης δηλώνω ότι παραιτούμαι από οποιαδήποτε απαίτηση εναντίον των διοργανωτών για τυχόν σωματική, υλική ή ηθική βλάβη του τέκνου μου, από οποιαδήποτε αιτία και συναινώ στην ελεύθερη χρήση του ονόματος /εικόνας του από τους διοργανωτές, τους χορηγούς και τους εμπλεκόμενους φορείς του αγώνα.»

Για τον αγώνα των 40χλμ **Koumaria Marathon** απαραίτητη προϋπόθεση των συμμετεχόντων είναι να έχουν τερματίσει το ελάχιστο 2 αγώνες ορεινού τρεξίματος (trail) 20 χλμ και άνω ή 1 αγώνα 40χλμ τη τελευταία 2 έτη που θα δηλώσουν στη φόρμα εγγραφής. Μέγιστος χρόνος ολοκλήρωσης του αγώνα είναι οι 8 ώρες, μετά το πέρας των 8 ωρών οι αθλητές που δεν έχουν ολοκληρώσει τη προσπάθεια υποχρεούνται να υπακούσουν στις οδηγίες των διοργανωτών και των εθελοντών και να διακόψουν τη προσπάθεια αν τους ζητηθεί.

Κανονισμοί συμμετοχής :

Όλοι οι συμμετέχοντες οφείλουν να τηρούν τους κανόνες της διοργάνωσης καθώς σε διαφορετική περίπτωση θα ακυρωθεί η συμμετοχή τους:

- Απαγορεύεται αυστηρώς η ρίψη απορριμμάτων σε όλη τη διαδρομή και στο χώρο της εκδήλωσης. Η διοργάνωση θα φροντίσει να υπάρχουν σακούλες απορριμμάτων μερικά μέτρα μετά από τους σταθμούς και στο χώρο της εκδήλωσης.
- Οι αθλητές που κινούνται σε μονοπάτι οφείλουν να κάνουν δεξιά και να ελαττώσουν ταχύτητα αν τους ζητηθεί, ώστε να προσπεράσει κάποιος ταχύτερος αθλητής.
- Όλοι οι συμμετέχοντες οφείλουν να σέβονται τους συναθλητές τους και να υπακούσουν οποιαδήποτε εντολή τους δοθεί από τους διοργανωτές και τους εθελοντές του αγώνα.
- Όλοι οι συμμετέχοντες συναινούν στην ελεύθερη χρήση του ονόματος και της φωτογραφίας τους για τους σκοπούς διαφήμισης της εκδήλωσης από τους διοργανωτές, χορηγούς και εμπλεκόμενους φορείς της διοργάνωσης.
- Σε κάθε περίπτωση όλοι οι αγωνιζόμενοι συμμετέχουν με αποκλειστικά δική τους ευθύνη. Οι διοργανωτές δεν έχουν καμία ευθύνη για οτιδήποτε συμβεί σχετικά με θέματα ΥΓΕΙΑΣ και οφείλεται σε έλλειψη προληπτικού ιατρικού ελέγχου.
- Στον αγώνα θα υπάρχει ηλεκτρονική χρονομέτρηση με σημείο ελέγχου στην εκκίνηση / τερματισμό, καθώς και ενδιάμεσο σημείο ελέγχου. Οι δρομείς θα φέρουν το chip ηλεκτρονικής χρονομέτρησης στον αριθμό τους και υποχρεωτικά θα το φορούν μπροστά.

Περιγραφή διαδρομών: Οι διαδρομές ξεκινούν από τον προαύλιο χώρο της Achaia Clauss. Κάνουν μια κυκλική πορεία στα υπέροχα μονοπάτια του Ομπλού και της ευρύτερης περιοχής και τερματίζουν στον ίδιο χώρο απ' όπου δόθηκε η εκκίνηση.

Το τερέν είναι κυρίως μονοπάτια με πολύ καθαρό έδαφος και μεγάλο πλάτος ενώ μόλις ένα μικρό ποσοστό κινείται σε δασικούς δρόμους.

Θα υπάρχουν 6 σταθμοί τροφοδοσίας για τη διαδρομή των 40 χιλιομέτρων ανά 7 χιλιόμετρα, 3 σταθμοί τροφοδοσίας για τη διαδρομή των 22 χιλιομέτρων στο 6ο, στο 10^ο και στο 15^ο χιλιόμετρο, με κεντρικό σταθμό αυτόν στο 10^ο χλμ. Για τη διαδρομή των 12 χιλιομέτρων θα υπάρξει ένας σταθμός στο 6^ο χιλιόμετρο.

Διασώστες και Γιατρός της διοργάνωσης θα βρίσκονται καθ' όλη τη διαδρομή και στο σημείο εκκίνησης και τερματισμού με δυνατότητα μετακίνησης σε όλη τη διαδρομή αν χρειαστεί.

Στη διαδρομή των 42 χιλιομέτρων τα σημαντικότερα σημεία ενδιαφέροντος που θα περνάει ο αγώνας είναι ο Υδροηλεκτρικός Σταθμός Γλαύκου, Ο παλιός οικισμός του Πετρωτού (Βαλαντούνα), τις λίμνες του Ομπλού και τη παλιά Μονή Μπαμπιώτη.

Στη διαδρομή των 22 και 12 χιλιομέτρων το σημαντικότερο σημείο ενδιαφέροντος είναι ο οικισμός των γεωμετρικών χρόνων και οι μυκηναϊκοί τάφοι στο λόφο Αμυδαλιά.

Ο παιδικός αγώνας διεξάγεται εντός του χώρου του ιστορικότερου οινοποιείου της περιοχής την Achaia Clauss **Αναλυτική περιγραφή των διαδρομών**, υψομετρικό προφίλ, χάρτες και αρχεία gpx και περισσότερες πληροφορίες θα αναρτηθούν προσεχώς στην ιστοσελίδα της διοργάνωσης **www.diava.gr**

Εξοπλισμός: Όλοι οι αγωνιζόμενοι είναι υποχρεωμένοι να φροντίσουν ώστε να φέρουν κατάλληλο εξοπλισμό για τη συμμετοχή τους σε αγώνα ορεινού τρεξίματος. Κατάλληλα παπούτσια και ρούχα. Οι αθλητές που θα συμμετέχουν στη διαδρομή των 42 χιλιομέτρων υποχρεούνται να έχουν μαζί τους ελαφρύ διαπνέον αδιάβροχο αντIANεμικό μπουφάν, το οποίο θα υποδείξουν κατά τη παραλαβή του πακέτου συμμετοχής. Η χρήση μπατόν είναι προαιρετική.

Σημαντικές πληροφορίες: Σε περίπτωση βροχής θα είναι διαθέσιμος στεγασμένος χώρος και αίθουσα όπου θα μπορούν να χρησιμοποιήσουν οι συνοδοί κατά τη διάρκεια της αναμονής τους και οι αθλητές πριν και μετά τον αγώνα. Επίσης χώρος που θα χρησιμοποιηθεί ως αποδυτήρια.

Κατά τη διάρκεια της εκδήλωσης θα πραγματοποιηθεί ξενάγηση των συνοδών στο χώρο. Όλοι οι επισκέπτες για λόγους ασφαλείας των αγωνιζομένων και την ομαλή διεξαγωγή της διοργάνωσης υποχρεούνται να ακολουθούν πιστά τις κυκλοφοριακές ρυθμίσεις που θα συντονίζουν οι άνθρωποι της διοργάνωσης και να σταθμεύσουν στο χώρο που θα τους υποδείξουν.

Σε περίπτωση έκδοσης έκτακτου δελτίου επικίνδυνων καιρικών φαινομένων από την Ε.Μ.Υ

ή Προειδοποιητικό μήνυμα για επικίνδυνα καιρικά φαινόμενα από το υπουργείο Κλιματικής Κρίσης και Πολιτικής Προστασίας για την περιοχή, η διοργάνωση έχει το δικαίωμα να αναβάλει τον αγώνα σε επόμενη ημερομηνία.

Παροχές:

- Ηλεκτρονική χρονομέτρηση
- Σταθμοί Τροφοδοσίας
- Αναμνηστικό μετάλλιο
- Έπαθλα των νικητών
- Αναμνηστικό δώρο
- Γεύμα αποκατάστασης
- Κλήρωση δώρων

Επικοινωνία:

Info@diava.gr

Αποστολόπουλος Δημήτρης 6977006205

Γιαννακόπουλος Αντώνης 6972339015

Διαμαντόπουλος Αντώνης 6973903923

Φατούρος Κυριάκος 6946419227

Χρυσάνθη Μαρίνα 6976683544

Η ομάδα του Διάβα σας εύχεται καλή προετοιμασία !!!