



Προκήρυξη Αγώνα 6^ο KASTRAKI TRAIL 11 Οκτωβρίου 2026

Ο Σύλλογος Δρομέων Υγείας Γρεβενών συνδιοργανώνει με την Περιφερειακή Ενότητα Γρεβενών, τον Δήμο Γρεβενών και υπό την αιγίδα της ΕΟΣΛΜΑ-Υ τους ορεινούς αγώνες δρόμου **KASTRAKI TRAIL 17km και 10km, Λαϊκό Δρόμο Υγείας και Περίπατο 3.5km** για άτομα άνω των 12 ετών και **Αγώνα 1.000m** για παιδιά Δημοτικών σχολείων στο **Άλσος Θεοδωρίδη στα Γρεβενά**.

Οι αγώνες είναι αφιερωμένοι στη μνήμη του Δασκάλου και μεγάλου ευεργέτη **Θεόδωρου Θεοδωρίδη**, ο οποίος χάρισε στην πόλη μας το πανέμορφο άλσος, ανάσα ζωής για τις νεότερες γενιές.

Το πρόγραμμα των αγώνων καθώς και οι απαραίτητες προϋποθέσεις για τη συμμετοχή των αθλητών και των περιπατητών διαμορφώνονται ως εξής:

1. ΗΜΕΡΟΜΗΝΙΑ: ΚΥΡΙΑΚΗ, 11 ΟΚΤΩΒΡΙΟΥ 2026

2. ΤΟΠΟΣ ΔΙΕΞΑΓΩΓΗΣ:

(Εκκίνηση-Τερματισμός): Υπαίθριο Θέατρο Γρεβενών στο Άλσος Θεοδωρίδη

3. ΩΡΕΣ ΕΚΚΙΝΗΣΗΣ:

10:00 ο αγώνας των 10km (με χρονομέτρηση)

10:05 ο αγώνας 1.000m για παιδιά Δημοτικών σχολείων (χωρίς χρονομέτρηση)

10:30 ο αγώνας των 17km (με χρονομέτρηση)

12.30 ο Λαϊκός Δρόμος Υγείας και Περίπατος 3.5km για άτομα άνω των 12 ετών (με χρονομέτρηση)

8:15 έως 9:45 Παράδοση αριθμών εκκίνησης στην αφετηρία (Υπαίθριο Θέατρο Άλσος Θεοδωρίδη)

4. ΧΡΟΝΙΚΑ ΟΡΙΑ ΤΕΡΜΑΤΙΣΜΟΥ:

* 17 km - 180'

* 10 km - 120'

* 3.5 km - 80'

Μετά το πέρας του επίσημου χρονικού ορίου λήξης των αγώνων οι δρομείς που δεν έχουν τερματίσει οφείλουν να εγκαταλείψουν τον αγώνα και τη διαδρομή. Σε διαφορετική περίπτωση συνεχίζουν με δική τους ευθύνη

ΣΕ ΚΑΘΕ ΔΙΑΔΡΟΜΗ ΘΑ ΥΠΑΡΧΟΥΝ ΣΗΜΕΙΑ ΕΛΕΓΧΟΥ ΠΕΡΑΣΜΑΤΟΣ ΑΘΛΗΤΩΝ.

Όποιος δρομέας δεν έχει ηλεκτρονική ένδειξη στην εκκίνηση και στον τερματισμό θα ακυρώνεται.



5. ΕΠΑΘΛΑ:

Σε όλους τους δρομείς που θα τερματίσουν θα δοθούν αναμνηστικά μετάλλια. Ομοίως και για την περιπατητική διαδρομή των 3.5km και τα παιδιά Δημοτικού.

Σημειώνεται, ότι οι ενήλικες που συμμετέχουν στην περιπατητική διαδρομή των 3.5km **ΔΕΝ** θα βραβευτούν με έπαθλα νικητών, καθώς ο αγώνας είναι μη ανταγωνιστικός. Σε αυτούς απονέμεται μόνο μετάλλιο τερματισμού και αναμνηστικό δώρο αγώνα.

Για τους αγώνες των 17km και 10km:

Κύπελλα για τους 3 πρώτους άνδρες και τις 3 πρώτες γυναίκες της γενικής κατάταξης.

Δωροεπιταγές των 100 ευρώ για τον πρώτο νικητή και την πρώτη νικήτρια από τον μεγάλο χορηγό του αγώνα.

ΗΛΙΚΙΑΚΕΣ ΚΑΤΗΓΟΡΙΕΣ

ΑΝΔΡΕΣ	ΓΥΝΑΙΚΕΣ
18 – 39	18 – 39
40 – 49	40 – 54
50 – 59	55 +
60 – 69	
70 +	

Κύπελλα για τους 3 πρώτους άνδρες και τις 3 πρώτες γυναίκες για κάθε μία από τις παραπάνω ηλικιακές κατηγορίες για τους αγώνες των 17km και 10km .

Δωροεπιταγές των 50 ευρώ για τον πρώτο νικητή και την πρώτη νικήτρια της κάθε ηλικιακής κατηγορίας από τον μεγάλο χορηγό του αγώνα.

Οι 3 νικητές της γενικής κατάταξης εξαιρούνται των επάθλων για τις ηλικιακές κατηγορίες.

Για των αγώνα των 3.5km:

Αναμνηστικά έπαθλα

- για τους 3 πρώτους άνδρες και τις 3 πρώτες γυναίκες
- για τα 3 πρώτα αγόρια και τα 3 πρώτα κορίτσια του Γυμνασίου
- για τα 3 πρώτα αγόρια και τα 3 πρώτα κορίτσια του Λυκείου

Για τον αγώνα των 1.000m για παιδιά Δημοτικού:

Αναμνηστικά έπαθλα για τους 3 πρώτους και τις 3 πρώτες στις παρακάτω κατηγορίες.

- Α – Β Δημοτικού
- Γ – Δ Δημοτικού
- Ε – ΣΤ Δημοτικού



Σε περίπτωση που κάποιο παιδί τρέξει σε λανθασμένη ηλικιακή κατηγορία ακυρώνεται.

Δώρα χορηγών θα διατεθούν στους αγωνιζόμενους μέσω κλήρωσης.

Οι απονομές θα πραγματοποιηθούν στο Υπαίθριο Θέατρο ΚΑΣΤΡΑΚΙ μετά το τέλος των αγώνων.

6. ΔΙΚΑΙΩΜΑ ΣΥΜΜΕΤΟΧΗΣ:

Έχουν όλοι οι ελεύθερα αθλούμενοι καθώς και οι αθλητές συλλόγων. Όλοι οι συμμετέχοντες πρέπει να έχουν πρόσφατα εξεταστεί από γιατρό, να είναι σωματικά υγιείς για να αντεπεξέλθουν στις απαιτήσεις του αγώνα.

Στους αγώνες των 17km και 10km επιτρέπεται μόνο η συμμετοχή ατόμων άνω των 18 ετών. Στον αγώνα παιδιών 1000m μπορούν να συμμετέχουν μόνο μαθητές **Δημοτικού** με υπεύθυνη δήλωση κηδεμόνα.

Στον αγώνα 3.5km μπορούν να τρέξουν ή να περπατήσουν άτομα άνω των 12 ετών. **Σε αυτόν τον αγώνα μπορούν να συμμετέχουν και μαθητές/τριες Γυμνασίου και Λυκείου για τους οποίους θα υπάρχει ξεχωριστή βράβευση.**

7. ΔΗΛΩΣΕΙΣ-ΚΟΣΤΟΣ ΣΥΜΜΕΤΟΧΗΣ:

Οι ατομικές δηλώσεις συμμετοχής γίνονται online στον παρακάτω σύνδεσμο:

<https://bit.ly/kastraki26>

Το κόστος συμμετοχής για κάθε αγώνα είναι αντίστοιχα:

- * 17km – 12 ευρώ
- * 10km - 12 ευρώ
- * 3.5km - 7 ευρώ
- * Περιπατητική διαδρομή 3.5km - 7 ευρώ
- * Παιδικός αγώνας 1.000m - ΔΩΡΕΑΝ

Ομαδικές δηλώσεις για ομάδες των 7 ατόμων και γίνονται μέσω EXCEL που θα βρείτε στη διεύθυνση <https://bit.ly/kastraki26> και αποστολή του στο dromeisgrevenon@gmail.com μαζί με το αποδεικτικό κατάθεσης του αντίστοιχου ποσού στον λογαριασμό της τράπεζας Πειραιώς με IBAN: GR4501722400005240075428251 και σχόλιο το όνομα της ομάδας σας. **Τα έξοδα τραπεζής επιβαρύνουν τον καταθέτη.**

Το όριο των 7 ατόμων υπολογίζεται συνολικά. Για παράδειγμα 2 συμμετοχές στα 17 χλμ, 3 συμμετοχές στα 10 χλμ, 2 συμμετοχές στον περίπατο. Το κόστος συμμετοχής τότε διαμορφώνεται για τα 17km στα 10 ευρώ και για τα 10 km στα 10 ευρώ. Το κόστος του περιπάτου 3.5km και του αγώνα 3.5km παραμένει στα 7 ευρώ.

Θα τηρηθεί σειρά προτεραιότητας για τον αριθμό συμμετοχών ανά κατηγορία ως εξής:

Αγώνας 17km (Όριο εγγραφών 120 δρομείς):

Αγώνας 10km (Όριο εγγραφών 150 δρομείς):

Αγώνας 3.5km (Όριο εγγραφών 120 δρομείς- περιπατητές)

Παιδικός Αγώνας (Όριο εγγραφών 100 παιδιά):



Οι εγγραφές ανοίγουν τη **Παρασκευή 11 Σεπτεμβρίου** και ολοκληρώνονται την **Τετάρτη 7 Οκτωβρίου 2026**.

Οι εγγραφές ολοκληρώνονται με τη συμπλήρωση των ορίων συμμετοχής ανά αγώνα ή το αργότερο την **7^η Οκτωβρίου 2026 στις 08:00πμ**, στο βαθμό που τα όρια συμμετοχής δεν έχουν συμπληρωθεί νωρίτερα.

8. ΚΕΝΤΡΟ ΕΓΓΡΑΦΩΝ ΚΑΙ ΠΑΡΑΔΟΣΗΣ ΥΛΙΚΩΝ

Όλοι οι συμμετέχοντες παραλαμβάνουν τον αριθμό συμμετοχής τους και το απαραίτητο υλικό για τον αγώνα από τη Γραμματεία στο Υπαίθριο Θέατρο στο Άλσος Θεοδωρίδη και μπορούν να παραδώσουν ρουχισμό και άλλο εξοπλισμό. Παρακαλούνται οι δρομείς να δώσουν ιδιαίτερη προσοχή και να μην παραδώσουν τιμαλφή, κινητά και άλλα αντικείμενα αξίας.

Η παραλαβή του αριθμού συμμετοχής γίνεται με επίδειξη:

- Του **email** που έχει λάβει προηγούμενα ο δρομέας (εφόσον έχει δηλώσει διεύθυνση email) και αναφέρει τον αριθμό συμμετοχής του,
- Της **Αστυνομικής του Ταυτότητας ή άλλου αντίστοιχου εγγράφου** (διαβατήριο, δίπλωμα οδήγησης κλπ)

Στην περίπτωση δρομέα που αδυνατεί να παραλάβει ο ίδιος τον αριθμό συμμετοχής του, υπάρχει η δυνατότητα παραλαβής του από άλλο άτομο. Στη περίπτωση αυτή το άτομο που θα παραλάβει θα πρέπει να έχει μαζί του μία φωτοτυπία της ταυτότητας ή άλλου επίσημου εγγράφου του δρομέα, αντίγραφο του email με τον αριθμό συμμετοχής του δρομέα - διαφορετικά **ΔΕΝ** θα είναι δυνατή η παραλαβή του αριθμού.

Το πακέτο συμμετοχής περιλαμβάνει:

- Ανάγλυφο αναμνηστικό μετάλλιο τερματισμού
- Αναμνηστικό δώρο αθλητή
- Αριθμό συμμετοχής αθλητή
- Ηλεκτρονική χρονομέτρηση με ατομικό CHIP
- Τροφοδοσία διαδρομής
- Παροχή προϊόντων αποκατάστασης μετά τον αγώνα
- Ιατρικές υπηρεσίες
- Δωρεάν φωτογραφικό υλικό όλης της διοργάνωσης



9. ΠΟΛΙΤΙΚΗ ΑΚΥΡΩΣΕΩΝ

Θα θέλαμε να σας ενημερώσουμε πως αιτήματα για ακύρωση εγγραφής δεν θα γίνονται δεκτά και δεν θα πραγματοποιείται καμία επιστροφή συνδρομής συμμετοχής.

Σε περίπτωση ακύρωσης της διοργάνωσης του **6^{ου} Kastraki Trail 2026** θα γίνει επιστροφή των χρημάτων στους δηλωθέντες δρομείς.

Οι αγώνες μπορούν να ακυρωθούν ή να αναβληθούν λόγω έκτακτης ανάγκης ή με απόφαση των διοργανωτών.

10. ΥΓΕΙΟΝΟΜΙΚΗ ΚΑΛΥΨΗ – ΙΑΤΡΙΚΕΣ ΕΞΕΤΑΣΕΙΣ:

Η υγειονομική κάλυψη της διοργάνωσης θα πραγματοποιηθεί από την Υγειονομική Υπηρεσία της Διοργάνωσης. Οι διοργανωτές, σε συνεργασία με τον Επικεφαλής Ιατρό, τις Υπηρεσίες Έκτακτης Ανάγκης, το προσωπικό Πρώτων Βοηθειών θα λάβουν όλα τα απαραίτητα μέτρα, για την ασφάλεια των συμμετεχόντων αθλητών.

Οι συμμετέχοντες-δρομείς στη διοργάνωση **6^ο Kastraki Trail 2026**, συμμετέχουν στη διοργάνωση με απόλυτη προσωπική τους ευθύνη και με ελεύθερη βούληση, έχοντας προβεί στις απαραίτητες ιατρικές εξετάσεις και έχοντας κάνει τον απαραίτητο καρδιολογικό έλεγχο και φέρουν την πλήρη ευθύνη της συμμετοχής τους όσον αφορά τη φυσική τους κατάσταση και την ικανότητά τους να συμμετάσχουν.

Οι διοργανωτές δεν φέρουν καμία ευθύνη σε περίπτωση τραυματισμού, ζημίας ή άλλου είδους φθοράς που μπορεί να υποστεί συμμετέχοντας στη διοργάνωση κατά τη διάρκεια του αγώνα ή μετά το τέλος του.

Οι ανήλικοι δρομείς, με ευθύνη των γονέων και κηδεμόνων τους, θα πρέπει να έχουν εξεταστεί ιατρικώς πριν τη συμμετοχή τους στον αγώνα.

Στους αγώνες δεν θα ζητηθούν ιατρικά πιστοποιητικά αφού οι ενήλικες συμμετέχουν με δική τους ευθύνη και οι ανήλικοι με τη συγκατάθεση των γονέων τους.

11. ΓΕΝΙΚΑ

Οι αριθμοί συμμετοχής πρέπει να συγκρατούνται με τις παραμάνες, μία σε κάθε γωνία, με τέτοιο τρόπο ώστε να μην πέφτουν και, επιπλέον, πρέπει να τοποθετούνται με τέτοιο τρόπο ώστε να είναι απολύτως ορατοί κατά τη διάρκεια του αγώνα.

Οι **ΑΡΙΘΜΟΙ ΣΥΜΜΕΤΟΧΗΣ ΕΙΝΑΙ ΠΡΟΣΩΠΙΚΟΙ**. Δεν μεταβιβάζονται και δεν δίνονται σε άλλο άτομο αυθαίρετα χωρίς πρότερη έγκριση της Οργανωτικής Επιτροπής του αγώνα

Όλοι οι δρομείς, αμέσως μετά τον τερματισμό, καλούνται να συνεχίζουν να βαδίζουν προς την έξοδο από το χώρο τερματισμού παραλαμβάνοντας αναμνηστικό μετάλλιο και εμφιαλωμένο νερό, σύμφωνα με τις υποδείξεις των διοργανωτών.

12. ΕΝΣΤΑΣΕΙΣ

Ενστάσεις που αφορούν την συμμόρφωση αθλητή-τριας με τους κανονισμούς και επηρεάζουν την κατάταξη των έξι (6) πρώτων νικητών και νικητριών θα μπορούν να υποβάλλονται, εκτός των όσων αναφέρονται παρακάτω και κατά την διάρκεια διεξαγωγής του αγώνα και μέχρι τριάντα (30) λεπτά από την ανακοίνωση των έξι (6) πρώτων νικητών-νικητριών.



13. ΠΕΡΙΓΡΑΦΗ ΑΓΩΝΩΝ:

Η διαδρομή του αγώνα των 3.5km δεν έχει αξιόλογη υψομετρική διαφορά. Κινείται σε μονοπάτι και επαρχιακό δρόμο γύρω από το Υπαίθριο Θέατρο του άλσους Θεοδωρίδη.

Η διαδρομή των 10km και 330 μέτρων υψομετρικής διαφοράς καταγράφεται ως εξής:
<https://connect.garmin.com/modern/activity/20361588168>

Η διαδρομή των 17km και 590 μέτρων υψομετρικής διαφοράς καταγράφεται ως εξής:
<https://connect.garmin.com/modern/activity/20364595039>

Θα υπάρχουν 2 σταθμοί νερού για τα 10km και 4 για τα 17km.

Πίσω από τους αθλητές θα ακολουθεί δρομέας της διοργάνωσης (σκούπα) για την παροχή οποιασδήποτε βοήθειας, ενώ η Ομάδα Διάσωσης Γρεβενών θα βρίσκεται σε διάφορα σημεία του αγώνα.

Θα υπάρχει γιατρός για την παροχή πρώτων βοηθειών.

Το ΚΤΕΛ Γρεβενών προσφέρει 25% έκπτωση για τους συμμετέχοντες στους αγώνες για τις ημέρες 10,11,12 Οκτωβρίου.

Η Οργανωτική Επιτροπή

- ΔΗΜΗΤΡΗΣ ΤΡΑΠΕΖΑΣ 6972890371
- ΔΗΜΗΤΡΗΣ ΖΑΨΑΛΗΣ 6974079181
- ΔΗΜΗΤΡΗΣ ΠΑΠΑΝΙΚΟΣ 6936897758 (Θέματα εγγραφών)
- ΓΙΩΡΓΟΣ ΔΗΜΗΤΡΙΑΔΗΣ 6973355035
- ΠΑΝΑΓΙΩΤΗΣ ΛΑΛΛΟΣ 6937367979
- ΝΙΚΟΛΑΟΣ ΜΠΑΛΝΤΟΥΜΗΣ 6977339008
- ΒΑΛΑΝΤΗΣ ΣΤΑΜΟΣ 6981297687

Email: dromeisgrevenon@gmail.com

Πληροφορίες και ενημερώσεις για τον αγώνα θα βρείτε στη σελίδα μας στο Facebook και στο Instagram:

Facebook: <https://www.facebook.com/DromeisYgeiasGrevenon>

Instagram: [dromeis_ygeias_grevenon](https://www.instagram.com/dromeis_ygeias_grevenon)