

**ΑΙΤΗΣΗ  
ΕΓΓΡΑΦΗΣ -ΣΥΜΜΕΤΟΧΗΣ ΑΘΛΟΥΜΕΝΟΥ/ΗΣ ΠΑΡΝΗΘΑΣ**

Φιλοθέη-Ψυχικό...../...../2024

**Α.Δ.Τ ή Διαβατηρίου**..... **Φύλλο:**  Άρρεν  Θήλυ (Σημειώστε με  στο τετραγωνάκι)

(Για ΑΝΗΛΙΚΟ σημειώστε τον Αριθμό Δελτίου Αστυνομικής Ταυτότητας Κηδεμόνα)

**Επώνυμο :**..... **Όνομα:** .....

**Όνομα Πατρός :**..... **Όνομα Μητρός :** .....

**Ημερομ. Γέννησης :**...../...../..... **Δημότης**  **Ετεροδημότης**  (Σημειώστε με  στο τετραγωνάκι)

Στοιχεία Επικοινωνίας (Τηλέφωνα)

**Οικίας:**..... **Εργασίας:**..... **1<sup>ο</sup>Κινητό:**.....

**2<sup>ο</sup>Κινητό:**..... **Ηλεκτρονική Διεύθυνση:**..... **T.K.:**.....

**ΥΠΕΥΘΥΝΗ ΔΗΛΩΣΗ\***

Ο/Η υπογράφων δηλώνω υπεύθυνα ότι είμαι υγιής να συμμετέχω στο πρόγραμμα πεζοπορίας ,κατανοώ και αποδέχομαι τους όρους και τους κανόνες συμμετοχής.

**Ημερομηνία κατάθεσης**

...../...../.....

**Ωρα κατάθεσης**

**Ο/Η αιτών/ούσα**

.....

**Υπογραφή**

**Η τελευταία αίτηση συμμετοχής θα γίνει δεκτή 5 μέρες νωρίτερα**

**ΚΑΝΟΝΕΣ ΣΥΜΜΕΤΟΧΗΣ ΣΤΟ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ**

- **Κατάθεση** των αιτήσεων συμμετοχής και καταβολή του ανάλογου ποσού το αργότερο πέντε (5) ημέρες πριν από την πραγματοποίηση του προγράμματος.
- Ελάχιστος αριθμός συμμετοχόντων για να πραγματοποιηθεί το πρόγραμμα είναι **10-30 άτομα (για μονοήμερες διήμερες-τριήμερες)**
- **Όλοι οι συμμετέχοντες** είναι υποχρεωμένοι να τηρούν το πρόγραμμα, όπως αυτό έχει καταρτιστεί από τον αρχηγό της αποστολής.
- **Όλοι οι συμμετέχοντες** είναι υποχρεωμένοι για την ασφάλεια τους να ακολουθούν τις υποδείξεις του αρχηγού και των εκπαιδευτών.
  - **Οι συμμετέχοντες** πρέπει να βρίσκονται στο χώρο αναχώρησης **15 λεπτά** πριν.
  - **Όποιος** δεν εφαρμόζει τους κανόνες συμμετοχής θα αποκλείεται από το πρόγραμμα.
- **Επιστροφή** του ποσού θα γίνεται μόνο **με έγγραφη αίτηση ακύρωσης (3) τρεις ημέρες πριν την πραγματοποίηση του προγράμματος. Σε καμία άλλη περίπτωση δεν επιστρέφεται το ποσό.(για τις διήμερες αποδράσεις)**
  - **Ο Δήμος Φιλοθέης-Ψυχικού** έχει το δικαίωμα αλλαγής ή μεταβολής των ανωτέρω όρων συμμετοχής.
- **Σε περίπτωση αυξημένης συμμετοχής θα τηρείται αυστηρά, σειρά προτεραιότητας.**Ο υπεύθυνος του προγράμματος μπορεί να το αλλάξει ή και να το ακυρώσει ανάλογα με τις καιρικές συνθήκες για την ασφάλεια των συμμετοχόντων με ανάλογη επιστροφή χρημάτων.
- **Σε περίπτωση ακατάλληλων καιρικών συνθηκών** αν είμαστε στον τόπο δραστηριότητας επιστρέφονται τα χρήματα της δραστηριότητας π.χ(ενοικίαση εξοπλισμού σκί,κάρτα lift) και όχι της διαμονής,διατροφής,μεταφοράς

**ΠΛΗΡΟΦΟΡΙΕΣ**

**Αθλητικό Κέντρο Νέου Ψυχικού Ρήγα Φεραίου &Μπουμπουλίνας τηλ:2106834448 κος Δήμας Μιχάλης**

## ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ-ΠΛΗΡΟΦΟΡΙΕΣ

- **10:15** Πεζοπορία στο Ελατοδάσος της Πάρνηθας
- Μπαφι-Μολα-Μπαφι
- ΒΑΘΜΟΣ ΔΥΣΚΟΛΙΑΣ Από 1-5 (1 εύκολο – 5 δύσκολο)
- ΔΙΑΡΚΕΙΑ πεζοπορίας 3.00-3.30 ωρες
- ΕΛΑΧΙΣΤΟΣ ΑΡΙΘΜΟΣ ΣΥΜΜΕΤΕΧΟΝΤΩΝ 10 άτομα
- ΜΕΓΙΣΤΟΣ ΑΡΙΘΜΟΣ ΣΥΜΜΕΤΕΧΟΝΤΩΝ 50
- ΕΛΑΧΙΣΤΟ ΟΡΙΟ ΗΛΙΚΙΑΣ 10ετων
- ΜΕΓΙΣΤΟ ΟΡΙΟ ΗΛΙΚΙΑΣ 70ετων
- Σημείο συνάντησης **ΚΑΤΑΦΥΓΙΟ ΜΠΑΦΙ**
- Προϋποθέσεις συμμετοχής: Δεν απαιτείται προηγούμενη εμπειρία. Είναι μια διαδρομή κατάλληλη και για παιδιά (10 ετών +).
  
- **ΤΙΜΗ ΣΥΜΜΕΤΟΧΗΣ 16ευρώ το άτομο ( Η πληρωμή γίνεται στο αθλητικό κέντρο στον κύριο Δήμα ΤΡΙΤΗ-ΣΑΒΒΑΤΟ 08:00-13:00**

**ΑΠΟΣΤΟΛΗ ΤΩΝ ΑΙΤΗΣΕΩΝ :** [m.dimas@philothei-psychiko.gov.gr](mailto:m.dimas@philothei-psychiko.gov.gr)

- **Τι περιλαμβάνει**
- Σχεδιασμός και υλοποίηση προγράμματος
- Φιλικό & καλά οργανωμένο χώρο συνάντησης και επιστροφής (χώρος εστίασης, αποθηκευτικοί χώροι, τουαλέτες)
- Ρόφημα
- Όλο τον απαραίτητο εξοπλισμό για την πραγματοποίηση του προγράμματος (όπου απαιτείται)
- Επαγγελματίες συνοδούς Trekking Hellas (ένας συνοδός ανά 10-12 άτομα)
- **Τι πρέπει να έχετε μαζί σας**
- Παπούτσια κατάλληλα για πεζοπορία ή αθλητικά μπότάκια, που σας βολεύουν. Προτιμήστε μπότάκια με χοντρή σόλα και που κρατάνε τον αστράγαλο.
- Ελαφριά, άνετα ρούχα τύπου dry fit, ισοθερμικά κ.α.
- Αδιάβροχο (σε περίπτωση βροχής)
- Μια ζακέτα ή ένα φούτερ
- Μικρό σακίδιο πλάτης για τα προσωπικά σας είδη. Αποφύγετε τσάντες ώμου ή χιαστί
- Ρόφημα