

ΠΕΡΙΦΕΡΕΙΑ ΚΡΗΤΗΣ  
ΠΕΡΙΦΕΡΕΙΑΚΗ ΕΝΟΤΗΤΑ ΡΕΘΥΜΝΗΣ  
ΔΗΜΟΣ ΡΕΘΥΜΝΗΣ  
ΕΑΣ ΣΕΓΑΣ ΚΡΗΤΗΣ  
ΟΜΑΔΑ ΦΥΣΙΚΗΣ ΑΓΩΓΗΣ Π.Ε. ΡΕΘΥΜΝΗΣ  
ΕΝΩΣΗ ΠΤΥΧΙΟΥΧΩΝ ΦΥΣΙΚΗΣ ΑΓΩΓΗΣ ΡΕΘΥΜΝΗΣ  
Ο.Κ.Α. ΑΡΚΑΔΙ  
Ο.Κ.Α. ΠΡΕΒΕΛΗ  
ΣΥΛΛΟΓΟΣ ΔΡΟΜΕΩΝ ΥΓΕΙΑΣ ΡΕΘΥΜΝΗΣ  
PSILORITIS RACE

ΚΥΡΙΑΚΗ 5 ΝΟΕΜΒΡΙΟΥ 2017  
ΠΛΑΤΕΙΑ ΗΡΩΩΝ ΠΟΛΥΤΕΧΝΕΙΟΥ ΩΡΑ 11:30

## 77<sup>α</sup> ΑΡΚΑΔΙΑ

### Πρόσκληση

Σας καλούμε να τιμήσετε με την παρουσία σας τα «77<sup>α</sup> Αρκάδια» που διεξάγονται στο Ρέθυμνο, στη μνήμη του ολοκαυτώματος της Ιεράς Μονής Αρκαδίου. Οι αθλητικές & πολιτιστικές εκδηλώσεις θα διεξαχθούν το **Σαββάτο 4 και την Κυριακή 5 Νοεμβρίου 2017**

στην **Πλατεία Ηρώων Πολυτεχνείου** και ώρα **11:30**.

## ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ

### **ΣΑΒΒΑΤΟ 4 ΝΟΕΜΒΡΙΟΥ 2017**

**09:30 Αγώνας ταχύτητας με πατίνια** από τον αθλητικό σύλλογο "Ο.Κ.Α Πρέβελη" (σε δημόσιο δρόμο).

**12:00 Ημιμαραθώνιος με πατίνια** από τον αθλητικό σύλλογο "Ο.Κ.Α Πρέβελη" (σε δημόσιο δρόμο).

**18:15 Τεχνική ενημέρωση** και παραλαβή υλικού ( για Αρκαδιοδρόμους, αθλητές που θα τρέξουν τα 6 χλμ αλλά και όσων λάβουν μέρος στο δυναμικό βάδισμα).

Θα ακολουθήσει **μουσικό πρόγραμμα με κρητικούς χορούς και πάστα-πάρτυ....**

Όλες οι εκδηλώσεις θα λάβουν μέρος στο " Σπίτι του Πολιτισμού ", στην πλατεία Μικρασιατών στο Ρέθυμνο.

### **ΚΥΡΙΑΚΗ 5 ΝΟΕΜΒΡΙΟΥ 2017**

**08:15** Εκκίνηση για τους αθλητές του **δυναμικού βαδίσματος** επί της Αρκάδιας διαδρομής από την Ι.Μ.Αρκαδίου.

**09:30 Αρχιερατικό τρισάγιο** από τον Σεβασμιώτατο Μητροπολίτη Ρεθύμνης & Αυλοποτάμου κ.κ. Ευγένιο στην πυριτιδαποθήκη της Ιεράς Μονής Αρκαδίου.

**09:40** Τελετή αφής της φλόγας

**11:10** Εκκίνηση **Αρκαδίου Δρόμου** Ανδρών - Γυναικών από την Ι.Μ. Αρκαδίου.

### **ΠΛΑΤΕΙΑ ΗΡΩΩΝ ΠΟΛΥΤΕΧΝΕΙΟΥ**

**11:30** Τελετή έναρξης 77<sup>ωv</sup> Αρκαδίων αγώνων.

**11:40** Αφιξη φλόγας από την Ι.Μ. Αρκαδίου από εθελοντές.

**11:45** Μουσικό πρόγραμμα από την **Φιλαρμονική Ρεθύμνου**.

**12:00** Επίδειξη πατινιών από τον αθλητικό σύλλογο **ΟΚΑ Πρέβελη**.

**12:05** Αγώνας **Δρόμου 1.000μ.** μαθητών-τριών Δημοτικών Σχολείων.

**12:05** Αγώνας **Δρόμου 1.000μ.** αθλητών **ΑΜΕΑ.**

**12:10** Κρητικό βόλι

α) Ανδρών > 50, < 50

β) Μαθητών δημοτικών Σχολείων

**12:15** Σφαιροβολία **ΑΜΕΑ**

**12:25** ΤΕΡΜΑΤΙΣΜΟΣ ΑΘΛΗΤΩΝ - ΑΘΛΗΤΡΙΩΝ ΑΡΚΑΔΙΟΥ ΔΡΟΜΟΥ

**12:30** Απονομές

**12:55** Εκκίνηση Δρόμου **6.000 μ. Ανδρών-Γυναικών** από τη γέφυρα Πλατανιά (διασταύρωση για Αρκάδι).

**12:55** Κρητικοί παραδοσιακοί χοροί από συλλόγους της Περιφερειακής Ενότητας Ρεθύμνης.

**13:20** Τερματισμός 6.000 μ. Ανδρών – Γυναικών.

**13:30** Τερματισμός συμμετεχόντων στο δυναμικό βάδισμα.

## ΕΠΑΘΛΑ

**A) Στον Αρκάδιο Δρόμο Ανδρών – Γυναικών** θα απονεμηθούν:

1) Έπαθλα στους τρεις (3) πρώτους νικητές – νικήτριες, δίπλωμα και μετάλλιο.

2) Έπαθλα και μετάλλια στους τρεις (3) πρώτους Ρεθεμνιώτες – Ρεθεμνιώτισσες.

Στους Ρεθεμνιώτες – Ρεθεμνιώτισσες των κατηγοριών Ανδρών – Γυναικών, που κατατάσσονται στην πρώτη τριάδα του Αρκάδιου Δρόμου απονέμεται ένα μόνο έπαθλο.

3) Αναμνηστικό μετάλλιο και δίπλωμα συμμετοχής σε όσους αθλητές - αθλήτριες τερματίσουν.

**Ρεθεμνιώτες – Ρεθεμνιώτισσες** είναι

α) Οι αθλητές-αθλήτριες των Ρεθεμνιώτικων Σωματείων Στίβου.

β) Οι ανεξάρτητοι αθλητές- αθλήτριες, που έχουν καταγωγή και διαμένουν στην Π.Ε. Ρεθύμνης.

**B) Στο Κρητικό Βόλι:**

**-Ανδρών:**

Θα απονεμηθούν Έπαθλα στους τρεις πρώτους νικητές και στον πρώτο Ρεθεμνιώτη έως 50 ετών και άνω των 50 ετών.

**- Μαθητών Δημοτικών Σχολείων**

Θα απονεμηθεί έπαθλο στον πρώτο νικητή, δίπλωμα και μετάλλιο στους τρεις πρώτους.

**Γ)** Στο **δυναμικό βάδισμα** θα απονεμηθούν αναμνηστικό δίπλωμα και μετάλλιο σε όσους-ες τερματίσουν.

**Δ)** Στο δρόμο των **6.000 μ. Ανδρών – Γυναικών** θα απονεμηθεί έπαθλο στον πρώτο νικητή-νικήτρια, μετάλλιο και δίπλωμα συμμετοχής στους τρεις πρώτους-ες και αναμνηστικό δίπλωμα και μετάλλιο σε όσους-ες τερματίσουν.

**Ε)** Στο δρόμο των **1.000 μ. Μαθητών-τριών Δημοτικών Σχολείων** θα απονεμηθεί έπαθλο στον πρώτο-η νικητή-νικήτρια, μετάλλιο και δίπλωμα συμμετοχής στους/στις τρεις πρώτους-ες και αναμνηστικό δίπλωμα και μετάλλιο σε όσους-ες τερματίσουν

**ΣΤ)** Στο δρόμο **1.000μ για ΑΜΕΑ** θα απονεμηθούν αναμνηστικό δίπλωμα και μετάλλιο σε όσους-ες τερματίσουν.

**Ζ)** Σφαιροβολία **ΑΜΕΑ** θα απονεμηθούν αναμνηστικό δίπλωμα και μετάλλιο σε όσους συμμετάσχουν.

**ΕΓΓΡΑΦΕΣ:**

Ηλεκτρονικές εγγραφές (έως 28/10/2017) στις διευθύνσεις:  
[www.rethymno.gr](http://www.rethymno.gr), [www.crete.gov.gr](http://www.crete.gov.gr), [www.runningcrete.gr](http://www.runningcrete.gr)

**ΟΙΚΟΝΟΜΙΚΗ ΣΥΜΜΕΤΟΧΗ:**

ΑΡΚΑΔΙΟΣ ΔΡΟΜΟΣ, ΔΥΝΑΜΙΚΟ ΒΑΔΙΣΜΑ ΚΑΙ ΑΓΩΝΑΣ 6 ΧΛΜ : 5 ευρώ

ΤΑ ΥΠΟΛΟΙΠΑ ΑΓΩΝΙΣΜΑΤΑ ΧΩΡΙΣ ΟΙΚΟΝΟΜΙΚΗ ΕΠΙΒΑΡΥΝΣΗ.

Η πληρωμή κόστους εγγραφής μπορεί να γίνει μέσω κατάθεσης στον τραπεζικό λογαριασμό 258/005195-03 ΕΘΝΙΚΗ ΤΡΑΠΕΖΑ ΕΛΛΑΔΟΣ.

**IBAN:GR76 0110 2580 0000 2580 0519 503**, Δικαιούχος Λογαριασμού:  
ΣΥΛΛΟΓΟΣ ΔΡΟΜΕΩΝ ΥΓΕΙΑΣ ΡΕΘΥΜΝΗΣ Στην κατάθεση στον παραπάνω τραπεζικό λογαριασμό, θα πρέπει να αναγράφεται το ονοματεπώνυμό σας υποχρεωτικά στην αιτιολογία της κατάθεσης, ενώ θα πρέπει να αποστέλλεται άμεσα αντίγραφο της απόδειξης στο email: [sports.rethymno@gmail.com](mailto:sports.rethymno@gmail.com)).

## ΓΕΝΙΚΕΣ ΔΙΑΤΑΞΕΙΣ

Οι αγώνες θα διεξαχθούν σύμφωνα με τους κανονισμούς του ΣΕΓΑΣ, έκδοσης 2012 - 2013.

Οι αθλητές – αθλήτριες πρέπει να έχουν εξεταστεί πριν από τους αγώνες από ιατρό με πρωτοβουλία και ευθύνη του σωματείου τους και των ιδίων για να διαπιστωθεί ότι είναι υγιείς και μπορούν να συμμετάσχουν στους αγώνες χωρίς κανένα κίνδυνο για την υγεία τους. Για οποιοδήποτε πρόβλημα υγείας που δημιουργηθεί και προκύψει στους συμμετέχοντες και έχει σχέση με την έλλειψη προληπτικής ιατρικής εξέτασής τους (που είναι αποκλειστική ευθύνη τους), οι διοργανωτές σε κάθε περίπτωση δεν έχουν καμία απολύτως ευθύνη. Οι αθλητές – αθλήτριες του Αρκαδίου Δρόμου, του Δυναμικού Βαδίσματος και του δρόμου των 6.000 μ. θα υπογράψουν απαραίτητα πριν από τον αγώνα σχετική υπεύθυνη δήλωση.

Στον Αρκάδιο δρόμο και στο δυναμικό βάδισμα η συμμετοχή είναι ελεύθερη για Άνδρες και Γυναίκες που έχουν γεννηθεί μέχρι και το 1999.

Στον δρόμο 6.000 μ. η συμμετοχή είναι ελεύθερη για άνδρες και γυναίκες που έχουν γεννηθεί μέχρι το 2002.

Στο Κρητικό βόλι, οι αθλητές γεννημένοι μέχρι και το 1967 θα αγωνιστούν με σφαίρα πέντε (5) κιλών. Οι γεννηθέντες από το 1968 έως 2000 θα αγωνιστούν με σφαίρα επτά (7) κιλών.

Στο Κρητικό βόλι παμπαίδων θα αγωνιστούν μόνο μαθητές Δημοτικού γεννημένοι τα έτη 2005,2006,2007 και θα αγωνιστούν με σφαίρα τριών (3) κιλών κάνοντας τρεις (3) προσπάθειες.

Η ώρα λήξης του Αρκαδίου Δρόμου, του Δυναμικού Βαδίσματος και του Δρόμου των 6.000 μ. Ανδρών - Γυναικών είναι 14.00. Μετά την ώρα αυτή δεν θα υπάρχει τερματισμός - κατάταξη, ιατρική κάλυψη και όσοι αθλητές συνεχίζουν να τρέχουν, αγωνίζονται πλέον με αποκλειστικά δική τους ευθύνη.

Οι αθλητές του Δυναμικού Βαδίσματος θα αναχωρήσουν για το Αρκάδι στις 5 Νοεμβρίου, ημέρα Κυριακή, με λεωφορείο από το ΚΤΕΛ Ρεθύμνου και ώρα 07:00.

Οι αθλητές του Αρκαδίου δρόμου θα αναχωρήσουν για το Αρκάδι στις 5 Νοεμβρίου, ημέρα Κυριακή, με λεωφορείο από το ΚΤΕΛ Ρεθύμνου και ώρα 08:00.

Οι αθλητές των 6.000μ. θα αναχωρήσουν για την εκκίνηση με λεωφορείο από το ΚΤΕΛ Ρεθύμνου και ώρα 10.30.

Στους αθλητές – αθλήτριες δεν θα καλυφθούν έξοδα μετακίνησης, διατροφής και διαμονής.

Στο Κρητικό Βόλι οι αθλητές που γεννήθηκαν

α) μέχρι 1967 θα αγωνιστούν με σφαίρα βάρους 5Kgr

β) από 1968- 2000 θα αγωνιστούν με σφαίρα βάρους 7Kgr

γ) Οι μαθητές των Δημοτικών Σχολείων γεννηθέντες 2005 ,2006, 2007 θα αγωνιστούν με σφαίρα βάρους 3Kgr και θα πραγματοποιήσουν 3 προσπάθειες.

## ΙΣΤΟΡΙΚΟ ΑΓΩΝΩΝ

Ο Α.Ο. Ατρόμητος Ρεθύμνου υπήρξε ο πρώτος διοργανωτής των Αρκάδιων Αγώνων.

Το έτος 1930 διοργάνωσε με την έγκριση της Ε.Γ.Α.Σ., τα Α΄ ΑΡΚΑΔΙΑ στο Εθνικό Στάδιο Ρεθύμνου.