



## **"RUN & FUN"**

**ΔΗΜΟΣ ΦΙΛΟΘΕΗΣ-ΨΥΧΙΚΟΥ**

**20/10/2013**

### **ΠΡΟΚΗΡΥΞΗ ΑΓΩΝΑ**

Η FEEL GOOD Sports Club με συνδιοργανωτή τον Δήμο Φιλοθέης –Ψυχικού προκηρύσσει το 1<sup>ο</sup> RUNNING EVENT **"RUN & FUN"**.

#### **"RUN & FUN"**

Οι συμμετέχοντες θα έχουν την ευκαιρία να τρέξουν σε μια διοργάνωση διαφορετική απ' όλες τις άλλες. Συγκεκριμένα, θα διεξαχθεί αγώνας **RUNNING Ημιμαραθώνιος, 5χλμ, 10 χλμ. αλλά και Δυναμικό Βάδισμα 5 χλμ.** Παράλληλα, θα διεξαχθούν αγώνες δρόμου (200μ. 400μ. 1χλμ) για όλες τις ηλικίες παιδιών και 50μ. για νήπια. Μετά το τέλος του αγώνα θα λειτουργήσει **barbeque** με μπίρες, αναψυκτικά, χυμούς κλπ. και θα ακολουθήσει μια **μοναδική συναυλία με live music** με γνωστό καλλιτέχνη στην οποία **οι συμμετέχοντες θα συνδυάσουν τη χαρά της συμμετοχής στον αγώνα με την χαρά της διασκέδασης!**

## Τόπος Διεξαγωγής

Η διεξαγωγή των αγώνων θα γίνει με σημείο εκκίνησης-τερματισμού το **Άλσος Ψυχικού** στον Δήμο Φιλοθέης-Ψυχικού.

## Ημερομηνία διεξαγωγής

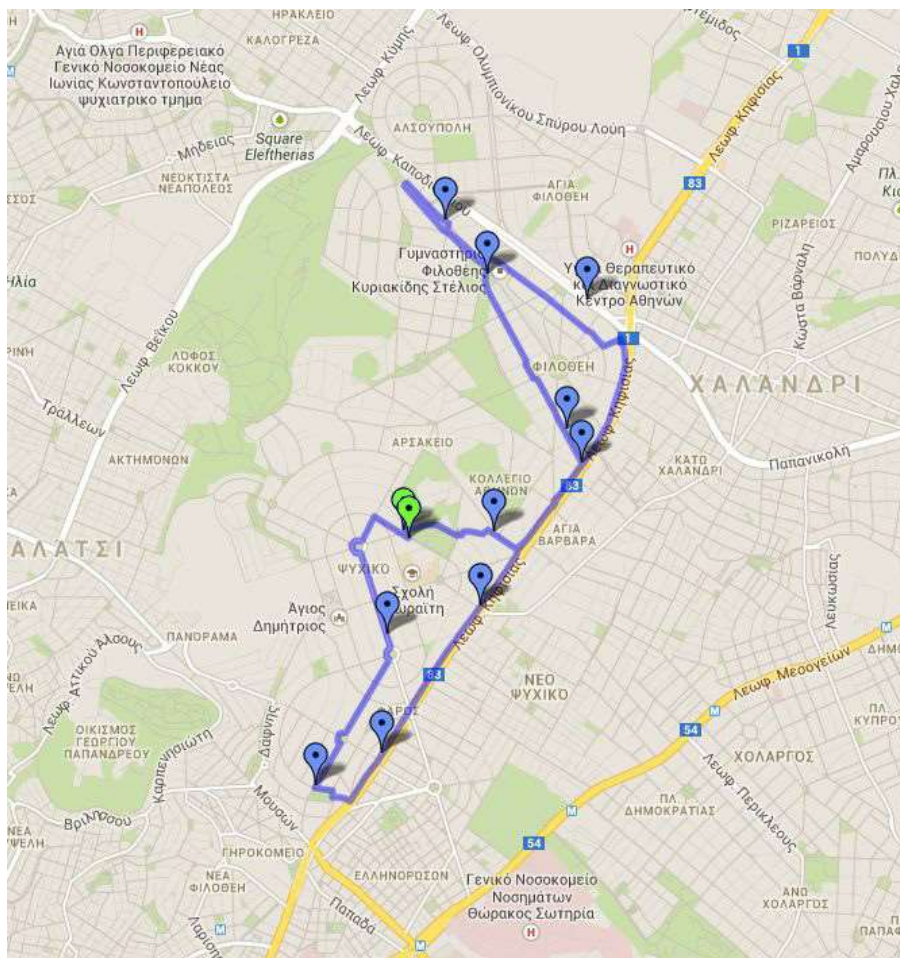
Κυριακή 20 Οκτωβρίου 2013

Ωρα προσέλευσης : 09:00 πμ

Ωρα εκκίνησης : 10:00 πμ

Λήξη διοργάνωσης : 16:00 μμ

## Διαδρομή



Πατήστε εδώ για το link της διαδρομής.

<https://maps.google.com/maps/ms?msid=202934243148826058950.0004e706a4dd4ac67eae3&msa=0&ll=38.004752,23.773255&spn=0.027898,0.028496&iwloc=0004e706eda73405b2837>

### **Κατηγορίες Δρόμων**

#### **Παιδιά/Νήπια**

- **50 μέτρα:** Νήπια & Παιδιά Α΄ Δημοτικού
- **200 μέτρα:** Παιδιά Β΄ & Γ΄ Δημοτικού
- **400 μέτρα:** Παιδιά Δ΄, Ε΄ & ΣΤ΄ Δημοτικού
- **1000 μέτρα:** Παιδιά Γυμνασίου & ανοιχτά όποιος θέλει.

#### **Ενήλικές/Αγώνας (Ανδρών-Γυναικών)**

- **5000 μέτρα:** Running & Δυναμικό Βάδην
- **10.000 μέτρα:** Running open
- **Ημιμαραθώνιος:** Running open

Στα 200-400 μέτρα θα υπάρξουν σειρές και με βάση τον χρόνο θα βγουν οι νικητές.

### **Σταθμοί υποστήριξης**

Κατά μήκος της διαδρομής του αγώνα δρόμου θα υπάρχουν σταθμοί υποστήριξης των δρομέων.

Στην εκκίνηση και τον τερματισμό καθώς και σε σταθμούς υποστήριξης των δρομέων στην διαδρομή θα διατίθεται σε όλους τους συμμετέχοντες εμφιαλωμένο νερό.

### **Ηλεκτρονική χρονομέτρηση**

Οι αγώνες θα έχουν ηλεκτρονική χρονομέτρηση **CHIP TIMING**, βάσει της οποίας θα γίνει η κατάταξη κατά κατηγορία (άνδρες-γυναίκες).

### **Διπλώματα - Μετάλλια**

Απονομή μεταλλίων και δώρων (παπούτσια, t-shirts κλπ.) στους τρεις πρώτους νικητές ανά κατηγορία (Άνδρες-Γυναίκες) από την αθλητική εταιρία SAUCONY . Ο 1<sup>ος</sup> νικητής κάθε κατηγορίας θα έχει κύπελλο και μετάλλιο.

Σε όλους τους δρομείς που θα συμμετέχουν θα δοθεί αναμνηστικό δίπλωμα συμμετοχής και αναμνηστικό μετάλλιο.

FEEL GOOD Sports Club, Μαιάνδρου 19, 11528, Αθήνα Τηλ: 2155507330, 2155508553

E-mail: [feelgoodsportsclub@gmail.com](mailto:feelgoodsportsclub@gmail.com) Site: <http://www.feelgoodsports.gr>

## Δώρα

Η αθλητική εταιρία **SAUCONY** προσφέρει Δώρα στους νικητές όλων των κατηγοριών:

- 4 ζευγάρια παπούτσια σύνολο σε νικητές 10 χμ και ημιμαραθωνίου (από 1 σε άνδρα και γυναίκα)
- 4 μπλούζες στους νικητές 5 χμ και 1 χμ παιδιών (από 1 σε άνδρα/αγόρι και γυναίκα/κορίτσι)
- 16 ζευγάρια κάλτσες στους υπόλοιπους 16 νικητές (2ους και 3ους όλων των κατηγοριών). Όλα τα δώρα θα δίνονται σε μια σακούλα **SAUCONY** κατά τη διάρκεια της απονομής. Για τα παπούτσια θα δοθεί κουπόνι/επιστολή που θα αναφέρεται στο δώρο το οποίο θα δοθεί εντός της επόμενης εβδομάδας στο σωστό μέγεθος.

## ΔΗΛΩΣΕΙΣ ΣΥΜΜΕΤΟΧΗΣ – ΤΡΟΠΟΙ ΕΓΓΡΑΦΗΣ

### Δηλώσεις Συμμετοχής

Οι δηλώσεις συμμετοχής για το **“RUN & FUN”**, θα πρέπει να γίνουν **μέχρι την Πέμπτη 17 Οκτωβρίου 2013**.

### Τρόποι Εγγραφής

Συμπληρώνετε το έντυπο συμμετοχής και το στέλνετε:

**α. E-mail** : [feelgoodsportsclub@yahoo.gr](mailto:feelgoodsportsclub@yahoo.gr)

**β. Αυτοπροσώπως** : Στο γραφείο του συλλόγου: **FEEL GOOD Sports Club**, Μαιάνδρου 19, 11528, Αθήνα Τηλ: 2155507330, 2155508553

### Υποσημείωση:

Οι κάτοικοι/δημότες Φιλοθέης –Ψυχικού πρέπει να στείλουν την συμπληρωμένη αίτηση τους **δηλώνοντας υπεύθυνα την διεύθυνση τους (υποχρεωτικά)**.

### Αντίτιμο Συμμετοχής(περιλαμβάνει τη συμμετοχή στον αγώνα & στο **LIVE MUSIC AFTER PARTY**):

Ατομική εγγραφή: 15€

Για **ομαδικές εγγραφές** πάνω από 15 άτομα: κατόπιν συνεννοήσεως με την **FEEL GOOD Sports Club**

FEEL GOOD Sports Club, Μαιάνδρου 19, 11528, Αθήνα Τηλ: 2155507330, 2155508553  
E-mail: [feelgoodsportsclub@gmail.com](mailto:feelgoodsportsclub@gmail.com) Site: <http://www.feelgoodsports.gr>

Για **παιδιά** ηλικίας ως **12 ετών** και **Νήπια**: ΔΩΡΕΑΝ

Για εγγραφές **μετά** την **12/10/2013**: 20€ / άτομο

Για **δημότες/μόνιμους κατοίκους** Φιλοθέης-Ψυχικού: ΔΩΡΕΑΝ

### Τρόποι Πληρωμής:

#### **A) Μέσω Τραπέζης :**

- Εμπορική Τράπεζα : 61371770  
E-Banking: GR6801202380000000061371770
- Alpha Bank: 394002101000996  
E-Banking: GR9101403940394002101000996

Όνομ/μο Δικαιούχου: Κωνσταντίνος Καπώνης

**B) Στα γραφεία του Συλλόγου : *FEEL GOOD Sports Club*, Μαιάνδρου 19, 11528, Αθήνα**

### Παραλαβή Αριθμών:

**Σάββατο 19/10/2013 9:00 πμ – 14:00 μμ.**

Στο **Δημαρχείο** Φιλοθέης-Ψυχικού – στην πυλωτή (οδός Μαραθωνοδρόμου 95, 15452 Ψυχικό. Τηλεφωνικό Κέντρο: 210-6794000)

Για τη **συμμετοχή ανηλίκων** απαιτείται η έγγραφη συγκατάθεση του γονέα (στην δήλωση εγγραφής).

Όλοι οι ενδιαφερόμενοι λαμβάνουν μέρος με δική τους ευθύνη (υγεία, ασφάλεια πραγμάτων και χρημάτων).

Οι διοργανωτές έχουν φροντίσει για την παρουσία ιατρού και φυσιοθεραπευτή (**Α΄ Βοήθειες**) κατά την διεξαγωγή του αγώνα.

**Ο αγώνας αφιερώνεται στο Ίδρυμα Προστασίας & Αποκατάστασης Παιδιών & Νέων με Νοητική Υστέρηση «Η ΘΕΟΤΟΚΟΣ».**

***FEEL GOOD*** SPORTS CLUB