



ΠΡΟΚΗΡΥΞΗ ΛΟΥΤΣΑ SUP CHALLENGE 2018

Δηλώστε συμμετοχή και λάβετε μέρος στο "Loutsas SUP Challenge 2018".

Ο αγώνας απευθύνεται σε ΟΛΟΥΣ! Όποιο και αν είναι το επίπεδό σας, η ηλικία σας ή ο εξοπλισμός που διαθέτετε, ασχέτως αν είστε αθλητής ή απλός λάτρης του SUP, με ή χωρίς προηγούμενη εμπειρία σε αγώνες, μπορείτε να συμμετέχετε, να δοκιμάσετε τις επιδόσεις σας, να ζήσετε τον ανταγωνισμό ή απλά να τερματίσετε και να ευχαριστηθείτε τη βόλτα και την παρέα.

Οι διοργανώσεις SUP του **Athens Watersports Club** είναι πάντα μια μεγάλη γιορτή, αλλά και μία πρόκληση συγχρόνως, για προσπάθεια και επιδόσεις.

Μη χάσετε λοιπόν την ευκαιρία. Ελάτε να κωπηλατήσουμε μαζί στη Λούτσα την Κυριακή 25 Ιουνίου 2017.

1. Διοργάνωση

Το Athens Watersports Club διοργανώνει για τη σεζόν 2018, δύο αγώνες Stand Up Paddle (SUP), ο πρώτος στις **8 Ιουλίου 2018** και ο δεύτερος στις **28 Οκτωβρίου 2018**. Και οι δύο θα γίνουν στη Λούτσα, στην περιοχή του Αγίου Νικολάου, διεύθυνση 25^{ης} Μαρτίου 80, 19016 Άρτεμις.

2. Δικαίωμα συμμετοχής

Δικαίωμα συμμετοχής έχουν όλοι, ανεξαρτήτου φύλου και ηλικίας με την προϋπόθεση ότι πληρούν τους όρους και προϋποθέσεις της παρούσας προκήρυξης

3. Κατηγορίες

14'0"	12'6"	FUN
14'0" Ανδρών	12'6" Ανδρών	FUN Ανδρών
14'0" Γυναικών	12'6" Γυναικών	FUN Γυναικών
14'0" Νέων	12'6" Νέων	FUN Master Ανδρών
14'0" Νεανίδων	12'6" Νεανίδων	
14'0" Master Ανδρών	12'6" Παιδων	
	12'6" Κορασιδων	
	12'6" Master Ανδρών	

Κατηγορία 14'0" : Σκάφη τύπου Race-Touring, μήκους μεγαλύτερου των 12'6" και μικρότερου ή ίσου των 14'0"

Κατηγορία 12'6" : Σκάφη τύπου Race-Touring, μήκους μικρότερου ή ίσου των 12'6"

Κατηγορία FUN : Σκάφη τύπου surf-wave, μήκους μικρότερου ή ίσου των 12'0"

Κατηγορία Νέων και Νεανίδων : Παιδιά ηλικίας 13-18 ετών (γεννηθέντες 2001-2005)

Κατηγορία Παίδων και Κορασίδων : Παιδιά ηλικίας μέχρι 12 ετών (γεννηθέντες από 2006 και μετά).

Κατηγορία Master : Άνδρες μεγαλύτεροι των 40 ετών (γεννηθέντες ως 1977)

Στην κατηγορία Παίδων και Κορασίδων επιτρέπεται η συμμετοχή με σκάφος μέχρι 12'6"

Αθλητής που επιθυμεί, μπορεί να δηλώσει συμμετοχή σε δυσκολότερη κατηγορία από αυτή που ανήκει, σκάφους ή ηλικίας, π.χ. οι νέοι στους άνδρες, οι νεάνιδες στις γυναίκες, και οι FUN στις 12'6" ή 14'0".

Κάθε αγωνιζόμενος συμμετέχει σε ΜΙΑ ΜΟΝΟ κατηγορία, σε αυτή που δήλωσε.

Αθλητές με σκάφη μήκους μεγαλύτερου των 14'0" ή με άλλου τύπου σκάφη (π.χ. σκάφη με περισσότερους του ενός αναβάτες) μπορούν να συμμετέχουν, θα είναι όμως εκτός συναγωνισμού.

Τα φουσκωτά σκάφη, θα εντάσσονται στις κατηγορίες που ανήκουν, σύμφωνα με τον τύπο και το μήκος τους.

4. Δηλώσεις συμμετοχής

Όσοι επιθυμούν να συμμετέχουν στο **"Loutsas SUP Challenge 2018"**, πρέπει να προσκομίσουν τα εξής:

- Δήλωση συμμετοχής. On-line: [ΕΔΩ](#)
- Πρόσφατη Ιατρική βεβαίωση ή Αθλητικό Δελτίο οποιουδήποτε αθλήματος εν ισχύ που βεβαιώνει την καλή υγεία του κατόχου.
- Υπεύθυνη δήλωση.
- Χρηματικό ποσό **20€**

Οι δηλώσεις συμμετοχής και οι Ιατρικές βεβαιώσεις πρέπει να αποσταλούν μέχρι το Σάββατο 7 Ιουλίου 2018, και 27 Οκτωβρίου αντίστοιχα, στις 12:00 π.μ.

Η υπεύθυνη δήλωση μπορεί να υπογραφεί στη γραμματεία την ημέρα του αγώνα.

Για τους ανήλικους κάτω των 18 ετών, η υπεύθυνη δήλωση συγκατάθεσης συμπληρώνεται από τον/την κηδεμόνα. Στην περίπτωση που ο/η Κηδεμόνας δεν είναι είναι παρόν/παρούσα την ημέρα του αγώνα, η υπεύθυνη δήλωση πρέπει να φέρει το γνήσιο της υπογραφής από ΚΕΠ ή ΑΤ.

Το χρηματικό ποσό συμμετοχής δίνεται την ημέρα του αγώνα.

Αποστολή δικαιολογητικών: μέσω e-mail: marketing@athenswatersports.gr ή με Fax: 22940 25790

ή ταχυδρομικά: Athens Watersports, 25^{ης} Μαρτίου 80, Περιοχή Αγίου Νικολάου, 19016, Άρτεμις.

Με τη δήλωσή του, ο κάθε συμμετέχων παραλαμβάνει το Lycra του event, με τον αριθμό του. Το Lycra θα είναι το ίδιο και στις δύο διοργανώσεις. Παρακαλείστε να το κρατήσετε και να το φέρετε και στη δεύτερη διοργάνωση. Στην περίπτωση που το ξεχάσετε το extra κόστος είναι 10€.

Συμπεριλαμβάνεται μικρό γεύμα στο μπουφέ μετά το τέλος της εκδήλωσης.

Δηλώσεις συμμετοχής δεν θα γίνονται δεκτές την ημέρα του αγώνα.

6. Δοκιμασίες – Εκδηλώσεις

Το άθλημα της όρθιας σανιδοκωπηλασίας επηρεάζεται άμεσα από τον άνεμο και την κατάσταση της θάλασσας. Για το λόγο αυτό ο ακριβής στίβος δεν μπορεί να ανακοινωθεί με ακρίβεια από τώρα. Έχουν σχεδιαστεί δύο διαφορετικοί στίβοι ανάλογα με τον καιρό που θα επικρατεί.

- *Συνθήκες χαμηλών ανέμων.* Beach Lap Στίβος, μήκους 7-8 Km για τις Race Κατηγορίες, και 3-4 Km για τις κατηγορίες FUN και τα Παιδιά. (βλ. Συνημμένο Παράρτημα 1)
- *Συνθήκες ισχυρών ανέμων.* Downwind 8 Km από τη Λούτσα ως τη Βραυρώνα ή αντίστροφα. (βλ. Συνημμένο Παράρτημα 2)

7. Πρόγραμμα

Registration:	9:30-11:00
SUPers Meeting:	11:00 - 11:15
Εκκίνηση Αγώνα:	11:30
Μικρό γεύμα:	14:00
Απονομές:	15:30
Λήξη event:	16:30

* Το πρόγραμμα μπορεί να αλλάξει ανάλογα με τις επικρατούσες συνθήκες και αστάθμητους παράγοντες.

8. Γενικοί Όροι Συμμετοχής - Κανόνες

- Την ημέρα του αγώνα θα πρέπει να παρουσιαστείτε στην επιτροπή, τουλάχιστον 1 ώρα πριν την εκκίνηση για την ολοκλήρωση της εγγραφής και την παραλαβή του Lycra σας, που θα ισχύει και για τις δύο διοργανώσεις.
- Όλοι οι συμμετέχοντες πρέπει να παρεβρεθούν στη συγκέντρωση αναβατών "Paddler's Meeting" ώστε να ενημερωθούν για τις λεπτομέρειες. Η συμμετοχή όλων των αθλητών στην ενημέρωση αναβατών είναι υποχρεωτική.
- Μετά το check-in στην επιτροπή, όλοι οι συμμετέχοντες πρέπει να περάσουν από την τεχνική επιτροπή για τον έλεγχο του σκάφους τους (14'0", 12'6", fun, open)
- Οι αγωνιζόμενοι υποχρεούνται να φορούν το event lycra καθ' όλη τη διάρκεια του event, ώστε να ξεχωρίζουν για λόγους ασφαλείας, αλλά και για να είναι αναγνωρίσιμοι από τους κριτές, φροντίζοντας να διατηρούν εμφανή τον αριθμό στην πλάτη τους (back packs, aqua packs μέσα από το Lycra).
- Η χρήση Leash είναι υποχρεωτική.
- Ενστάσεις δεν θα υφίσταται, γιατί η συγκεκριμένη διοργάνωση είναι γιορτή και δεν υπάρχουν λόγοι ενστάσεων. Κριτές θα βρίσκονται παντού (εκκίνηση, στροφές, επίμαχα σημεία, διαδρομή, τερματισμός)

- Προκειμένου να διεξαχθεί χωρίς προβλήματα η διοργάνωση, ο υπεύθυνος της επιτροπής θα αποφασίζει αν το κρίνει απαραίτητο την απαγόρευση συμμετοχής αθλητή, που τυχόν δημιουργεί προβλήματα.
- Σε περίπτωση εσκεμμένης σύγκρουσης από αθλητή ή αθλήτρια, ή χτυπήματος με το κουπί με σκοπό την παρεμπόδιση ή την πτώση άλλου συμμετέχοντα κατά την διάρκεια του αγώνα, το μέλος της επιτροπής που εποπτεύει το σημείο, ενημερώνει τον υπεύθυνο, ο οποίος κάνει προφορική παρατήρηση, ενώ σε περίπτωση επανάληψης τον αποβάλλει. Εξαιρέση αποτελούν τα σημεία εκκίνησης, στροφής και τερματισμού, στα οποία οι συμμετέχοντες συνωστιζονται και μπορεί να υπάρξει σύγκρουση και πτώση.

9. Ασφάλεια

Προκειμένου να διεκπεραιωθεί με επιτυχία αλλά και με απόλυτη ασφάλεια η διοργάνωση, θα παραπλεύουν συνοδά σκάφη, με ναυαγοσώστες ενώ θα παρευρίσκεται σε ετοιμότητα στο χώρο υποδοχής ιατρός.

10. Διαφημίσεις

Ο διοργανωτής δύναται να ζητήσει από τους συμμετέχοντες να φέρουν διαφήμιση των χορηγών της διοργάνωσης επ' αυτών και επί του εξοπλισμού τους.

Οι συμμετέχοντες αποδέχονται τη φωτογράφιση και βιντεοσκόπησή τους εντός και εκτός της θάλασσας και την προβολή του υλικού στα ΜΜΕ και στο διαδίκτυο.

11. Τροποποιήσεις

Η παρούσα προκήρυξη μπορεί να τροποποιηθεί αν αυτό απαιτηθεί.

Απρόβλεπτες καταστάσεις και καιρικά φαινόμενα μπορεί να αναγκάσουν τους διοργανωτές να ματαιώσουν ή να αλλάξουν τις ημερομηνίες διεξαγωγής του event.

Σε περίπτωση αλλαγών θα ενημερωθείτε έγκαιρα από τις ιστοσελίδες:

www.athenswatersports.gr | www.sups.gr | www.facebook.com/athenswatersports.club | www.facebook.com/sups.gr

Με τα φτερά του Red Bull

ΣΑΣ ΠΕΡΙΜΕΝΟΥΜΕ ΟΛΟΥΣ

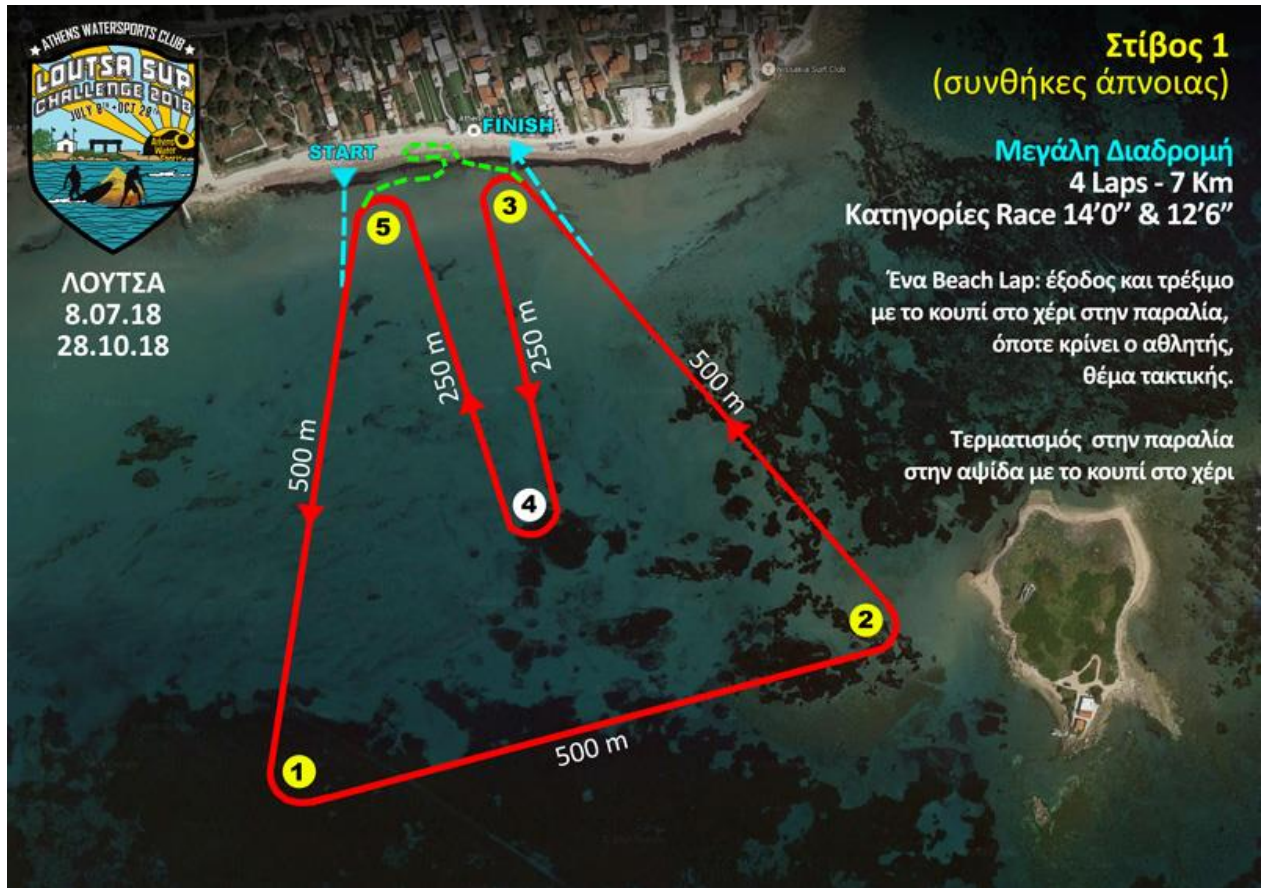
Υπεύθυνος Διοργάνωσης

Γιώργος Κονταρίνης



ΠΑΡΑΡΤΗΜΑ 1

ΣΤΙΒΟΣ: FLAT WATER RACE – BEACH LAP



Εκκίνηση από την παραλία, πορεία για τη σηματοδούρα #1, που θα είναι ποντισμένη 500m νοτιοδυτικά. Αριστερή στροφή και με πορεία ανατολική κατευθύνεστε στη σηματοδούρα #2. Αριστερή στροφή και πορεία βορειοδυτική για την σηματοδούρα #3. Αριστερή στροφή και πορεία νότια για τη σηματοδούρα #4, που βρίσκεται στο κέντρο του αγωνιστικού χώρου. Δεξιά στροφή και πορεία βόρεια για τη σηματοδούρα #5.

Η ίδια διαδρομή θα επαναληφθεί 4 φορές (4 laps). Στο 4ο lap μετά την σηματοδούρα #3, την οποία αφήνετε αριστερά, κατευθύνεστε στην παραλία, όπου τερματίζετε κάτω από την αψίδα του Red Bull με το κουπί στο χέρι.

Προσοχή: Ο στίβος περιλαμβάνει και ένα beach lap. Ο κάθε αναβάτης είναι υποχρεωμένος σε έναν από τους 3 γύρους, όποιον αυτός επιθυμεί, να μην κατευθυνθεί προς την εσωτερική σηματοδούρα #4, αλλά μετά τη σηματοδούρα #3, να συνεχίσει προς την παραλία για να κάνει το beach lap. Δηλαδή αφήνει το σκάφος του στο νερό, εξέρχεται στην παραλία, τρέχει με το κουπί στο χέρι, στη γνωστή διαδρομή ανάμεσα στα δίκτυα και εισέρχεται στο νερό για να ανέβει πάλι στο σκάφος του. Στη συνέχεια κατευθύνεται προς τη σηματοδούρα #5, αφήνοντάς την αριστερά, συνεχίζει για τη σηματοδούρα #1 και ακολουθεί την υπόλοιπη διαδρομή.

Προσοχή: Το Beach lap θα γίνει μόνο μία φορά και δίνει την επιλογή στον κάθε αθλητή, να το χρησιμοποιήσει ως τακτική, προκειμένου να προσπεράσει προπορευόμενους αθλητές. Η σωστή χρονική επιλογή του, δηλαδή το πότε θα επιλέξει ο κάθε αθλητής να το χρησιμοποιήσει για να προσπεράσει, ίσως κρίνει και το αποτέλεσμα αφού το τρέξιμο στη στεριά και η μικρότερη απόσταση του beach lap του δίνουν το δικαίωμα να φτάσει γρηγορότερα στη σηματοδούρα #5. Σε κάθε σηματοδούρα θα υπάρχει κριτής που θα παίρνει τις διελεύσεις. Τις σηματοδούρες #1 και #2 ο κάθε αναβάτης θα

πρέπει να τις περάσει 4 φορές. Τις σηματοδύρες #3 και #5 θα πρέπει να τις περάσει 3 φορές. Τη κεντρική σηματοδύρα #4 θα την περάσει 2 φορές και το beach lap θα το περάσει 1 φορά.



Ο μικρός στίβος είναι πολύ πιο απλός, με 2 laps, η σηματοδύρα #4 είναι εκτός και υποχρεωτική έξοδος στη στεριά για το Beach Lap.

Αναλυτικά: Εκκίνηση από την παραλία, πορεία για τη σηματοδύρα #1, που θα είναι ποντισμένη 500m νοτιοδυτικά. Αριστερή στροφή με πορεία ανατολική κατευθύνεστε στη σηματοδύρα #2. Αριστερή στροφή και πορεία βορειοδυτική για την σηματοδύρα #3 την οποία ο αφήνετε αριστερά και κατευθύνεστε για το beach lap στην παραλία. Εκεί ο κάθε αναβάτης αφήνει το σκάφος του στο νερό, εξέρχεται στην παραλία, τρέχει με το κουπί στο χέρι στη γνωστή διαδρομή, ανάμεσα στα δίκτυα και εισέρχεται στο νερό για να ανέβει και πάλι στο σκάφος του. Στη συνέχεια κατευθύνεστε προς τη σηματοδύρα #5, αφήνοντάς την αριστερά, συνεχίζετε για τη σηματοδύρα #1 και ακολουθείτε την υπόλοιπη διαδρομή. Μετά τη σηματοδύρα #3 συνεχίζετε ευθεία, όπου τερματίζετε κάτω από την αψίδα του Red Bull με το κουπί στο χέρι. Σε κάθε σηματοδύρα θα υπάρχει κριτής που θα παίρνει τις διελεύσεις. Τις σηματοδύρες #1 και #2 ο κάθε αναβάτης θα πρέπει να τις περάσει 2 φορές. Τις σηματοδύρες #3 και #5 θα πρέπει να τις περάσει 1 φορά. Το beach lap θα το περάσει 1 φορά.

Η εκκίνηση γίνεται για όλες τις κατηγορίες μαζί

ΠΡΟΣΟΧΗ: Αν κάποιος συμμετέχων δεν καταφέρει να κάνει όλους τους κύκλους (laps) που απαιτεί η κατηγορία του, δεν ακυρώνεται. Μπαίνει στην κατάταξη μετά από αυτούς που τερματίσαν όλη τη διαδρομή. Έστω λοιπόν και ένα γύρο (lap) να τερματίσει κάποιος, ο τερματισμός του είναι έγκυρος.

ΣΤΙΒΟΣ DOWNWIND



Η γνωστή Downwind διαδρομή των 8m από τη Λούτσα στη Βραυρώνα θα επιλεγεί σε περίπτωση δυνατών ανέμων. Πρόκειται ένα ασφαλές και απολαυστικό downwind με εκκίνηση εμπρός από το Athens Watersports Club και τερματισμό στον κόλπο της Βραυρώνας.

Η εκκίνηση δίνεται για όλους του συμμετέχοντες όλων των κατηγοριών μαζί ενώ ο τερματισμός γίνεται στην παραλία με το κουπί στο χέρι. Η επιστροφή των αθλητών θα γίνει με λεωφορείο και των σκαφών με τα trailer της σχολής.