



Ο δήμος Βόρειας Κυνουρίας διοργανώνει το διήμερο **Σάββατο 11 και Κυριακή 12 Οκτωβρίου 2025** αγώνες Δρόμου με την ονομασία **THIREA RUN 2025**.

Η διοργάνωση περιλαμβάνει:

- Αγώνα Δρόμου **11.000μ.**,
- Αγώνα Δρόμου **5.200μ.**
- Παιδικούς 300μ., 600μ. και 1000μ.

Την τεχνική υποστήριξη, οργάνωση, συντονισμό για την διεξαγωγή των εκδηλώσεων έχει η ΚΟΙΝΣΕΠ Α ΧΩΡΑ ΝΑΜΟΥ.

Όλοι οι δρόμοι θα διεξαχθούν σύμφωνα με τους παρακάτω όρους:

1. Ημερομηνία Διεξαγωγής Αγώνων: Κυριακή 12 Οκτωβρίου 2025

2. Αφετηρία – Τερματισμός: Ο αγώνας έχει αφετηρία και τερματισμό την κεντρική πλατεία του Άστρους .

3. Στοιχεία Αγώνων:
11.000μ.

Ώρα Εκκίνησης: 09.30πμ

Περιγραφή της διαδρομής: Η εκκίνηση του Αγώνα δίνεται από την κεντρική πλατεία του Άστρους ακολουθώντας δεξιόστροφη διαδρομή βγαίνουμε στην κεντρική διασταύρωση του Επαρχιακού δρόμου Άστρους - Λεωνιδίου.

Συνεχίζουμε ευθεία με κατεύθυνση στο παράλιο Άστρος και στα 1200μ. βγαίνουμε από τον κεντρικό δρόμο δεξιά σε μικρότερη τοπική οδό.

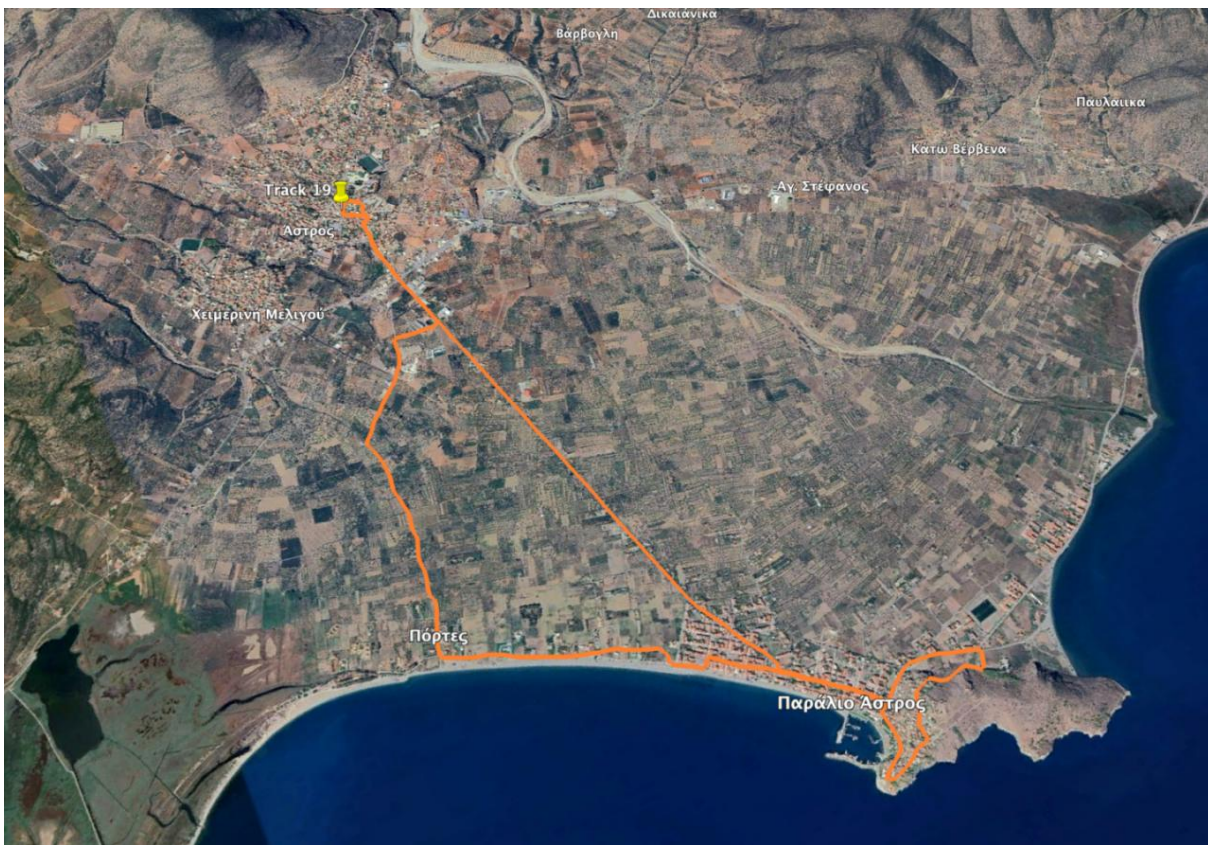
Στα 3,5χλμ φτάνουμε την παραλία στην περιοχή Πόρτες και στρίβουμε αριστερά με κατεύθυνση το λιμάνι του παράλιου Άστρους.

Η διαδρομή δίπλα στην θάλασσα για περίπου 2χλμ φτάνοντας στο λιμάνι συνεχίζουμε μια ανηφορική διαδρομή με +45μ υψομετρική περιφερειακά του κάστρου και κάνοντας ένα κύκλο 2χλμ καταλήγουμε ξανά στον πεζόδρομο του Άστρους για την επιστροφή και τον τερματισμό.

Βρισκόμαστε στα 7,5χλμ της διαδρομής και ακολουθούμε τον κεντρικό δρόμο με κατεύθυνση για την πλατεία του Άστρους.

Στο 8ο χιλιόμετρο ακολουθούμε τον κεντρικό δρόμο δεξιά και συνεχίζοντας μπαίνουμε στην "μεγάλη ευθεία" με προορισμό το Άστρος.

Διασχίζουμε κάθετα την κεντρική διασταύρωση και οι αθλητές τερματίζουν στον ίδιο χώρο με την αφετηρία.



5.200μ.

Αφετηρία από το ίδιο σημεία με τον μεγάλο αγώνα και ίδια ακριβώς διαδρομή. Μετά την κεντρική διασταύρωση στα 2,5χλμ (στο μέσο περίπου της μεγάλης ευθείας) οι αθλητές θα κάνουν αναστροφή και θα επιστρέψουν από την ίδια διαδρομή στον τερματισμό.



ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ 2ημέρου

Σάββατο 11 Οκτωβρίου 2025

- Πολιτιστική εκδήλωση με θέμα την μάχη της Θυρέας στην οποία είναι αφιερωμένος ο αγώνας
Πληροφορίες σύντομα (Τόπος διεξαγωγής και ώρα)

Κυριακή 12 Οκτωβρίου 2025

9:30πμ.: Κεντρικός αγώνας 11.000μ.

9:35πμ.: ο αγώνας των 5.200μ

9:45: Παιδικοί αγώνες για μαθητές Δημοτικού και Γυμνασίου 300μ - 600μ-1000μ

11:30πμ: Απονομές – Βραβεύσεις

— Δικαίωμα Συμμετοχής

Για να συμμετάσχει ένας δρομέας στους αγώνες 5.200μ. & 11.000μ. θα πρέπει να έχει συμπληρώσει το 18ο έτος της ηλικίας του.

Παιδικοί: Απαραίτητη προϋπόθεση συμμετοχής για τους ανήλικους δρομείς είναι η συμπλήρωση υπεύθυνης δήλωσης συγκατάθεσης του κηδεμόνα και να δωθεί υπογεγραμμένη πριν την εκκίνηση.

— Κατηγορίες (5.200μ. & 11.000μ.)

Για τους συμμετέχοντες των Αγώνων θα ισχύσουν οι κάτωθι κατηγορίες σε άντρες και γυναίκες

- 18-29
- 30-39
- 40-49
- 50-59
- 60+

Στους συμμετέχοντες των Αγώνων Δρόμου 5.200μ. και 11.000μ. θα βραβευθούν οι πρώτοι **3 άντρες και πρώτες 3 γυναίκες της Γενικής Κατάταξης καθώς και οι 3 πρώτοι της κάθε ηλικιακής κατηγορίας ανδρών και γυναικών**

*****ΠΡΟΣΟΧΗ οι πρώτοι ΓΕΝΙΚΗΣ ΔΕΝ βραβεύονται και στην ηλικιακή τους*****

— Διακρίσεις – Έπαθλα (5.200μ. & 11.000μ.) και παιδικοί

Σε όλους που θα συμμετέχουν θα δοθεί αναμνηστικό μετάλλιο.

- Δηλώσεις Συμμετοχής

Η εγγραφή θα γίνει ηλεκτρονικά μέσα από την φόρμα που θα βρείτε στο site της διοργάνωσης

– Κόστος Συμμετοχής

Το κόστος συμμετοχής είναι

15€ για τον αγώνα των 11.000μ

10€ για τα 5200μ

Όλες οι υπόλοιπες δράσεις είναι δωρεάν

— Τρόποι Εγγραφής 5200μ +11000μ

**Ηλεκτρονική αίτηση εγγραφής μέσα από ο περιβάλλον του συνεργάτη μας
Από Τρίτη 12 Αυγούστου και θα μείνουν ανοιχτές μέχρι και Τετάρτη 8
Οκτωβρίου**

ΠΡΟΣΟΧΗ ελάχιστες θέσεις την ημέρα του αγώνα θα υπάρξουν σε συνεννόηση με τους διοργανωτές.

— Παροχές πακέτου συμμετοχής (5.200μ. & 11500μ).:

Αριθμός συμμετοχής,
Μπλουζάκι τεχνικό,
ηλεκτρονική χρονομέτρηση,
αναμνηστικό μετάλλιο,
παροχή νερού, φρούτου,
παροχή ιατρικών υπηρεσιών.

— Πληρωμή Συμμετοχής

Γίνετε μέσα από την πλατφόρμα κατά την εγγραφή σας και περιλαμβάνει τραπεζική κατάθεση και με χρεωστική - πιστωτική κάρτα.

****** ΠΡΟΣΟΧΗ δεν θα υπάρξουν πληρωμές στην γραμματεία και σε κάθε περίπτωση έγκαιρη συμμετοχή θεωρείτε αυτή που έχει εξοφληθεί******

— Υγειονομική Κάλυψη

Στον αγώνα θα υπάρχει ιατρική υποστήριξη.

Σε κάθε περίπτωση όλοι οι αγωνιζόμενοι συμμετέχουν με δική τους ευθύνη και έχουν υπογράψει τη σχετική υπεύθυνη δήλωση κατά την εγγραφή τους, επιλέγοντας το σχετικό πεδίο στην φόρμα.

Συστήνεται δε στους συμμετέχοντες να προβούν σε ιατρικές εξετάσεις πριν από τον αγώνα.

Από τους διοργανωτές, **δεν** θα ζητηθούν ιατρικές βεβαιώσεις για κανέναν αθλητή/τρια, αφού όλοι οι συμμετέχοντες/ουσες αγωνίζονται με δική τους αποκλειστική ευθύνη και οι ανήλικοι με ευθύνη των κηδεμόνων τους.

— Σταθμοί Υποστήριξης

Κατά μήκος της διαδρομής των Αγώνων Δρόμου (ανά 4 χλμ.) θα υπάρχουν σταθμοί υποστήριξης των δρομέων.

Εμφιαλωμένο νερό θα διατίθεται σε όλους τους συμμετέχοντες στην Εκκίνηση, στον Τερματισμό καθώς και σε σταθμούς της διαδρομής.

Μπανάνες θα διατίθενται στους δρομείς των Αγώνων Δρόμου 5.200μ. – 11.000μ. στον Τερματισμό.

Τουαλέτες θα υπάρχουν στην Αφετηρία / Τερματισμό.

Ιατρική υποστήριξη θα υπάρχει στην Αφετηρία – Τερματισμό

— Χιλιομετρικές Ενδείξεις
Ανά 4 χλμ

—Κέντρο Παραλαβής Αγωνιστικού Πακέτου

Δυνατότητα παραλαβής του αγωνιστικού πακέτου θα είναι διαθέσιμη το Σάββατο 11/10 στον χώρο τέλεσης του πολιτιστικού δρώμενου και από το πρωί του αγώνα στον χώρο της γραμματείας του αγώνα

Παρακαλούνται όλοι οι δρομείς να βρίσκονται στο χώρο της Αφετηρίας των Αγώνων Δρόμου, κατ' ελάχιστον 1 ώρα νωρίτερα.

Η γραμματεία θα κλείσει στις 09:00 και δεν θα υπάρχει καμία δυνατότητα παράτασης. Οτιδήποτε δεν αναφέρεται σε αυτή την προκήρυξη καθώς και οποιαδήποτε αλλαγή ή περαιτέρω διευκρίνιση, θα ανακοινώνεται στην επίσημη ιστοσελίδα της διοργάνωσης στο site της ΚΟΙΝΣΕΠ Α ΧΩΡΑ ΝΑΜΟΥ www.axoranamou.gr

— Εθελοντές

Όλοι οι εθελοντές και διοργανωτές θα φορούν ομοιόμορφο μπλουζάκι.

Η ΟΡΓΑΝΩΤΙΚΗ ΕΠΙΤΡΟΠΗ