

Αθλητική Διοργάνωση

11^{ος} ΓΥΡΟΣ ΛΙΜΝΗΣ ΙΩΑΝΝΙΝΩΝ 30 χλμ.

Η Αστική Μη Κερδοσκοπική Εταιρεία Λιμνή και ο Αθλητικός Όμιλος «ΠΟΣΕΙΔΩΝ ΙΩΑΝΝΙΝΩΝ», με την αιγίδα της Περιφέρειας Ηπείρου και του Δήμου Ιωαννιτών, και με την υποστήριξη τοπικών φορέων, αθλητικών και πολιτιστικών συλλόγων της πόλης διοργανώνουν και προσκαλούν σε:

Αγώνες που θα πραγματοποιηθούν σε Δημόσια Οδό και περιλαμβάνουν:

ΣΑΒΒΑΤΟ 16/09/2017	ΚΥΡΙΑΚΗ 17/09/2017
ΠΛΑΤΕΙΑ ΜΑΒΙΛΗ	ΠΛΑΤΕΙΑ ΜΑΒΙΛΗ
<ul style="list-style-type: none">• Παραλίμνιος Δρόμος «μαμά- καρότσι»• Αγώνας Δρόμου 5 χλμ.• Παραλίμνιος Δρόμος 1.000 μ. για ΑμεΑ	<ul style="list-style-type: none">• Αγώνας Δρόμου 30 χλμ.• Αγώνας Δρόμου 10 χλμ.• Δυναμικό βάδην 30 χλμ.

Η διοργάνωση έχει σαν κύριο στόχο την προβολή της Λίμνης Παμβώτιδας, την ανάπτυξη του λαϊκού μαζικού αθλητισμού και του εθελοντισμού.

Οι αγώνες θα διεξαχθούν σύμφωνα με τους παρακάτω όρους:

1. Κυριακή 17 Σεπτεμβρίου 2017

1.1. Αγώνας δρόμου 30 χλμ.

Αφετηρία - Τερματισμός: Πλατεία Μαβίλη, Μώλος Ιωάννινα.

Ώρα εκκίνησης: 9:00 πμ

Χρονικό όριο: 4:30 ώρες

(Όποιος αθλητής μετά το πέρας της 13:00 δεν έχει περάσει από την διασταύρωση Ακτής Μιαούλη και Βογιάννου, θα συνεχίσει την διαδρομή του από τον παραλίμνιο πεζόδρομο, σύμφωνα με την οδηγία του κριτή του αγώνα και θα τερματίζει με δική του ευθύνη).

Περιγραφή Διαδρομής: Πλατεία Μαβίλη → Λεωφ. Καραμανλή → Κουντουριώτη → Παπανδρέου → 8^{ης} Μεραρχίας → Πέραμα → Είσοδος προς Αμφιθέας → Είσοδος Λογγάδες → Διασταύρωση Βασιλικής → Διασταύρωση Δροσοχωρίου → Διασταύρωση Καστρίτσας → Διασταύρωση προς ξύλινα γεφυράκια → Παραλίμνιος πεζόδρομος → μικρή παράκαμψη σε οδό Βογιάννου → Ακτή Μιαούλη → Γαριβάλδη → Διονυσίου Φιλοσόφου → τερματισμός Πλατεία Μαβίλη.

- Η διαδρομή είναι πιστοποιημένη από τους IAAF/AIMS

Δικαίωμα Συμμετοχής: Έχουν όλοι οι αθλητές-τριες γεννημένοι το 1998 και πριν. Οι αθλητές πρέπει να πραγματοποιήσουν ιατρικό έλεγχο με δική τους ευθύνη. Επίσης να γνωρίζουν ότι τρέχουν στον αγώνα με την δική τους ευθύνη.

Χρονομέτρηση: Ηλεκτρονική

Σταθμοί Τροφοδοσίας: Θα υπάρχουν 11 σταθμοί τροφοδοσίας.

ΠΡΟΣΟΧΗ: Παρακαλούνται οι δρομείς να αφήνουν τα μπουκάλια και τα ποτήρια στην δεξιά πλευρά του δρόμου, για να είναι εύκολη η συλλογή τους, ώστε να οδηγηθούν για ανακύκλωση.

Κατηγορίες: Στον Αγώνα θα ισχύουν οι κατηγορίες αθλητών με βάση τις πενταετίες. Σε περίπτωση μη συμπλήρωσης ικανού αριθμού αθλητών-τριών σε κάποια από τις κατηγορίες θα ισχύουν οι δεκαετίες. Οι νικητές-τριες της γενικής βαθμολογίας δε θα βραβευθούν και στην κατηγορία τους.

Έπαθλα - Απονομές: Σε όλους όσοι τερματίσουν, θα δοθούν αναμνηστικό μετάλλιο και δίπλωμα του αγώνα.

Στην γενική βαθμολογία αντρών-γυναικών θα απονεμηθεί κύπελλο στον 1ο νικητή. Μετάλλιο και δίπλωμα στους τρεις πρώτους αθλητές-τριες.

Στις κατηγορίες (πενταετίες) θα βραβευθούν οι τρεις πρώτοι αθλητές-τριες με μετάλλιο και δίπλωμα.

Τιμητικές βραβεύσεις στον γηραιότερο αθλητή που θα τερματίσει στα 30 χλμ. και στην ομάδα με τη μεγαλύτερη αριθμητικά συμμετοχή δρομέων που θα τερματίσουν στους αγώνες 30 χλμ. και 10 χλμ. συνολικά.

Η απονομή των επάθλων θα πραγματοποιηθεί στον χώρο του τερματισμού με το πέρας του αγώνα (περίπου 12:30 μ.μ.).

Αναλυτικές πληροφορίες του χάρτη με τη διαδρομή και την τροφοδοσία μπορείτε να βρείτε στο επίσημο site της διοργάνωσης www.ioanninalakerun.gr

1.2. Δυναμικό Βάδισμα 30 χλμ.

Αφετηρία - Τερματισμός: Πλατεία Μαβίλη, Μώλος Ιωάννινα.

Ώρα εκκίνησης: 7:00 πμ στις 17/09/2017

Για τους βαδιστές ισχύουν οι ίδιοι κανονισμοί και παροχές με τους δρομείς των 30 χλμ. Η διαδρομή είναι η ίδια με τον αγώνα δρόμου εκτός από μία μικρή αλλαγή στην αρχή της διαδρομής, για λόγους ασφάλειας των βαδιστών.

Χρονικό όριο: 6:30 ώρες

Έπαθλα : Σε όλους όσοι τερματίσουν, θα δοθεί αναμνηστικό μετάλλιο και δίπλωμα του αγώνα.

1.3. Αγώνας Δρόμου 10 χλμ.

Αφετηρία - Τερματισμός: Πλατεία Μαβίλη, Μώλος Ιωάννινα.

Ώρα εκκίνησης: 9:15 π.μ.

Περιγραφή Διαδρομής: Πλατεία Μαβίλη → Διονυσίου Φιλοσόφου → Γαριβάλδη → Ακτή Μιαούλη → στροφή προς Βογιάννου → Γ. Γεννηματά → αναστροφή τέλος Γ. Γεννηματά → στροφή στον 1^ο κόμβο Βογιάννου → Ακτή Μιαούλη προς (Παραλίμνιο πάρκο) → αναστροφή πριν το ξύλινο γεφυράκι και πίσω προς Ακτή Μιαούλη → Γαριβάλδη → Διονυσίου Φιλοσόφου και τερματισμός στην Πλατεία Μαβίλη.

Δικαίωμα Συμμετοχής: Έχουν όλοι οι αθλητές-τριες που είναι γεννημένοι το 2000 και πριν (οι ανήλικοι του 2000 και του 1999 μόνο με έγγραφη δήλωση του γονέα, η οποία θα παραδοθεί κατά την παραλαβή του αριθμού ή στο γραφείο του συλλόγου). Οι αθλητές πρέπει να πραγματοποιήσουν ιατρικό έλεγχο με δική τους ευθύνη. Επίσης να γνωρίζουν ότι τρέχουν στον αγώνα με την δική τους ευθύνη.

Χρονομέτρηση: Ηλεκτρονική

Χρονικό όριο: 90 λεπτά.

Σταθμοί Τροφοδοσίας Νερού: Στα 5 χλμ. - στα 7,5 χλμ. και στον τερματισμό

ΠΡΟΣΟΧΗ: Παρακαλούνται οι δρομείς να αφήνουν τα μπουκάλια και τα ποτήρια στην δεξιά πλευρά του δρόμου, για να είναι εύκολη η συλλογή τους, ώστε να οδηγηθούν για ανακύκλωση.

Κατηγορίες: Ανδρών-Γυναικών.

Έπαθλα - Απονομές: Σε όλους όσοι τερματίσουν, θα δοθούν αναμνηστικό μετάλλιο και δίπλωμα του αγώνα. Στην γενική βαθμολογία αντρών-γυναικών θα απονεμηθεί κύπελλο στον 1ο νικητή-τρια. Μετάλλιο και δίπλωμα στους τρεις πρώτους αθλητές-τριες. Τιμητικές βραβεύσεις στον νεώτερο αθλητή που θα τερματίσει στα 10 χλμ. και στην ομάδα με τη μεγαλύτερη αριθμητικά συμμετοχή δρομέων που θα τερματίσουν στους αγώνες 30 χλμ. και 10 χλμ. συνολικά. Η απονομή των επάθλων θα πραγματοποιηθεί στον χώρο του τερματισμού με το πέρας του αγώνα (περίπου 12:30μ.μ.).

Αναλυτικές πληροφορίες του χάρτη με τη διαδρομή και την τροφοδοσία μπορείτε να βρείτε στο επίσημο site της διοργάνωσης www.ioanninalakerun.gr

2. Σάββατο 16 Σεπτεμβρίου 2017

1.4. Αγώνας Δρόμου 5 χλμ.

Αφετηρία - Τερματισμός: Πλατεία Μαβίλη, Μώλος Ιωάννινα.

Ώρα εκκίνησης: 18:30

Περιγραφή Διαδρομής: Πλατεία Μαβίλη → Κ. Καραμανλή → Γ. Ελιγιά → Γαριβάλδη → Ακτή Μιαούλη → αναστροφή στο Ξενοδοχείο Ακτή και πίσω προς Ακτή Μιαούλη → Γαριβάλδη → Διονυσίου Φιλοσόφου και τερματισμός στην Πλατεία Μαβίλη.

Δικαίωμα Συμμετοχής: Έχουν όλοι οι αθλητές-τριες που είναι γεννημένοι το 2005 και πριν (οι ανήλικοι μόνο με έγγραφη δήλωση του γονέα, η οποία θα παραδοθεί κατά την παραλαβή του αριθμού ή στο γραφείο του συλλόγου). Οι αθλητές πρέπει να πραγματοποιήσουν ιατρικό έλεγχο με δική τους ευθύνη. Επίσης να γνωρίζουν ότι τρέχουν στον αγώνα με δική τους ευθύνη.

Χρονομέτρηση: Ηλεκτρονική

Χρονικό όριο: 60 λεπτά

Κατηγορίες: Ανδρών-Γυναικών, Μαθητών-τριων Λυκείου (2005-2003), Μαθητών-τριων Γυμνασίου (2002-2000)

Έπαθλα - Απονομές: Σε όλους όσοι τερματίσουν, θα δοθεί αναμνηστικό μετάλλιο και δίπλωμα του αγώνα. Στην γενική βαθμολογία αντρών-γυναικών θα απονεμηθεί κύπελλο στον 1ο νικητή-τρια. Μετάλλιο και δίπλωμα στους τρεις πρώτους αθλητές-τριες των τριών κατηγοριών. Η απονομή των επάθλων θα πραγματοποιηθεί στον χώρο του τερματισμού με το πέρας του αγώνα (περίπου 20:00 μ.μ.).

Αναλυτικές πληροφορίες και χάρτη με τη διαδρομή μπορείτε να βρείτε στο επίσημο site της διοργάνωσης www.ioanninalakerun.gr

1.5. Παραλίμνιος δρόμος «Μαμά – Καρότσι» 1000 μ.

Αφετηρία - Τερματισμός: Πλατεία Μαβίλη, Μώλος Ιωάννινα.

Ώρα Αγώνα: 18:00

Δικαίωμα Συμμετοχής: Όλες οι μαμάδες με το καρότσι και τα παιδιά τους (Δωρεάν)

1.6. Παραλίμνιος Δρόμος 1.000 μ. για ΑμεΑ

Αφιεθρία - Τερματισμός: Πλατεία Μαβίλη, Μώλος Ιωάννινα.

Ώρα Αγώνα: 17:30

Δικαίωμα Συμμετοχής: Ανοιχτή πρόσκληση συμμετοχής σε φορείς Α.Μ.Ε.Α. Οι ανήλικοι αθλητές πρέπει απαραίτητα να καταθέσουν στην γραμματεία υπεύθυνη δήλωση του γονέα για την συμμετοχή τους στον παραλίμνιο δρόμο αγώνα. Η συμμετοχή είναι δωρεάν.

Έπαθλα: Σε όλους τους συμμετέχοντες θα δοθούν αναμνηστικό μετάλλιο και μπλουζάκι (t-shirt) του αγώνα.

3. Κίνητρα συμμετοχής

Χρηματικά έπαθλα στους τρεις πρώτους νικητές και νικήτριες της γενικής κατάταξης του δρόμου των 30 χλμ. Τα ποσά θα είναι 600€, 300€ και 150€ αντίστοιχα.

4. Δηλώσεις Συμμετοχής – Τρόποι Εγγραφής – Είδη Εγγραφής

4.1. Δηλώσεις Συμμετοχής

Οι δηλώσεις συμμετοχής για τον 10ο Γύρο Λίμνης Ιωαννίνων, θα πρέπει να γίνουν μέχρι την **Τετάρτη 6 Σεπτεμβρίου 2017**.

Προσοχή: Δε θα πραγματοποιούνται εγγραφές (ηλεκτρονικές - on line & έντυπες) την εβδομάδα που προηγείται και την ημέρα του αγώνα. Εγγραφές θα πραγματοποιούνται εφόσον υπάρχουν διαθέσιμες, αποκλειστικά τις ημέρες λειτουργίας του Κέντρου Εγγραφών.

4.2. Τρόποι Εγγραφής

Συμμετοχή μπορείτε να δηλώσετε:

α. Με online εγγραφή: <http://www.ioanninalakerun.gr/pages/participation>

β. Με αποστολή της έντυπης δήλωσης στο e-mail στο: office@ioanninalakerun.gr.

γ. Αυτοπροσώπως: Στα σημεία εγγραφής που θα ανακοινωθούν

Η εγγραφή για να είναι ολοκληρωμένη θα πρέπει να έχει καταβληθεί το αντίστοιχο αντίτιμο συμμετοχής.

4.3. Είδη Εγγραφής

Οι εγγραφές διακρίνονται σε:

α. Ατομικές, οι οποίες γίνονται από μεμονωμένα άτομα .

β. Ομαδικές. Οι ομαδικές εγγραφές αφορούν στην εγγραφή μιας ομάδας τουλάχιστον 10 ατόμων οι οποίοι θα συμμετέχουν στους αγώνες των 30, 10 και 5 χλμ., απευθύνονται σε αθλητικούς συλλόγους, συλλόγους δρομέων που ανήκουν στην ομοσπονδία ΕΟΛΣΜΑ-Υ, γυμναστήρια, εταιρείες, σχολεία, ιδιωτικούς και δημόσιους οργανισμούς, ταξιδιωτικά γραφεία, αλλά και απλές παρέες ανθρώπων που επιθυμούν να συμμετάσχουν ως ομάδα.

Κατά την ομαδική εγγραφή θα πρέπει να οριστεί ένας Αρχηγός της Ομάδας. Σε κάθε περίπτωση ο Αρχηγός της Ομάδας εκπροσωπεί την ομάδα για διάφορα θέματα στην επικοινωνία με τους διοργανωτές.

Οι Ομαδικές εγγραφές γίνονται online και αναγνωρίζονται από τη δήλωση του ονόματος της Ομάδας στην αντίστοιχη στήλη.

5. Κόστος Συμμετοχής

Το κόστος συμμετοχής για την εγγραφή του κάθε συμμετέχοντα, ανά αγώνα παρουσιάζεται στον παρακάτω πίνακα.

11 ^{ος} Γύρος Λίμνης Ιωαννίνων 2017									
ΠΑΡΟΧΕΣ ΚΑΙ ΑΝΤΙΤΙΜΟ ΣΥΜΜΕΤΟΧΗΣ ΑΝΑ ΕΓΓΡΑΦΗ									
ΠΑΡΟΧΕΣ ΚΑΙ ΑΝΤΙΤΙΜΟ ΣΥΜΜΕΤΟΧΗΣ ΑΝΑ ΕΓΓΡΑΦΗ		Αγώνας Δρόμου 30 χλμ. & Δυναμικό Βάδισμα 30 χλμ.			ΑΓΩΝΑΣ ΔΡΟΜΟΥ 10 χλμ.			ΑΓΩΝΑΣ ΔΡΟΜΟΥ 5 χλμ.	
		Σύλλογοι Δρομέων ΕΟΛΣΜΑ-Υ	Ομαδικό	Ατομικό	Σύλλογοι Δρομέων ΕΟΛΣΜΑ-Υ	Ομαδικό	Ατομικό	Ατομικό	Ομαδικό
ΠΑΡΟΧΕΣ									
ΦΑΚΕΛΟΣ ΣΥΜΜΕΤΟΧΗΣ	Δικαίωμα Συμμετοχής-Αριθμός (BIB Number)-Ηλεκτρονική Χρονομέτρηση*	12€	17€	20€	10€	12€	15€	8€	6€
	Pasta Party (10 χλμ. & 30 χλμ.)								
ΥΠΗΡΕΣΙΕΣ ΑΓΩΝΑ & ΜΕΤΑ	Τεχνικό (για τα 30 χλμ.) – αναμνηστικό T-Shirt								
	Συλλεκτικό μετάλλιο τερματισμού								
	Αποτελέσματα στο Διαδίκτυο*- Δίπλωμα Συμμετοχής								

6. Πακέτο Συμμετοχής

Το Πακέτο Συμμετοχής περιλαμβάνει:

1. Τεχνικό μπλουζάκι του αγώνα για τον αγώνα των 30 χλμ. (αναμνηστικό T-shirt για τους υπόλοιπους)
2. Ηλεκτρονική χρονομέτρηση με chip.
3. Αριθμό Συμμετοχής δρομέα
4. Συλλεκτικό αναμνηστικό μετάλλιο τερματισμού
5. Αναμνηστικό δίπλωμα συμμετοχής
6. Ενεργειακή τροφοδοσία διαδρομής
7. Ιατρικές υπηρεσίες
8. Pasta Party
9. Φωτογραφίες

7. Τρόποι Πληρωμής

- **Online μέσω PayPal**

Συμπληρώνοντας την online φόρμα εγγραφής έχετε τη δυνατότητα να πληρώσετε το αντίτιμο της συμμετοχής σας, απευθείας μέσω της υπηρεσίας του PayPal, με χρήση πιστωτικής κάρτας.

- **Κατάθεση μέσω Τραπέζης**

Μπορείτε να πληρώσετε την συμμετοχή σας με κατάθεση στον ακόλουθο τραπεζικό λογαριασμό της Τράπεζας Πειραιώς:

IBAN: GR1801724070005407083323346

Αρ. Λογαριασμού: 5407 - 083323 - 346

Δικαιούχος: LIMNI

Αιτιολογία: Να αναγράφεται οπωσδήποτε το όνομα του Δρομέα που συμμετέχει, στα ομαδικά να αναγράφεται το όνομα του αρχηγού.

- **ΕΠΙΣΤΡΟΦΗ ΧΡΗΜΑΤΩΝ – ΠΟΛΙΤΙΚΗ ΑΚΥΡΩΣΕΩΝ :** Ακυρώσεις συμμετοχών γίνονται δεκτές μόνο κατόπιν γραπτής αίτησης και μόνο μέχρι τις 31 Αυγούστου 2017. Μετά από αυτή την ημερομηνία, κανένα αίτημα ακύρωσης συμμετοχής δε θα γίνεται δεκτό και κατά συνέπεια δε θα επιστρέφονται χρήματα. Οι επιστροφές χρημάτων πραγματοποιούνται περίπου ένα μήνα μετά τον αγώνα.

8. Υγειονομική Κάλυψη – Περισυλλογή Δρομέων – Προσωπικά Είδη

8.1. Υγειονομική Κάλυψη

Η υγειονομική κάλυψη του αγώνα γίνεται με την πολύτιμη βοήθεια φορέων υγείας, εθελοντών ιατρών και του Σώματος Εθελοντών Σαμαρειτών και Διασωστών του Ελληνικού Ερυθρού Σταυρού (παράρτημα Ιωαννίνων), καθ' όλη τη διάρκεια και τη διαδρομή του αγώνα.

Οι διοργανωτές δεν έχουν καμία ευθύνη για ότι συμβεί, κατά τη διάρκεια του αγώνα, σχετικά με θέματα υγείας που οφείλονται σε έλλειψη προληπτικού ιατρικού ελέγχου. Συστήνεται στους συμμετέχοντες να έχουν υποβληθεί πρόσφατα σε ιατρική εξέταση.

Από τους διοργανωτές δε θα ζητηθούν ιατρικές βεβαιώσεις για κανένα αθλητή-τρια, αφού όλοι οι συμμετέχοντες αγωνίζονται με δική τους αποκλειστική ευθύνη και οι ανήλικοι με ευθύνη των κηδεμόνων τους.

8.2. Περισυλλογή Δρομέων 30 χλμ.

Αυτοκίνητο της διοργάνωσης με εθελοντές Σαμαρείτες θα ακολουθεί τους τελευταίους δρομείς, έτσι ώστε να περισυλλέγει αθλητές που εγκαταλείπουν. Όσοι δεν χρειάζονται ιατρική βοήθεια, αλλά εγκαταλείπουν μπορούν να περιμένουν και στους σταθμούς τροφοδοσίας μέχρι αυτοκίνητο της διοργάνωσης να τους επιστρέψει στον τερματισμό.

8.3. Διαχείριση Προσωπικών Αντικειμένων

Οι αγωνιζόμενοι συμμετέχοντες θα παραδίδουν - παραλαμβάνουν τα προσωπικά τους αντικείμενα, στον χώρο της αφετηρίας. Επίσης οι αθλητές παρακαλούνται να μην φέρουν αντικείμενα αξίας μέσα στην τσάντα τους. Η διοργάνωση δεν φέρει καμία ευθύνη για οποιαδήποτε απώλεια αντικειμένων.

9. Χιλιομετρικές Ενδείξεις

Σε κάθε χιλιόμετρο της αγωνιστικής διαδρομής των 30χλμ., θα υπάρχει ένδειξη χιλιομετρικής απόστασης.

10. Χρονικό όριο ολοκλήρωσης αγώνων

Αγώνας Δρόμου 30χλμ	Δυναμικό Βάδισμα 30χλμ.	Αγώνας Δρόμου 10χλμ.	Αγώνας Δρόμου 5χλμ.
4:30 ώρες	6:30 ώρες	90 λεπτά	60 λεπτά

11. Ηλεκτρονική Χρονομέτρηση – Αποτελέσματα

11.1. Ηλεκτρονική Χρονομέτρηση

Την ηλεκτρονική χρονομέτρηση όλων των αγώνων της διοργάνωσης καθώς και την έκδοση των αποτελεσμάτων έχει αναλάβει επίσημη εταιρεία χρονομέτρησης. Όλοι οι συμμετέχοντες δρομείς θα πρέπει να φέρουν το chip χρονομέτρησης που παραλαμβάνουν μαζί με τον αριθμό συμμετοχής τους από το Κέντρο Εγγραφών.

Τάπητες ηλεκτρονικού ελέγχου και χρονομέτρησης θα υπάρχουν στην εκκίνηση, στον τερματισμό καθώς και σε σημεία της διαδρομής για την καταγραφή των ενδιάμεσων χρόνων. Όποιος αθλητής δεν περάσει από τον τάπητα ηλεκτρονικού ελέγχου στην εκκίνηση, στις ζώνες έλεγχου και στον τερματισμό αυτομάτως ακυρώνεται.

11.2. Αποτελέσματα

Τα αποτελέσματα ανακοινώνονται στο διαδίκτυο μετά τη λήξη των αγώνων. Τυχόν ενστάσεις μπορούν να υποβληθούν εντός πέντε ημερολογιακών ημερών από την ημέρα ανάρτησης των αποτελεσμάτων στο Website της διοργάνωσης.

Τα επίσημα αποτελέσματα ανακοινώνονται εντός δέκα εργάσιμων ημερών από την ημέρα διεξαγωγής του αγώνα.

12. Κέντρο Εγγραφών – Παραλαβή Αριθμών

Θα υπάρξει σχετική ανακοίνωση ένα μήνα πριν την διεξαγωγή των αγώνων.

Οι συμμετέχοντες οφείλουν να παραλάβουν **αποκλειστικά** από το Κέντρο Εγγραφών τον αριθμό συμμετοχής τους, το chip χρονομέτρησης, καθώς επίσης και το υπόλοιπο υλικό της διοργάνωσης.

13. Ειδικές Πληροφορίες

Καθ' όλη την διάρκεια των εκδηλώσεων, θα ισχύουν ειδικές τιμές σε ξενοδοχεία και σε εστιατόρια για τους δρομείς και τους συνοδούς τους.

Το αναλυτικό πρόγραμμα της εβδομάδας του Γύρου Λίμνης θα αναρτηθεί λεπτομερώς στο site. **Ηλεκτρονική Διεύθυνση της επίσημης ιστοσελίδας του αγώνα www.ioanninalakerun.gr**

Για οποιαδήποτε άλλη πληροφορία επικοινωνείτε με τα γραφεία του Γύρου Λίμνης Ιωαννίνων στο τηλ.6947786333.

ΣΥΝΟΠΤΙΚΟ ΑΓΩΝΙΣΤΙΚΟ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ

Σάββατο 16-09-2017 Πλατεία Μαβίλη

17:30: Εκκίνηση του παραλίμνιου δρόμου για ΑμεΑ

18:00: Εκκίνηση του παραλίμνιου δρόμου «Μαμά –Καρότσι».

18:30: Εκκίνηση του Αγώνα Δρόμου 5 χλμ.

19.00 – 21.30: Pasta Party 11^{ου} Γύρου Λίμνης 30 & 10 χλμ. & 5χλμ

20:00: Απονομές στους 3 πρώτους (ανδρών, γυναικών) 5 χλμ.

Πρόγραμμα Κυριακή 17-09-2017 Πλατεία Μαβίλη

07.00: Δυναμικό βάδισμα 30 χλμ.

09.00: Αγώνας Δρόμου 30 χλμ.

09.15: Αγώνας Δρόμου 10χλμ.

12.30: Απονομή μεταλλίων.

Η Οργανωτική Επιτροπή