

ΑΝΑΚΟΙΝΩΣΗ ΑΓΩΝΑ ΔΡΟΜΟΥ

Grand Prix Πόλης Ζωγράφου

Ημερομηνία: 27 Ιουνίου 2026

Είναι αγώνας δρόμου επί δημοσίας οδού σε κυκλική διαδρομή στην οδό Στρατάρχου Παπάγου. Οι δρομείς καλούνται να κάνουν 3 περιστροφές σε κυκλική διαδρομή μήκους 1.660m συμπληρώνοντας περίπου 5 χιλιόμετρα. Οι εκκινήσεις θα γίνουν σε 3 κύματα. Η ανάθεση των δρομέων σε κύματα θα γίνει με βάση την δηλωμένη προσδοκώμενη επίδοσή τους στην απόσταση των 5 χιλιομέτρων. Τελευταία εκκίνηση θα είναι οι γρήγοροι δρομείς (άνδρες και γυναίκες). Δικαίωμα συμμετοχής έχουν παιδιά 16-17 ετών και ενήλικες 18+ ετών.

Παράλληλα θα γίνουν αγώνες 1000 μέτρων για ΑΜΕΑ και 1000 μέτρων για αγόρια κορίτσια 10 – 12 ετών και 2000 μέτρων για αγόρια κορίτσια 13-15 ετών.

Σκοπός της εκδήλωσης είναι να προάγει την αθλητική παιδεία και την άσκηση ως τρόπο ζωής για ενήλικες και παιδιά σχολικής ηλικίας. Ταυτόχρονα να αναδείξει τον δήμο Ζωγράφου ως πόλη με αθλητική παράδοση και να φέρει σε επαφή απλούς δρομείς με τους καλύτερους αθλητές της πόλης μας. Θα βοηθήσει τοπικούς αθλητικούς συλλόγους στην παρουσίαση των δραστηριοτήτων τους και την προσέλκυση νέων μελών.

Οι παιδικοί αγώνες θα ξεκινήσουν στις 6:40μμ με τα 1.000μ. Η εκκίνηση της πρώτης σειράς 5.000μ θα γίνει στις 7:10μμ το Σάββατο 27 Ιουνίου. Μόλις ολοκληρωθεί η σειρά αυτή θα γίνουν ο παιδικός αγώνας των 1.500μ για παιδιά γυμνασίου. Στις 8:10μμ θα γίνει η εκκίνηση της 2^{ης} σειράς ενηλίκων. Στις 8:45μμ θα γίνει ο αγώνας των πιο γρήγορων δρομέων στα 5.000μ (τελευταία σειρά).

Οι απονομές θα γίνουν στις 9:15 μμ και θα απονεμηθούν τρόπαια στους 3 πιο γρήγορους άνδρες και γυναίκες των 5 χιλιομέτρων και στα 3 πιο γρήγορα αγόρια και κορίτσια των παιδικών αγώνων.

Θα υπάρχει ένας σταθμός υδροδοσίας που οι δρομείς θα τον συναντάνε σε κάθε περιστροφή, άρα οι δρομείς θα βρουν 2 ενδιάμεσα σημεία υδροδοσίας. Επίσης στον τερματισμό θα τους δοθεί μπουκάλι με νερό. Όλοι οι δρομείς θα πάρουν μετάλλιο τερματισμού και βαμβακερό κοντομάνικο μπλουζάκι.

Οι εγγραφές θα ξεκινήσουν την Δευτέρα 3 Μαΐου και θα διαρκέσουν μέχρι να συμπληρωθούν οι διαθέσιμες θέσεις (600 για τους ενήλικες). Οι δρομείς που θα δηλώσουν συμμετοχή θα ενημερωθούν για την σειρά εκκίνησης που θα τους ανατεθεί την Τρίτη 23 Ιουνίου. Η ανάθεση σε σειρά εκκίνησης θα γίνει με βάση την προσδοκώμενη επίδοση που θα δηλώνουν οι δρομείς κατά την εγγραφή τους.

Η συμμετοχή όλων είναι δωρεάν.

ΙΑΤΡΙΚΑ ΘΕΜΑΤΑ

1. Στους αγώνες θα υπάρχει πλήρης ιατρική κάλυψη με ιατρό καρδιολόγο, και ασθενοφόρο σε αναμονή.
2. Οι αθλητές-τριες θα πρέπει να έχουν εξεταστεί ιατρικώς πριν από τους αγώνες.
3. Οι ιδιώτες δρομείς συμμετέχουν με απόλυτη προσωπική τους ευθύνη να έχουν προβεί στις απαραίτητες υγειονομικές εξετάσεις.
4. **Οι συμμετέχοντες έχουν αποκλειστική ευθύνη για την καλή φυσική κατάσταση και την υγεία τους. Σε καμία περίπτωση δεν φέρει ευθύνη Η ΔΙΟΡΓΑΝΩΤΡΙΑ ΑΡΧΗ.**

ΔΙΚΑΙΩΜΑ ΣΥΜΜΕΤΟΧΗΣ

1. Στον αγώνα των 5.000 μ. δικαίωμα συμμετοχής έχουν όλοι ανεξαιρέτως οι δρομείς ανεξάρτητα φυσικής κατάστασης και αν έχουν συμπληρώσει το δέκατο έκτο (16^ο) έτος της ηλικίας τους και μεγαλύτεροι, δηλαδή γεννηθέντες το 2010 και μεγαλύτεροι, εγγεγραμμένοι σε σωματεία μέλη του ΣΕΓΑΣ ή ανεξάρτητοι.
2. Στον αγώνα των 1.000 μ δικαίωμα συμμετοχής έχουν όσοι είναι γεννημένοι από το 2014 μέχρι το 2016 μαθητές-τριες Δημοτικών, με προσκόμιση κατά την εγγραφή τους υπεύθυνη δήλωση γονέα ή κηδεμόνα ή συλλόγου του οποίου είναι μέλη.
3. Στον αγώνα των 1.500 μ δικαίωμα συμμετοχής έχουν όσοι είναι γεννημένοι από το 2011 μέχρι το 2013 μαθητές-τριες Γυμνασίων, με προσκόμιση κατά την εγγραφή τους υπεύθυνη δήλωση γονέα ή κηδεμόνα ή συλλόγου του οποίου είναι μέλη.

ΠΑΡΟΧΕΣ

Η χρονομέτρηση θα γίνει με chips και τις ακόλουθες καταγραφές:

- Εκκίνηση
- Αναστροφή 1
- Αναστροφή 2
- Ενδιάμεσο πέρασμα 1
- Αναστροφή 3
- Αναστροφή 4
- Ενδιάμεσο πέρασμα 2
- Αναστροφή 5
- Αναστροφή 6
- Τερματισμό

Όλες οι καταγραφές θα είναι άμεσα διαθέσιμες online και προσβάσιμες από τους θεατές του αγώνα.

Όλοι οι δρομείς θα λάβουν:

- Αριθμό διάστασης A5 σε ειδικό ανθεκτικό χαρτί. Ο αριθμός θα έχει εκτυπωμένο το όνομα του δρομέα, λογότυπα της εκδήλωσης και τον τίτλο αυτής.
- Παραμάνες ανάρτησης του αριθμού
- Chip χρονομέτρησης για τα υποδήματα

ΤΕΧΝΙΚΑ ΣΤΟΙΧΕΙΑ ΔΙΑΔΡΟΜΗΣ

Η διαδρομή θα είναι κλειστή στην κυκλοφορία.

Χάρτης και υψομετρική διαφορά κάθε κύκλου:

Zografou Road race

<https://www.strava.com/routes/3476303980350113224>

1.6 km

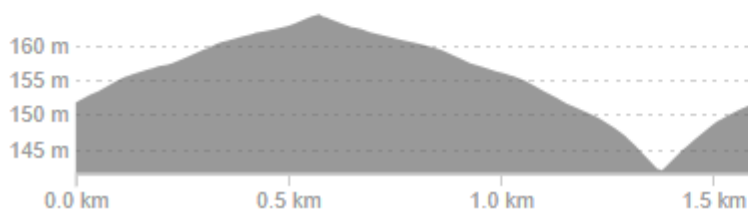
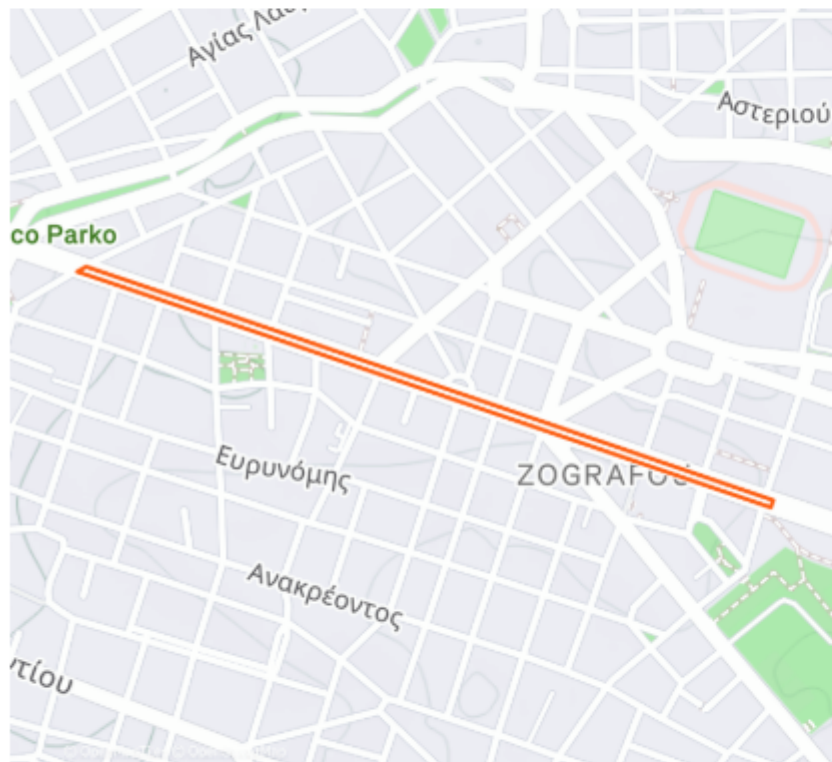
Distance

22 m

Elevation Gain

9:40

Est. Moving Time



Η μέτρηση της διαδρομής δεν θα είναι πιστοποιημένη.

Περιγραφή της διαδρομής:

- Εκκίνηση μπροστά από την Πλατεία «Ανοιξη» επί της Στρατάρχου Παπάγου με πορεία ανηφορικά επί της οδού.
- Αναστροφή στην διασταύρωση με την οδό Μιχαήλ Αναστασάκη και κίνηση στο κατηφορικό ρεύμα επί της Στρατάρχου Παπάγου
- Αναστροφή στην διασταύρωση με την οδό Χρυσσίπου και κίνηση στο ανηφορικό ρεύμα της Στρατάρχου Παπάγου με πέρασμα από το σημείο εκκίνησης.
- Επανάληψη της ίδιας διαδρομής 2 φορές ακόμα (τρεις συνολικά) για να καλυφθεί η απόσταση του αγώνα.