

## Mega Avalanche Parnassos

Συντάχθηκε απο τον/την Timos Tsin.  
Δευτέρα, 16 Σεπτέμβριος 2019 00:33



### Mega Avalanche Parnassos

Ο Σύλλογος Νέων Πολυδρόσου υπο την αιγίδα του Δημου Δελφών, διοργανώνουν αγώνα Mega AVALANCHE.

**Ημερομηνία και ώρα αγώνα:**

**Κυριακή 29 Σεπτεμβρίου 16:00**

**Τοποθεσία: Πολύδροσο Φωκίδας**

**Διαδρομή:**

**Υψόμετρο εκκίνησης 1800μ**

**Υψόμετρο τερματισμού 380μ**

#### **ΔΙΑΔΡΟΜΗ:**

Η διαδρομή είναι με ξύλινες και χωμάτινες κατασκευές η οποία είναι κατασκευασμένη για ποδήλατα full suspension καθώς και με safe pass σε δύσκολα σημεία για ποδήλατα hardtail όπως και για αρχάριους αναβάτες. Η αφετηρία του αγώνα βρίσκεται στο χιονοδρομικό κέντρο Παρνασσού θέση Φτερόλακα, διασχίζει το μονοπάτι 22 που πρόσφατα φτιάχτηκε μετά απο αρκετά χρόνια και ο τερματισμός βρίσκεται στην πλατεία του Πολυδρόσου.

#### **ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΑΓΩΝΑ:**

**Σάββατο:**

**12:00-19:00** Ελεύθερα δοκιμαστικά (εκτός και αν υπερβούμε τις 100 συμμετοχές όπου θα

## **Mega Avalanche Parnassos**

Συντάχθηκε απο τον/την Timos Tsin.  
Δευτέρα, 16 Σεπτέμβριος 2019 00:33

---

γίνει προκριματικός αγώνας)

Κυριακή:

09:00-14:30 Προπόνηση πριν τον αγώνα

16:00 Εκκίνηση αγώνα

### **Κανονισμοί:**

Ο αγώνας θα διεξαχθεί σύμφωνα με τους κανονισμούς της Ελληνικής Ομοσπονδίας Ποδηλασίας (Ε.Ο.Π.) – UCI .

### **ΚΑΤΗΓΟΡΙΕΣ ΑΘΛΗΤΩΝ**

Full suspension: ανεξαρτήτου ηλικίας

Hardtail: ανεξαρτήτου ηλικίας

Ηλεκτρικά: ανεξαρτήτου ηλικίας

Women: ανεξαρτήτου ηλικίας

### **ΕΚΚΙΝΗΣΗ:**

Ο αγώνας θα διεξαχθεί με μαζική εκκίνηση με προδευτικό στένεμα του δρόμου μεχρι να μπουν οι αθλητές στο μονοπάτι. Σε περίπτωση που υπερβούμε τις 100 συμμετοχές θα γίνει προκριματικός αγώνας το Σάββατο έτσι ώστε να διαφοροποιηθεί η σειρά εκκίνησης την Κυριακή.

### **ΟΡΟΙ ΣΥΜΜΕΤΟΧΗΣ:**

Δικαίωμα συμμετοχής έχουν όσοι διαθέτουν καλή υγεία και φυσική κατάσταση και η εμπειρία τους μπορεί να βοηθήσει να ανταποκριθούν στις απαιτήσεις μιας all mountain διαδρομής μεγάλου μήκους. Όλοι οι αγωνιζόμενοι θα πρέπει να διαθέτουν τον κατάλληλο εξοπλισμό και τα ποδήλατά τους να είναι σε άριστη λειτουργική κατάσταση. Σε διαφορετική περίπτωση δεν μπορούν να λάβουν μέρος στον αγώνα.

### **Χρήση απαραίτητου και σωστού εξοπλισμού:**

- κράνος κλειστού τύπου(fullface)
- θώρακας
- επιγονατίδες
- επιαγκωνίδες
- γάντια
- μάσκα

Σε περίπτωση που ο συμμετέχων αθλητής έχει ελλείψεις στον εξοπλισμό του με συνέπεια να μην καλύπτει τη στοιχειώδη ασφάλειά του δε θα λάβει μέρος στον αγώνα. Προαιρετική είναι η χρήση περιλαίμιου (neck brace) .

Χρήση προσωπικού αριθμού αθλητή στο τιμόνι του ποδηλάτου, τον οποίο θα λάβουν από τη γραμματεία όσοι δεν έχουν λάβει από προηγούμενους αγώνες, τόσο στις προπονήσεις όσο και στον ημιτελικό και τελικό αγώνα

Ενημέρωση γραμματείας από τον αθλητή σε περίπτωση οικειοθελούς εγκατάλειψης για οποιονδήποτε λόγο.

Όλοι οι αγωνιζόμενοι θα πρέπει να διαθέτουν τον κατάλληλο εξοπλισμό και τα ποδήλατά τους να είναι σε άριστη λειτουργική κατάσταση. Σε διαφορετική περίπτωση δεν μπορούν να

## **Mega Avalanche Parnassos**

Συντάχθηκε απο τον/την Timos Tsin.  
Δευτέρα, 16 Σεπτέμβριος 2019 00:33

---

λάβουν μέρος στον αγώνα (πριν την εκκίνηση όλοι οι αθλητές θα ελεγχθούν αν ο εξοπλισμός τους είναι πλήρης για τον συγκεκριμένο τύπο αγώνα σε περίπτωση που δεν είναι και έχουν δηλώσει συμμετοχή ήδη ο διοργανωτής δεν είναι υποχρεωμένος να τους επιστρέψει το αντίτιμο της συμμετοχής)

Στο χώρο επίσης θα βρίσκεται η ομάδα διάσωσης και ιατρικό προσωπικό .

Καθ' όλο το μήκος της διαδρομής θα υπάρχουν κριτές, εξοπλισμένοι και θα είναι υπεύθυνοι για την ομαλή διέλευση των αναβατών, την τήρηση της προσημασμένης διαδρομής και την ενημέρωση σε περίπτωση ατυχήματος.

### **Δήλωση συμμετοχής:**

# Mega Avalanche Parnassos

Συντάχθηκε απο τον/την Timos Tsin.  
Δευτέρα, 16 Σεπτέμβριος 2019 00:33



υπό την αιγίδα του Δήμου Δελφών διοργανώνει

# MEGA ΑΒΑΛΑΝΧΗ PARNASSOS

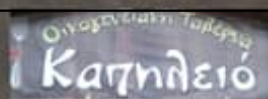
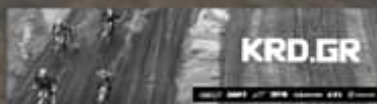
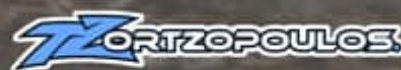


28 - 29  
SEPTEMBER

ΜΕΓΑΣ ΧΟΡΗΓΟΣ



ΠΛΗΡΟΦΟΡΙΕΣ  
ΚΟΥΣΟΥΛΑΣ ΣΤΑΘΗΣ  
ΤΗΛ. 6906066435



## Mega Avalanche Parnassos

Συντάχθηκε απο τον/την Timos Tsin.  
Δευτέρα, 16 Σεπτέμβριος 2019 00:33

---

[Fashion Event](#)