

Γενικά και Χρήσιμα

Ημερομηνία Διεξαγωγής και Ώρα: Τρίτη 1 Ιανουαρίου 2019, στις 00:04, ακριβώς μετά την αλλαγή του χρόνου

Εκκίνηση: Πάρκο Σταύρος Νιάρχος στην Εσπλανάδα. Οι δρομείς θα τοποθετηθούν σε τρία διαφορετικά block εκκίνησης. Στις 23:40 θα κλείσει η είσοδος για την εκκίνηση.

Τερματισμός: Πάρκο Σταύρος Νιάρχος – Εσπλανάδα, δίπλα στο Κέντρο Επισκεπτών.

Δικαίωμα Συμμετοχής: Δικαίωμα συμμετοχής έχουν όσοι έχουν συμπληρώσει το 12^ο έτος της ηλικίας τους, δηλαδή έχουν γεννηθεί πριν από την 30/12/2006. Οι συμμετέχοντες πρέπει να διαθέτουν σχετικά καλή φυσική κατάσταση και να εγγραφούν μέσω της ιστοσελίδας. Η παραλαβή του αγωνιστικού πακέτου και η επιβεβαίωση συμμετοχής στον αγώνα δρόμου για τους ανηλίκους θα γίνει μόνο με την κατάθεση της υπεύθυνης δήλωσης κηδεμόνα/γονέα, η οποία θα υπογραφεί από τον κηδεμόνα του ανηλίκου στο Περίπτερο της διοργάνωσης στην Εσπλανάδα, κοντά στο Κέντρο Επισκεπτών του ΚΠΙΣΝ (Τετάρτη 26.12.18 μέχρι και Κυριακή 30.12.18). Παρακαλούμε όπως την τυπώσετε, μελετήσετε και προσκομίσετε μαζί σας κατά την παραλαβή του αγωνιστικού πακέτου.

Κόστος Συμμετοχής: Ο αγώνας δρόμου SNF RUN: 2019 FIRST RUN πραγματοποιείται με την **αποκλειστική δωρεά** του Ιδρύματος Σταύρος Νιάρχος (ΙΣΝ), η οποία **καλύπτει εξ' ολοκλήρου τα έξοδα παραγωγής, επικοινωνίας και υλοποίησης της διοργάνωσης.**

Για πρώτη φορά ο φετινός αγώνας καλεί τους δρομείς να ενώσουν τις δυνάμεις τους, και με τη συνεισφορά του Ιδρύματος Σταύρος Νιάρχος, να μετατρέψουν τη συμμετοχή τους σε ένα Πρωτοχρονιάτικο δώρο προς τα παιδιά που το έχουν ανάγκη.

Κάθε δρομέας που θα λάβει μέρος στον αγώνα μπορεί να προσφέρει ένα **συμβολικό ποσό συμμετοχής (ελάχιστο προτεινόμενο ποσό: €5), το οποίο θα διατεθεί εξ' ολοκλήρου** σε έναν μη κερδοσκοπικό οργανισμό της επιλογής του. **Με την συνεισφορά του Ιδρύματος Σταύρος Νιάρχος, το ποσό που θα συγκεντρωθεί θα τριπλασιαστεί, και θα διατεθεί σε μη κερδοσκοπικούς οργανισμούς, μεγαλώνοντας το δώρο που οι ίδιοι οι δρομείς έχουν προσφέρει.**

Οι οργανισμοί που συμμετέχουν στη φετινή διοργάνωση έχουν αφιερώσει το έργο τους στην προστασία και προάσπιση των παιδιών. Έχουν επιλεγεί βάσει του αποδεδειγμένου έργου τους, ο καθένας στον τομέα ειδικότητάς του, και αποτελούν μακροχρόνιους συνεργάτες του Ιδρύματος Σταύρος Νιάρχος.

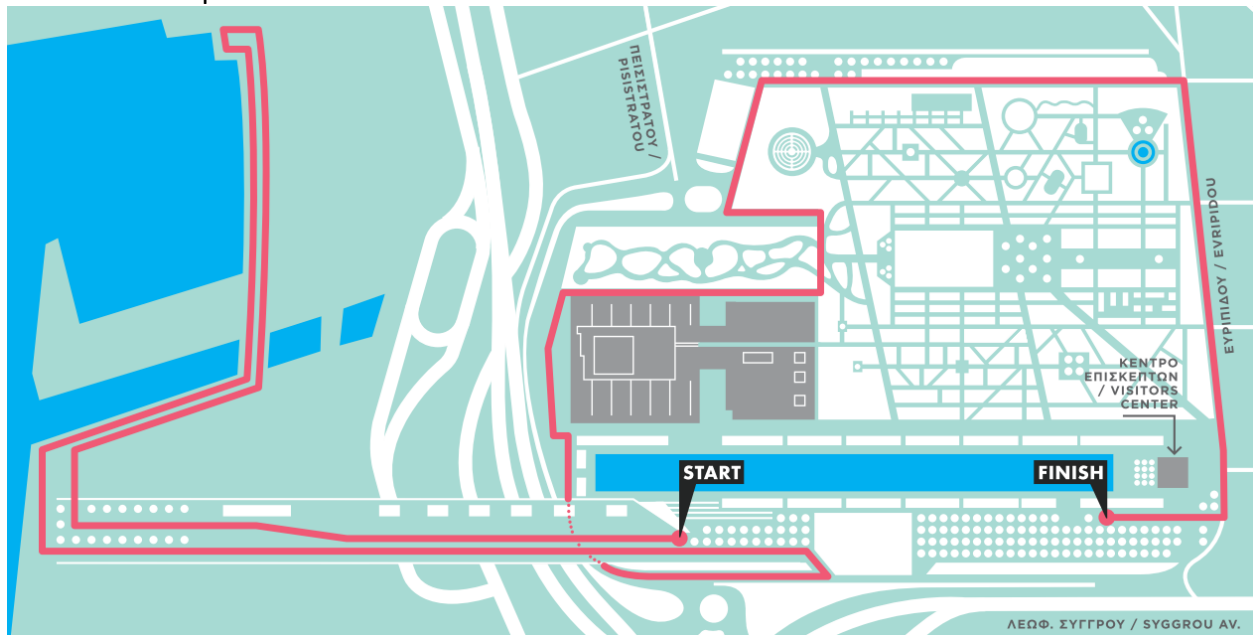
Οι οργανισμοί που θα ενισχυθούν στον φετινό αγώνα είναι: η **Αμυμώνη**, η **ΕΛΕΠΑΠ**, και η **Φλόγα**.

Εγγραφές: Οι εγγραφές είναι περιορισμένες στον μέγιστο αριθμό των 2019 συμμετεχόντων για τον αγώνα.

Αγωνιστικό Πακέτο: Όλοι οι εγγεγραμμένοι συμμετέχοντες θα λάβουν αριθμό συμμετοχής, τσάντα για τα προσωπικά τους αντικείμενα, αναμνηστικό μακρυμάνικο μπλουζάκι του αγώνα και σκουφάκι.

Ηλεκτρονική Χρονομέτρηση: Παρόλο που η διοργάνωση δεν έχει αγωνιστικό χαρακτήρα, ο αγώνας δρόμου των 4 χλμ. θα χρονομετρηθεί. Όλοι οι συμμετέχοντες θα λάβουν αναμνηστικό μετάλλιο μετά τον τερματισμό τους.

Διαδρομή: Η εκκίνηση θα δοθεί στο Κέντρο Πολιτισμού Ίδρυμα Σταύρος Νιάρχος (ΚΠΙΣΝ) στο σημείο της Εσπλανάδας απέναντι από την Αγορά. Οι δρομείς θα ξεκινήσουν να τρέχουν στην Εσπλανάδα με κατεύθυνση προς το παραλιακό μέτωπο. Θα στρίψουν δεξιά προς την Πλατεία Νερού, μέχρι την είσοδο της Ναυταθλητικής Μαρίνας Καλλιθέας, όπου θα γίνει αναστροφή και με παράλληλη διαδρομή οι δρομείς θα επιστρέψουν στο Πάρκο Σταύρος Νιάρχος, όπου θα ακολουθήσουν τον περιμετρικό ποδηλατόδρομο κάτω από την Εσπλανάδα και θα εισέλθουν εντός του Πάρκου από την είσοδο στον Υπαίθριο Χώρο Στάθμευσης. Η διαδρομή συνεχίζει παράλληλα με τον Στίβο και στρίβει δεξιά επί της οδού Ευριπίδου και περίπου στο ύψος της οδού Δοϊράνης θα εισέλθουν στο Πάρκο Σταύρος Νιάρχος, για τον τερματισμό στην Εσπλανάδα δίπλα στο Κέντρο Επισκεπτών.



Πώς να φτάσετε στο ΚΠΙΣΝ

<https://www.snfcc.org/you-the-snfcc/how-to-get-here/?lang=el>

Τεχνικές οδηγίες

Παραλαβή αγωνιστικού πακέτου

Για την καλύτερη εξυπηρέτηση των συμμετεχόντων, η παραλαβή του αγωνιστικού τους πακέτου θα γίνεται μόνο στο Περίπτερο της Διοργάνωσης που θα λειτουργεί στον προαύλιο χώρο του Κέντρου Επισκεπτών στην Εσπλανάδα στο ΚΠΙΣΝ τις πιο κάτω μέρες και ώρες:

- Τετάρτη 26 Δεκεμβρίου από τις 15:00 έως τις 21:00
- Πέμπτη 27 Δεκεμβρίου από τις 15:00 έως τις 21:00
- Παρασκευή 28 Δεκεμβρίου από τις 15:00 έως τις 21:00
- Σάββατο 29 Δεκεμβρίου από τις 10:00 έως τις 20:00
- Κυριακή 30 Δεκεμβρίου από τις 10:00 έως τις 20:00

Την προηγούμενη ημέρα του αγώνα (31 Δεκεμβρίου) δεν θα είναι δυνατή η παραλαβή του πακέτου. Για να εξασφαλίσετε την παραλαβή του αγωνιστικού T-shirt στο μέγεθος που έχετε δηλώσει κατά την εγγραφή σας, παρακαλούμε να παραλάβετε το αγωνιστικό σας πακέτο έγκαιρα. Σε διαφορετική περίπτωση ενδέχεται να παραλάβετε το πλησιέστερο νούμερο. Για την ταχύτερη εξυπηρέτησή σας, παρακαλούμε να προσκομίσετε το email με τον αριθμό BIB, **είτε σε έντυπη είτε σε ηλεκτρονική μορφή.**

Άφιξη Αθλητών

Οι συμμετέχοντες θα πρέπει να είναι παρόντες στον χώρο της εκκίνησης τουλάχιστον μία ώρα νωρίτερα από την προγραμματισμένη ώρα εκκίνησης και θα πρέπει να βρίσκονται στο block εκκίνησης τους 20 λεπτά πριν από την εκκίνηση, δηλαδή έως τις 23:40. Μετά τις 23:40 θα κλείσει η είσοδος και θα ξεκινήσει η προετοιμασία για την εκκίνηση. Για την ασφαλή και ομαλή διεξαγωγή του αγώνα, παρακαλείστε να τηρήσετε το block εκκίνησης στο οποίο έχετε ορισθεί και αναγράψετε στον αριθμό συμμετοχής σας.

Παράδοση προσωπικών αντικειμένων

Εάν επιθυμείτε να παραδώσετε τα προσωπικά σας αντικείμενα πριν από την εκκίνηση και να τα παραλάβετε στον τερματισμό, παρακαλείστε να χρησιμοποιήσετε τη διάφανη τσάντα της διοργάνωσης που θα παραλάβετε μαζί με το αγωνιστικό σας πακέτο, πάνω στην οποία θα έχετε τοποθετήσει το αυτοκόλλητο που έχετε παραλάβει μαζί με τον αγωνιστικό αριθμό σας. Άλλες τσάντες ή σακίδια εκτός από αυτή της διοργάνωσης, δεν θα γίνονται αποδεκτά. Παραδώστε την επίσημη τσάντα της διοργάνωσης, το αργότερο έως τις 23:35, στον χώρο φύλαξης των προσωπικών αντικειμένων της διοργάνωσης, που φέρει την ένδειξη του αριθμού σας. Η τσάντα θα σας επιστραφεί από το ίδιο σημείο, με την επίδειξη του αγωνιστικού σας αριθμού συμμετοχής και μόνον.

Σταθμοί υποστήριξης

Δεν θα λειτουργήσουν σταθμοί υποστήριξης κατά μήκος της διαδρομής του Αγώνα Δρόμου. Εμφιαλωμένο νερό θα διατίθεται στους δρομείς στην Εκκίνηση και στον Τερματισμό.

Χρονικό όριο ολοκλήρωσης του αγώνα

Ο αγώνας ολοκληρώνεται στις 00:45, συνυπολογίζοντας την καθυστέρηση των εκκινήσεων. Μετά από αυτό το χρονικό όριο οι συμμετέχοντες θα κινούνται με προσωπική τους ευθύνη στο πεζοδρόμιο.

Αριθμός Συμμετοχής / Runner's Bib

Ο αριθμός συμμετοχής του κάθε αθλητή πρέπει να είναι **πάντα ορατός**: κατά την είσοδο, τη διάρκεια όλης της διαδρομής και τον τερματισμό στην Εσπλανάδα στο ΚΠΙΣΝ.

Παροχές και μετάλλια θα δίνονται ΜΟΝΟΝ σε δρομείς που φέρουν εμφανώς τον αριθμό συμμετοχής.

Ιατρικές υπηρεσίες

Στον αγώνα θα υπάρχει πλήρης ιατρική υποστήριξη από την *Α΄ Ορθοπαιδική Κλινική, Εθνικό και Καποδιστριακό Πανεπιστήμιο Αθηνών (ΕΚΠΑ)* για την παροχή Α΄ Βοηθειών.

Σε κάθε περίπτωση όλοι οι αγωνιζόμενοι συμμετέχουν με δική τους ευθύνη, σύμφωνα με τους Όρους Συμμετοχής. Συστήνεται δε στους συμμετέχοντες να προβούν σε ιατρικές εξετάσεις πριν τον αγώνα για έλεγχο της καλής φυσικής τους κατάστασης.

Άλλες Χρήσιμες Πληροφορίες

- Σεβαστείτε και ακολουθήστε τις υποδείξεις των διοργανωτών
- Μην ξεχάσετε να κάνετε προθέρμανση πριν ξεκινήσετε τον αγώνα σας
- Καταναλώστε το τελευταίο γεύμα δύο ώρες πριν από τον αγώνα
- Να είστε καλά ενυδατωμένοι πριν και κατά τη διάρκεια του αγώνα
- Συμβουλευτείτε τον γιατρό σας αν έχετε κάποιο πρόβλημα υγείας
- Ακολουθήστε τον δικό σας ρυθμό και μην παρασυρθείτε από τον ρυθμό των άλλων αθλητών
- Μην πετάτε μπουκαλάκια ή άλλα απορρίμματα στην εκκίνηση, στη διαδρομή και στον τερματισμό. Χρησιμοποιείτε τους κάδους απορριμμάτων
- Αποφύγετε οποιαδήποτε δημόσια κριτική των άλλων συμμετεχόντων, των εθελοντών, των διοργανωτών και φορέων. Αποφύγετε διαπληκτισμούς και προστριβές
- Αποφύγετε τη χρήση βλάσφημης, προσβλητικής, ενοχλητικής ή άλλως προσβλητικής γλώσσας.
- Τα κατοικίδια ζώα δεν επιτρέπεται να τρέξουν μαζί με τους δρομείς
- Δεν επιτρέπεται η χρήση ακουστικών κατά την διάρκεια του αγώνα
- Δεν υπάρχει πρόβλεψη από τη Διοργάνωση για οποιεσδήποτε μετακινήσεις

Μέτρα ασφαλείας

Η ασφάλεια των δρομέων και θεατών αποτελεί ύψιστη προτεραιότητα της διοργάνωσης. Είμαστε τυχεροί να βρισκόμαστε σε στενή συνεργασία με την *Ελληνική Αστυνομία*, τη *Διεύθυνση Τροχαίας*, την *Πυροσβεστική* και την *Α΄ Ορθοπαιδική Κλινική, ΕΚΠΑ*, για να εξασφαλίσουμε την ασφάλεια όλων των εκδηλώσεών μας.

Απαγορευμένα αντικείμενα

Προκειμένου να εξασφαλιστεί η ασφάλεια όλων των συμμετεχόντων, θεατών και συνεργατών, παραθέτουμε τον κατάλογο των απαγορευμένων αντικειμένων σε όλες τις αθλητικές εκδηλώσεις στο ΚΠΙΣΝ. Για την καλύτερη προστασία όλων, θα πραγματοποιούνται προληπτικοί οπτικοί έλεγχοι χειραποσκευών.

Συγκεκριμένα:

- Απαγορεύεται η κατοχή και χρήση παράνομων αντικειμένων ή ουσιών, όπως, ενδεικτικά, όπλων, αιχμηρών αντικειμένων, πυροτεχνημάτων, κλπ.
- Δεν επιτρέπονται τα γυάλινα δοχεία
- Δεν επιτρέπονται τα κοστούμια και μάσκες που καλύπτουν όλο το πρόσωπο και οποιαδήποτε ογκώδη ρούχα που εκτείνονται πέρα από την περίμετρο του σώματος
- Δεν επιτρέπονται τσάντες άλλες εκτός από αυτές που έχει παρέχει η διοργάνωση
- Οι επισκέπτες οφείλουν να συμμορφώνονται τόσο στις υποδείξεις του προσωπικού ασφαλείας όσο και σε αυτές του οργανωτικού προσωπικού.

Ευχαριστούμε και εκτιμούμε τη συνεργασία, την υπομονή και την κατανόησή σας για τα ενισχυμένα μέτρα ασφαλείας μας, που μοναδικό στόχο έχουν να κάνουν την εμπειρία του SNF RUN: 2019 FIRST RUN ασφαλή και ευχάριστη για όλους μας.