

# Προκήρυξη 20<sup>ου</sup> Ioannina Lake Run 2026

Η Αστική Μη Κερδοσκοπική Εταιρεία «LIMNI» και ο Αθλητικός Όμιλος «ΠΟΣΕΙΔΩΝ ΙΩΑΝΝΙΝΩΝ», σε συνδιοργάνωση με την **Περιφέρεια Ηπείρου** και τον **Δήμο Ιωαννιτών**, και με την υποστήριξη τοπικών φορέων, αθλητικών και πολιτιστικών συλλόγων, πραγματοποιούν το Σαββατοκύριακο 19-20 Σεπτεμβρίου 2026 αγώνες δρόμου και παράλληλες εκδηλώσεις, που περιλαμβάνουν:

- Αγώνα Δρόμου 30 χλμ.
- Δυναμικό βάδην 30 χλμ.
- Αγώνα Δρόμου 10 χλμ.
- Αγώνα Δρόμου 5 χλμ.

Οι αγώνες θα διεξαχθούν σύμφωνα με τους παρακάτω όρους:

## **1. ΑΓΩΝΕΣ**

### **1.1 Αγώνας δρόμου 30χλμ.**

**Ημερομηνία και ώρα εκκίνησης:** Κυριακή 20 Σεπτεμβρίου, 8:15 π.μ.

**Χρονικό όριο:** 5:00 ώρες (Όποιος δρομέας μετά το πέρας των 12:45 δεν έχει περάσει από την διασταύρωση Ακτής Μιαούλη και Βογιάννου, θα συνεχίσει τη διαδρομή του από τον παραλίμνιο πεζόδρομο, σύμφωνα με την οδηγία του κριτή του αγώνα, και θα τερματίσει με δική του ευθύνη).

**Περιγραφή Διαδρομής:** Πλατεία Μαβίλη → Λεωφ. Καραμανλή → Κουντουριώτη → Παπανδρέου → 8<sup>ης</sup> Μεραρχίας → Πέραμα → Είσοδος προς Αμφιθέα → Είσοδος προς 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 (Σε κάθε χιλιόμετρο της αγωνιστικής διαδρομής, θα υπάρχει ένδειξη χιλιομετρικής απόστασης).

**Δικαίωμα Συμμετοχής:** Έχουν όλοι οι δρομείς άνω των 18 ετών.

Συστήνεται στους συμμετέχοντες να υποβληθούν σε ιατρική εξέταση και σε καρδιολογικό έλεγχο πριν τον αγώνα. Από τους διοργανωτές δε θα ζητηθούν ιατρικές βεβαιώσεις για κανένα αθλητή ή αθλήτρια, οι οποίοι αγωνίζονται με δική τους αποκλειστικά ευθύνη.

**Τροφοδοσία:** Θα υπάρχουν 12 σταθμοί τροφοδοσίας ανά 2,5 χλμ επί της διαδρομής.

**Κατηγορίες:** Ανδρών-Γυναικών:

1. Μέχρι 34 ετών
2. 35 έως 39 ετών
3. 40 έως 44 ετών
4. 45 έως 49 ετών
5. 50 έως 54 ετών
6. 55 έως 59 ετών
7. 60 έως 64 ετών
8. 65 ετών και άνω

Σε περίπτωση μη συμπλήρωσης ικανού αριθμού δρομέων 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, το οποίο θα έχουν την δυνατότητα να το κατεβάσουν από την ιστοσελίδα του αγώνα μετά την ανάρτηση των επίσημων αποτελεσμάτων. Στη γενική βαθμολογία ανδρών και γυναικών θα απονεμηθούν μετάλλιο και δίπλωμα στους τρεις πρώτους δρομείς.

Στις ηλικιακές κατηγορίες (πενταετίες) θα βραβευθούν οι τρεις πρώτοι δρομείς με μετάλλιο και δίπλωμα.

**Οι τελετές απονομών θα πραγματοποιηθούν αποκλειστικά και μόνο για τις γενικές κατηγορίες των τριών αγώνων. Δεν θα πραγματοποιηθούν τελετές απονομών για τις ηλικιακές κατηγορίες.** Οι νικητές των ηλικιακών κατηγοριών θα παραλάβουν τα έπαθλά τους από τη γραμματεία του αγώνα.

**Χρηματικά έπαθλα:** Θα δοθούν στους τρεις πρώτους νικητές και νικήτριες της γενικής κατάταξης. Τα ποσά θα είναι 600, 300 και 150 ευρώ αντίστοιχα.

**Τιμητικές βραβεύσεις** θα γίνουν στον μεγαλύτερο ηλικιακά δρομέα που θα τερματίσει στα 30 χλμ. και στην ομάδα με την πολυπληθέστερη συμμετοχή.

## 1.2 Δυναμικό Βάδισμα 30χλμ.

**Ημερομηνία και ώρα εκκίνησης:** Κυριακή 20 Σεπτεμβρίου, 7:15 π.μ.

**Περιγραφή Διαδρομής:** Η διαδρομή είναι η ίδια με τον αγώνα δρόμου εκτός από μία μικρή αλλαγή στην αρχή της, για λόγους ασφάλειας των βαδιστών.

**Δικαίωμα Συμμετοχής:** Έχουν όλοι οι δρομείς άνω των 18 ετών.

Συστήνεται στους συμμετέχοντες να υποβληθούν σε ιατρική εξέταση και σε καρδιολογικό έλεγχο πριν τον αγώνα. Από τους διοργανωτές δε θα ζητηθούν ιατρικές βεβαιώσεις για κανένα αθλητή ή αθλήτρια, οι οποίοι αγωνίζονται με δική τους αποκλειστικά ευθύνη

**Χρονικό όριο:** 6:00 ώρες (Όποιος δρομέας μετά το πέρας των 12:45 δεν έχει περάσει από την διασταύρωση Ακτής Μιαούλη και Βογιάννου, θα συνεχίσει τη διαδρομή του από τον παραλίμνιο πεζόδρομο, σύμφωνα με την οδηγία του κριτή του αγώνα, και θα τερματίσει με δική του ευθύνη).

**Έπαθλα:** Σε όλους όσοι τερματίσουν, θα δοθεί αναμνηστικό μετάλλιο και δίπλωμα του αγώνα, το οποίο θα έχουν την δυνατότητα να το κατεβάσουν από την ιστοσελίδα του αγώνα μετά την ανάρτηση των επίσημων αποτελεσμάτων

**Τροφοδοσία:** Θα υπάρχουν 12 σταθμοί τροφοδοσίας ανά 2,5 χλμ επί της διαδρομής.

## 1.3 Αγώνας Δρόμου 10χλμ.

**Ημερομηνία και ώρα εκκίνησης:** Κυριακή 20 Σεπτεμβρίου, 8:30

**Περιγραφή Διαδρομής:** Πλατεία Μαβίλη → Διονυσίου Φιλοσόφου → Γαριβάλδη → Ακτή Μιαούλη προς Παραλίμνιο Πάρκο → παραλίμνιος Πεζόδρομος και αναστροφή πριν το 2ο ξύλινο γεφυράκι και πίσω προς Ακτή Μιαούλη → Γαριβάλδη → Διονυσίου Φιλοσόφου και τερματισμός στην Πλατεία Μαβίλη.

• Η διαδρομή είναι πιστοποιημένη από τους IAAF/AIMS

**Δικαίωμα Συμμετοχής:** Έχουν όλοι οι δρομείς που είναι γεννημένοι το 2014 και πριν, άνω των 12 ετών (οι ανήλικοι μόνο με έγγραφη δήλωση του γονέα, η οποία θα παραδοθεί κατά την παραλαβή του αριθμού ή στο γραφείο της διοργάνωσης. Η υποβολή της αίτησης συμμετοχής σημαίνει ότι ο γονέας δίνει τη συγκατάθεση του για τη συμμετοχή του παιδιού του στον αγώνα και συμφωνεί με το περιεχόμενο της αίτησης).

Συστήνεται στους συμμετέχοντες να υποβληθούν σε ιατρική εξέταση και σε καρδιολογικό έλεγχο πριν τον αγώνα. Από τους διοργανωτές δε θα ζητηθούν ιατρικές βεβαιώσεις για κανένα αθλητή ή αθλήτρια, οι οποίοι αγωνίζονται με δική τους αποκλειστικά ευθύνη.

**Χρονικό όριο:** 90 λεπτά.

**Σταθμοί Τροφοδοσίας Νερού:** Στα 2,5 χλμ. – 5 χλμ. - 7,5 χλμ. και στον τερματισμό.

#### **Κατηγορίες:**

##### **A. Ανδρών-Γυναικών:**

1. Μέχρι 39 ετών
2. 40 έως 49 ετών
3. 50 έως 59 ετών
4. 60 ετών και άνω

##### **B. Ανηλίκων:**

1. Μαθητών-τριων Γυμνασίου (2014-2012)
2. Μαθητών-τριων Λυκείου (2011-2009)

**Έπαθλα - Απονομές:** Σε όλους όσοι τερματίσουν, θα δοθούν αναμνηστικό μετάλλιο και δίπλωμα του αγώνα, το οποίο θα έχουν την δυνατότητα να το κατεβάσουν από την ιστοσελίδα του αγώνα μετά την ανάρτηση των επίσημων αποτελεσμάτων. Στη γενική βαθμολογία ανδρών και γυναικών θα απονεμηθούν μετάλλιο και δίπλωμα στους τρεις πρώτους δρομείς.

Στις ηλικιακές κατηγορίες (πενταετίες) θα βραβευθούν οι τρεις πρώτοι δρομείς με μετάλλιο και δίπλωμα.

**Οι τελετές απονομών θα πραγματοποιηθούν αποκλειστικά και μόνο για τις γενικές κατηγορίες των τριών αγώνων. Δεν θα πραγματοποιηθούν τελετές απονομών για τις ηλικιακές κατηγορίες.** Οι νικητές των ηλικιακών κατηγοριών θα παραλάβουν τα έπαθλά τους από τη γραμματεία του αγώνα.

**Χρηματικά έπαθλα:** Θα δοθούν στους τρεις πρώτους νικητές και νικήτριες της γενικής κατάταξης. Τα ποσά θα είναι 200, 150 και 100 ευρώ αντίστοιχα.

## **1.4 Αγώνας Δρόμου 5χλμ.**

**Ημερομηνία και ώρα εκκίνησης:** Σάββατο 19 Σεπτεμβρίου, 18:30.

**Περιγραφή Διαδρομής:** Πλατεία Μαβίλη → Λεωφ. Καραμανλή → Εθνικής Αντιστάσεως → Γαριβάλδη → Ακτή Μιαούλη → αναστροφή 500m μετά το Ξενοδοχείο Du Lac και πίσω προς Ακτή Μιαούλη → Γαριβάλδη → Διονυσίου Φιλοσόφου και τερματισμός στην Πλατεία Μαβίλη

**Δικαίωμα Συμμετοχής:** Έχουν όλοι οι δρομείς που είναι γεννημένοι το 2014 και πριν, άνω των 12 ετών (οι ανήλικοι μόνο με έγγραφη δήλωση του γονέα, η οποία θα παραδοθεί κατά την παραλαβή του αριθμού ή στο γραφείο της διοργάνωσης. Η υποβολή της αίτησης συμμετοχής σημαίνει ότι ο γονέας δίνει τη συγκατάθεση του για τη συμμετοχή του παιδιού του στον αγώνα και συμφωνεί με το περιεχόμενο της αίτησης).

Συστήνεται στους συμμετέχοντες να υποβληθούν σε ιατρική εξέταση και σε καρδιολογικό έλεγχο πριν τον αγώνα. Από τους διοργανωτές δε θα ζητηθούν ιατρικές βεβαιώσεις για κανένα αθλητή ή αθλήτρια, οι οποίοι αγωνίζονται με δική τους αποκλειστικά ευθύνη.

• Η διαδρομή είναι πιστοποιημένη από τους IAAF/AIMS

**Χρονικό όριο:** 60 λεπτά

#### **Κατηγορίες:**

##### **A. Ανδρών-Γυναικών:**

1. Μέχρι 39 ετών
2. 40 έως 49 ετών
3. 50 έως 59 ετών

#### 4. 60 ετών και άνω

##### **B. Ανηλίκων:**

1. Μαθητών-τριων Γυμνασίου (2014-2012)
2. Μαθητών-τριων Λυκείου (2011-2009)

**Έπαθλα - Απονομές:** Σε όλους όσοι τερματίσουν, θα δοθούν αναμνηστικό μετάλλιο και δίπλωμα του αγώνα, το οποίο θα έχουν την δυνατότητα να το κατεβάσουν από την ιστοσελίδα του αγώνα μετά την ανάρτηση των επίσημων αποτελεσμάτων. Στη γενική βαθμολογία ανδρών και γυναικών θα απονεμηθούν μετάλλιο και δίπλωμα στους τρεις πρώτους δρομείς.

Στις ηλικιακές κατηγορίες (πενταετίες) θα βραβευθούν οι τρεις πρώτοι δρομείς με μετάλλιο και δίπλωμα.

**Οι τελετές απονομών θα πραγματοποιηθούν αποκλειστικά και μόνο για τις γενικές κατηγορίες των τριών αγώνων. Δεν θα πραγματοποιηθούν τελετές απονομών για τις ηλικιακές κατηγορίες.** Οι νικητές των ηλικιακών κατηγοριών θα παραλάβουν τα έπαθλά τους από τη γραμματεία του αγώνα.

**Χρηματικά έπαθλα:** Θα δοθούν στους τρεις πρώτους νικητές και νικήτριες της γενικής κατάταξης. Τα ποσά θα είναι 200, 150 και 100 ευρώ αντίστοιχα.

**Αφιετηρία και τερματισμός όλων των αγώνων είναι η πλατεία Μαβίλη.**

**Η περιγραφή των διαδρομών και αναλυτικές πληροφορίες για την τροφοδοσία υπάρχουν στο επίσημο site της διοργάνωσης [www.ioanninalakerun.gr](http://www.ioanninalakerun.gr).**

## 2. Ηλεκτρονική Χρονομέτρηση – Αποτελέσματα

### 2.1 Ηλεκτρονική Χρονομέτρηση

Στους αγώνες 30 χλμ., 10 χλμ. και 5 χλμ. υπάρχει ηλεκτρονική χρονομέτρηση. 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 δρομέας δεν περάσει από τον τάπητα ηλεκτρονικού ελέγχου στην εκκίνηση, στις ζώνες ελέγχου και στον τερματισμό αυτομάτως ακυρώνεται. Ηλεκτρονική χρονομέτρηση υπάρχει και στο Δυναμικό Βάδισμα 30 χλμ., ωστόσο είναι κυρίως για προσωπική χρήση των βαδιστών, καθώς δε γίνονται απονομές στους πρώτους με δεδομένο ότι δεν είναι δυνατή η επιτήρηση καθ' όλη τη διάρκεια της διαδρομής.

Ο επίσημος χρόνος είναι ο χρόνος από την πιστολιά εκκίνησης. Ο καθαρός χρόνος είναι ο χρόνος από τη στιγμή που ο συμμετέχοντας περνάει τον τάπητα εκκίνησης μέχρι και τον τερματισμό του.

### 2.2 Αποτελέσματα

Τα ανεπίσημα αποτελέσματα ανακοινώνονται στην επίσημη ιστοσελίδα της διοργάνωσης μετά τη λήξη των αγώνων. Τυχόν ενστάσεις μπορούν να υποβληθούν εντός 10 ημερολογιακών ημερών από την ημέρα ανάρτησης. Τα επίσημα αποτελέσματα ανακοινώνονται εντός 15 εργάσιμων ημερών από την ημέρα διεξαγωγής του αγώνα. Η κατάταξη του αγώνα προκύπτει από τους επίσημους χρόνους τερματισμού. Ο καθαρός χρόνος και οι ενδιάμεσοι χρόνοι κοινοποιούνται μόνο για την ενημέρωση του δρομέα.

## 3. Ασφάλεια και Ιατρική Κάλυψη

Όλη η διαδρομή καλύπτεται υγειονομικά με τη δυνατότητα ιατρικής φροντίδας και αποκατάστασης, με κινητές μονάδες και ασθενοφόρα του ΕΚΑΒ, εθελοντές γιατρούς και πολυμελή ομάδα με εκπαιδευμένα μέλη του

Σώματος Εθελοντών Σαμαρειτών και Διασωστών του Ελληνικού Ερυθρού Σταυρού (παράρτημα Ιωαννίνων). Τις πολύτιμες υπηρεσίες της παρέχει η Τροχαία Ιωαννίνων, με τη συνδρομή της Αστυνομικής Διεύθυνσης Ιωαννίνων.

Συστήνεται στους συμμετέχοντες να υποβληθούν σε ιατρική εξέταση και σε καρδιολογικό έλεγχο πριν τον αγώνα. Από τους διοργανωτές δε θα ζητηθούν ιατρικές βεβαιώσεις για κανένα αθλητή ή αθλήτρια, οι οποίοι αγωνίζονται με δική τους αποκλειστικά ευθύνη. Οι ανήλικοι αγωνίζονται με ευθύνη των κηδεμόνων τους.

Σε κάθε περίπτωση, όλοι οι αγωνιζόμενοι συμμετέχουν αποκλειστικά με δική τους ευθύνη. Οι συμμετέχοντες αποδέχονται πλήρως την ευθύνη για κάθε τραυματισμό ή ατύχημα που μπορεί να προκληθεί από και προς τον χώρο διεξαγωγής του αγώνα, ή κατά την διάρκεια του, καθώς και για ό,τι μπορεί να προκύψει κατά τη συμμετοχή του στον αγώνα. Παραιτούνται από οποιαδήποτε απαίτηση από τους διοργανωτές, χορηγούς και οποιαδήποτε εμπλέκεται άμεσα ή έμμεσα με τη διεξαγωγή του αγώνα και αποδέχονται ότι τα παραπάνω πρόσωπα δεν φέρουν καμία νομική ευθύνη για ό,τι μπορεί να προκύψει κατά τη συμμετοχή τους.

Οι διοργανωτές δεν έχουν καμία ευθύνη για ό,τι συμβεί κατά τη διάρκεια του αγώνα και οφείλεται σε έλλειψη προληπτικού ιατρικού ελέγχου από μέρους των αγωνιζόμενων.

**Σχετικά με τα νέα υγειονομικά πρωτοκόλλα θα υπάρξουν ανακοινώσεις πριν τη διεξαγωγή των αγώνων.**

## 4. Δηλώσεις Συμμετοχής – Τρόποι Εγγραφής – Είδη Εγγραφής

### 4.1 Δηλώσεις Συμμετοχής

Οι δηλώσεις συμμετοχής για τον 20ο Γύρο Λίμνης Ιωαννίνων, θα πρέπει να γίνουν μέχρι την Κυριακή 30 Αυγούστου 2026 και ώρα 24:00. Σε περίπτωση ειδικών συνθηκών, η διοργάνωση διατηρεί το δικαίωμα ολοκλήρωσης των εγγραφών νωρίτερα από την προκαθορισμένη ημερομηνία, καθώς και τον ορισμό πλαφόν συμμετοχών ανά αγώνα.

**ΠΡΟΣΟΧΗ:** Οι διοργανωτές διατηρούν το δικαίωμα να παρατείνουν τις εγγραφές. Ωστόσο, για τις εγγραφές που θα πραγματοποιηθούν μετά τις 24:00 της Κυριακής, 30 Αυγούστου 2026, εφόσον υπάρχουν διαθέσιμες θέσεις, θα υπάρχει επιπλέον κόστος 7 ευρώ ανά συμμετοχή στον αγώνα. Στην περίπτωση αυτή, τα εκπαιδευτικά πακέτα συμμετοχής δεν θα ισχύουν.

### 4.2 Τρόποι Εγγραφής

Συμμετοχή μπορείτε να δηλώσετε:

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

**ΠΡΟΣΟΧΗ:** Η εγγραφή για να είναι ολοκληρωμένη θα πρέπει να έχει καταβληθεί το αντίστοιχο αντίτιμο συμμετοχής εντός 48 ωρών από τη στιγμή που πραγματοποιήθηκε.

### 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 σε όποιους από τους αγώνες επιθυμούν των 30, 10 και 5 χλμ.

- γυμναστήρια, εταιρείες, σχολεία, ιδιωτικούς και δημόσιους οργανισμούς, ταξιδιωτικά γραφεία, αλλά και απλές παρέες ανθρώπων που επιθυμούν να συμμετάσχουν ως ομάδα.

γ. **Σύλλογοι :** απευθύνονται σε αθλητικούς συλλόγους, αφορούν στην εγγραφή τουλάχιστον 10 ατόμων οι οποίοι θα συμμετέχουν σε όποιους από τους αγώνες επιθυμούν των 30, 10 και 5 χλμ.

- κάθε αθλητικό σωματείο που είναι αναγνωρισμένο - εγγεγραμμένο στο μητρώο της Γ.Γ.Α. και στους συλλόγους δρομέων που ανήκουν στην ΕΟΣΛΜΑ-Υ

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.

- Τα προσωπικά στοιχεία που δηλώνονται από τον συμμετέχοντα κατά την υποβολή της δήλωσης συμμετοχής, πρέπει να είναι απολύτως αληθή. Σε περίπτωση που η αίτηση/δήλωση συμμετοχής υποβάλλεται από τρίτο πρόσωπο, θεωρείται ότι ο συμμετέχων συμφωνεί για τη διάθεση των προσωπικών του δεδομένων προς την Οργανωτική Επιτροπή του αγώνα μέσω του τρίτου προσώπου.

#### 4.4 Παραλαβή αριθμών

- Οι αριθμοί συμμετοχής, το chip χρονομέτρησης, καθώς επίσης και το υπόλοιπο υλικό της διοργάνωσης παραλαμβάνονται αυτοπροσώπως από τους εγγεγραμμένους δρομείς αποκλειστικά και μόνο από το Κέντρο Εγγραφών, τις ημέρες και ώρες λειτουργίας του, με την επίδειξη ταυτότητας ή άλλου νόμιμου εγγράφου ταυτοποίησης (π.χ. διαβατήριο, άδεια οδήγησης). Ο εγγεγραμμένος δρομέας μπορεί να εξουσιοδοτήσει άλλο άτομο να παραλάβει τον προσωπικό αριθμό συμμετοχής του με απλή εξουσιοδότηση, με δική του ευθύνη και εφόσον ο εκπρόσωπός του/της φέρει μαζί του την ταυτότητα ή άλλο νόμιμο έγγραφο ταυτοποίησης (π.χ. διαβατήριο, άδεια οδήγησης) του εγγεγραμμένου δρομέα. Η παραλαβή αριθμών των ομαδικών εγγραφών θα γίνεται υποχρεωτικά από τον εκπρόσωπο της ομάδας.
- Αντικατάσταση δρομέων ή αλλαγή του αγώνα που έχει επιλέξει ο εκάστοτε συμμετέχων, δεν είναι δυνατές σε καμία περίπτωση κατά την παραλαβή των αριθμών συμμετοχής στο Κέντρο Εγγραφών. Δυνατή είναι μόνο η επικαιροποίηση των στοιχείων του ήδη εγγεγραμμένου δρομέα και διόρθωση επιμέρους προσωπικών του στοιχείων.
- Ο αριθμός συμμετοχής είναι προσωπικός και δε μεταβιβάζεται, δε μεταφέρεται ούτε δίνεται σε άλλο δρομέα σε καμία περίπτωση.

### 5. Λόγοι αποκλεισμού

- ✓ Οι συμμετέχοντες οφείλουν να ακολουθούν πιστά τις οδηγίες των διοργανωτών, των εθελοντών και του προσωπικού της διοργάνωσης, συμπεριλαμβανομένων και των κλήσεων να εγκαταλείψουν τη διαδρομή και να διακόψουν τον αγώνα.
- ✓ Οι συμμετέχοντες οφείλουν να έχουν διαβάσει και να σέβονται τις οδηγίες που έχουν λάβει από την Οργανωτική Επιτροπή του αγώνα είτε ηλεκτρονικά είτε σε έντυπη μορφή καθ' όλη τη διάρκεια που προηγείται του αγώνα (π.χ. Τεχνικές Οδηγίες, Πρόγραμμα Αγώνα κ.λπ.) και οι οποίες έχουν αναρτηθεί και στην ιστοσελίδα της διοργάνωσης.
- ✓ Η χρήση ποδηλάτου ή άλλου είδους τροχήλατου μέσου δεν επιτρέπεται κατά τη διάρκεια του αγώνα επί της διαδρομής είτε πρόκειται για δρομέα είτε για συνοδό άτομο.

Η μη τήρηση των παραπάνω συνιστά λόγο αποκλεισμού.

### 6. Κόστος Συμμετοχής

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

| Αγώνας               | Εγγραφές έως 30/08 (€)        | Εγγραφές από 31/08(εφόσον υπάρχουν διαθέσιμες θέσεις) |
|----------------------|-------------------------------|-------------------------------------------------------|
| 30 χλμ Τρέξιμο/Βάδην | Κανονικό: 30<br>Εκπρωτικό: 25 | 37                                                    |
| 10 χλμ Τρέξιμο       | Κανονικό: 20<br>Εκπρωτικό: 15 | 27                                                    |
| 5 χλμ Τρέξιμο        | Κανονικό: 15<br>Εκπρωτικό: 13 | 22                                                    |

\* Το εκπρωτικό πακέτο αφορά ανέργους και φοιτητές (που δεν έχουν υπερβεί το 30ό έτος της ηλικίας τους), καθώς και μαθητές. Οι άνεργοι και οι φοιτητές θα πρέπει να προσκομίσουν το εν ισχύ αποδεικτικό παραστατικό της ιδιότητάς τους στη γραμματεία την ημέρα παραλαβής του πακέτου συμμετοχής.

**ΟΜΑΔΙΚΕΣ ΕΓΓΡΑΦΕΣ:** Γυμναστήρια, εταιρείες, σχολεία, ιδιωτικούς και δημόσιους οργανισμούς, ταξιδιωτικά γραφεία, αλλά και απλές παρέες ανθρώπων που επιθυμούν να συμμετάσχουν ως ομάδα. Η ομάδα πρέπει να αποτελείται από τουλάχιστον 10 άτομα, οι οποίοι θα συμμετέχουν σε όποιους από τους αγώνες επιθυμούν των 30, 10 και 5 χλμ.

| Αγώνας               | Εγγραφές έως 30/08 (€) |
|----------------------|------------------------|
| 30 χλμ Τρέξιμο/Βάδην | 25                     |
| 10 χλμ Τρέξιμο       | 15                     |
| 5 χλμ Τρέξιμο        | 13                     |

**ΣΥΛΛΟΓΟΙ – ΣΩΜΑΤΕΙΑ (ΕΟΣΛΜΑ-Υ – ΣΕΓΑΣ – ΕΓΓΕΓΡΑΜΜΕΝΑ ΣΩΜΑΤΕΙΑ ΓΓΑ):** τουλάχιστον 10 ατόμων οι οποίοι θα συμμετέχουν σε όποιους από τους αγώνες επιθυμούν των 30, 10 και 5 χλμ.

| Αγώνας               | Εγγραφές έως 30/08 (€) |
|----------------------|------------------------|
| 30 χλμ Τρέξιμο/Βάδην | 20                     |
| 10 χλμ Τρέξιμο       | 13                     |
| 5 χλμ Τρέξιμο        | 12                     |

### Ειδικές Εκπτώσεις για Ομαδικές Εγγραφές και Σωματεία

Προσφέρουμε ειδικές εκπτώσεις για ομαδικές εγγραφές και σωματεία, ενισχύοντας τη συμμετοχή και την ομαδική εμπειρία στον αγώνα μας. Οι εκπτώσεις διαμορφώνονται ως εξής:

- Για ομάδες από 50 έως 100 συμμετοχές, παρέχεται έκπτωση 10% επί του συνολικού ποσού των συμμετοχών.
- Για ομάδες από 100 συμμετοχές και άνω, παρέχεται έκπτωση 15% επί του συνολικού ποσού των συμμετοχών.

## ΠΑΡΑΛΛΗΛΟΙ ΑΓΩΝΕΣ

| ΑΓΩΝΑΣ    | Αγώνας 1χλμ<br>AMEA | Kids Race | Family Run | Baby Lake Run |
|-----------|---------------------|-----------|------------|---------------|
| ΣΥΜΜΕΤΟΧΗ | ΔΩΡΕΑΝ              | ΔΩΡΕΑΝ    | ΔΩΡΕΑΝ     | ΔΩΡΕΑΝ        |

### Το Πακέτο Συμμετοχής περιλαμβάνει για τους αγώνες 5,10 & 30 χλμ.:

1. Τεχνικό μπλουζάκι του αγώνα
2. Ηλεκτρονική χρονομέτρηση με chip.
3. Αριθμό Συμμετοχής δρομέα
4. Συλλεκτικό αναμνηστικό μετάλλιο τερματισμού
5. Αναμνηστικό δίπλωμα συμμετοχής
6. Αναμνηστικό βραχιολάκι
7. Ενεργειακή τροφοδοσία διαδρομής
8. Ιατρικές υπηρεσίες
9. Φωτογραφίες

- Σε περίπτωση μη συμμετοχής, υπάρχει η δυνατότητα αποστολής του αριθμού συμμετοχής και του υλικού που περιλαμβάνεται στο πακέτο εγγραφής, στο τέλος του αγώνα με χρέωση όσων έχουν εγγραφεί.

**ΕΠΙΣΤΡΟΦΗ ΧΡΗΜΑΤΩΝ – ΠΟΛΙΤΙΚΗ ΑΚΥΡΩΣΕΩΝ:** Ακυρώσεις συμμετοχών και αιτήματα για αλλαγές σε στοιχεία εγκύρως και εγκαίρως εγγεγραμμένων δρομέων, γίνονται δεκτές μόνο μέσω email και μόνο μέχρι τις **30 Αυγούστου 2026 στο [info@ioanninalakerun.gr](mailto:info@ioanninalakerun.gr)**. Μετά από αυτή την ημερομηνία, κανένα αίτημα ακύρωσης συμμετοχής ή αλλαγής στοιχείων δε θα γίνεται δεκτό. Σε περίπτωση ακύρωσης, το αντίτιμο συμμετοχής επιστρέφεται στον αιτούντα, με παρακράτηση 2 ευρώ (αντίτιμο τραπεζικών συναλλαγών). Οι επιστροφές χρημάτων πραγματοποιούνται περίπου 15 ημέρες μετά τον αγώνα.

Οι αγώνες πραγματοποιούνται την ημέρα που έχει οριστεί, ανεξαρτήτως καιρικών συνθηκών. Μόνο σε περίπτωση εξαιρετικών συνθηκών ή άλλου γεγονότος ανωτέρας βίας, έχουν το δικαίωμα η Οργανωτική Επιτροπή του Ioannina lake Run να αποφασίσει την αναβολή εκκίνησης ή την ακύρωση του αγώνα. Σε μια τέτοια περίπτωση, κατόπιν συνεννόησης και έγκρισης των επίσημων κρατικών φορέων και θεσμικών υποστηρικτών και των φορέων ασφάλειας και υγείας, η συνδρομή συμμετοχής στον αγώνα δεν επιστρέφεται στους εγγεγραμμένους δρομείς, αλλά παρέχεται η δυνατότητα αποστολής του πακέτου συμμετοχής.

## 7. Περισυλλογή Δρομέων – Προσωπικά Είδη

### 7.1 Περισυλλογή Δρομέων 30 χλμ.

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

### 7.2 Διαχείριση Προσωπικών Αντικειμένων

Οι αγωνιζόμενοι συμμετέχοντες θα παραδίδουν - παραλαμβάνουν τα προσωπικά τους αντικείμενα, στον χώρο φύλαξης που θα λειτουργεί στο 9ο Δημοτικό Σχολείο Σουφαρί Σαράι, Γλυκίδων 31, σε απόσταση 400 μέτρων από το σημείο εκκίνησης. Οι αθλητές παρακαλούνται να μη φέρουν αντικείμενα αξίας μέσα στην τσάντα τους. Η διοργάνωση δε φέρει καμία ευθύνη για οποιαδήποτε απώλεια αντικειμένων.

## 8. Πολιτική προστασίας προσωπικών δεδομένων

1. Οι συμμετέχοντες αποδέχονται ότι τα προσωπικά δεδομένα τους (ονοματεπώνυμο, ηλικία και φύλο, τηλέφωνο επικοινωνίας, e-mail, διεύθυνση) χρησιμοποιούνται αποκλειστικά για σκοπούς που συνδέονται με τη διοργάνωση και διεξαγωγή του αγώνα (εγγραφές, χρονομέτρηση, κατάρτιση και δημοσίευση αποτελεσμάτων). Για τους ανωτέρω σκοπούς, τα δεδομένα δύνανται να διαβιβαστούν σε απολύτως απαραίτητους συνεργάτες της διοργάνωσης που ενεργούν ως εκτελούντες την επεξεργασία (π.χ. εταιρεία χρονομέτρησης). Τα δεδομένα αποθηκεύονται και δεν υπόκεινται σε περαιτέρω επεξεργασία ούτε διαβιβάζονται σε τρίτους για άλλους σκοπούς. Ο συμμετέχων διατηρεί το δικαίωμα πρόσβασης, διόρθωσης και διαγραφής των δεδομένων του, κατόπιν επικοινωνίας στο [info@ioanninalakerun.gr](mailto:info@ioanninalakerun.gr) ή στο τηλέφωνο 2651607404. Οποιαδήποτε άλλη επεξεργασία δεδομένων προσωπικού χαρακτήρα πραγματοποιείται μόνο κατόπιν ρητής συναίνεσης του υποκειμένου των δεδομένων.
2. Οι συμμετέχοντες συναινούν στη χρήση της εικόνας τους (φωτογραφίες και βίντεο) που λαμβάνεται κατά τη διάρκεια του αγώνα από τους διοργανωτές ή συνεργάτες της διοργάνωσης, για σκοπούς προβολής, επικοινωνίας και δημοσιότητας του αγώνα, χωρίς καμία οικονομική απαίτηση.
3. Οι συμμετέχοντες αποδέχονται τη φωτογράφιση, βιντεοσκόπηση ή άλλη οπτική καταγραφή του γεγονότος και τη χρήση του σχετικού υλικού, συμπεριλαμβανομένης της αναπαραγωγής του σε συνδυασμό με το ονοματεπώνυμό τους.
4. Φωτογραφίες και βίντεο των συμμετεχόντων δύνανται να αναρτώνται στην επίσημη ιστοσελίδα και στα μέσα επικοινωνίας του αγώνα και να παραμένουν διαθέσιμα ως αρχειακό υλικό, στο πλαίσιο της προβολής και ιστορικής τεκμηρίωσης της διοργάνωσης, με δυνατότητα αφαίρεσης κατόπιν σχετικού αιτήματος του συμμετέχοντα.

Η Οργανωτική Επιτροπή διατηρεί το δικαίωμα αλλαγής του προγράμματος των αγώνων, των όρων και κανονισμών συμμετοχής και διεξαγωγής χωρίς πρότερη ειδοποίηση, με ανάρτηση στη ιστοσελίδα του Ioannina Lake Run.

**Αναλυτικές πληροφορίες για τη διαδρομή και την τροφοδοσία μπορείτε να βρείτε στο επίσημο site της διοργάνωσης [www.ioanninalakerun.gr](http://www.ioanninalakerun.gr). Για οποιαδήποτε άλλη πληροφορία, επικοινωνείτε με τα γραφεία του Ioannina Lake Run στο τηλ.6940620555.**

**Η Οργανωτική Επιτροπή**

**20<sup>ου</sup> Ioannina Lake Run**