



ΓΡΑΦΕΙΟ ΑΓΩΝΩΝ ΣΕΓΑΣ
Πληροφορίες: Φωτεινή Κασίδη
Τηλ.: 211-1877735
Email: competition@segas.gr
=====

Αριθμός Πρωτ: 4941

Αθήνα, 16 Ιουλίου 2024

Προς:

- ΚΟΕΑΣ (Αθλητική Ομοσπονδία Στίβου της Κύπρου)
- Ε.Α.Σ Σ.Ε.Γ.Α.Σ. (για ενημέρωση σωματείων τους)

ΠΡΟΚΗΡΥΞΗ

ΔΙΕΘΝΟΥΣ ΑΘΛΗΤΙΚΗΣ ΣΥΝΑΝΤΗΣΗΣ ΣΤΙΒΟΥ

ΕΛΛΑΔΑΣ - ΚΥΠΡΟΥ Κ18 ΑΝΔΡΩΝ - ΓΥΝΑΙΚΩΝ

ΕΛΕΥΘΕΡΟΥΠΟΛΗ

Τετάρτη 31 Ιουλίου & Πέμπτη 1 Αυγούστου 2024

Ο Σ.Ε.Γ.Α.Σ. και η ΕΑΣ ΣΕΓΑΣ Ανατολικής Μακεδονίας - Θράκης, συνδιοργανώνουν, μαζί με την Περιφερειακή Αυτοδιοίκηση Καβάλας και τον Δήμο Παγγαίου, τη Διεθνή Συνάντηση Στίβου μεταξύ των Εθνικών Ομάδων ΕΛΛΑΔΑΣ - ΚΥΠΡΟΥ, για την κατηγορία Κ18 Ανδρών - Γυναικών, σύμφωνα με τους παρακάτω όρους:

1. ΗΜΕΡΟΜΗΝΙΑ - ΤΟΠΟΣ ΤΕΛΕΣΗΣ:

Η Διεθνή Συνάντηση θα διεξαχθεί την Τετάρτη 31 Ιουλίου & την Πέμπτη 1 Αυγούστου 2024 στο Δημοτικό Στάδιο Ελευθερούπολης του Δήμου Παγγαίου.

2. ΣΥΜΜΕΤΕΧΟΥΝ:

Στη Διεθνή Συνάντηση θα συμμετέχουν:

- ΕΘΝΙΚΗ ΟΜΑΔΑ ΣΤΙΒΟΥ ΕΛΛΑΔΑΣ Κ18
- ΕΘΝΙΚΗ ΟΜΑΔΑ ΣΤΙΒΟΥ ΚΥΠΡΟΥ Κ18
- ΟΜΑΔΑ ΕΑΣ ΣΕΓΑΣ ΑΝΑΤΟΛΙΚΗΣ ΜΑΚΕΔΟΝΙΑΣ - ΘΡΑΚΗΣ (εκτός συναγωνισμού)

ΕΠΙΣΗΜΟΙ ΧΟΡΗΓΟΙ ΣΕΓΑΣ



ΜΕΓΑΛΟΙ ΧΟΡΗΓΟΙ ΣΕΓΑΣ



3. ΗΛΙΚΙΕΣ:

Στους αγώνες συμμετέχουν αθλητές - τριες της κατηγορίας Κ18 κάθε χώρας, γεννηθέντες - θείσες το 2007 - 2008 - 2009.

4. ΑΓΩΝΙΣΜΑΤΑ.

4.1 Κ18 ΑΝΔΡΩΝ :

ΔΡΟΜΟΙ:

100μ., 200μ., 400μ., 800μ., 1.500μ., 3.000μ., 2.000μ. Φ.Ε, 110μ. με Εμπ., 400μ. με Εμπ., 4Χ100μ., 4Χ400μ.

ΑΛΜΑΤΑ:

ΑΛΜΑ ΣΕ ΥΨΟΣ, ΑΛΜΑ ΕΠΙ ΚΟΝΤΩ, ΑΛΜΑ ΣΕ ΜΗΚΟΣ, ΑΛΜΑ ΤΡΙΠΛΟΥΝ.

ΡΙΨΕΙΣ:

ΣΦΑΙΡΟΒΟΛΙΑ, ΔΙΣΚΟΒΟΛΙΑ , ΣΦΥΡΟΒΟΛΙΑ, ΑΚΟΝΤΙΣΜΟΣ.

ΣΥΝΘΕΤΑ:

ΔΕΚΑΘΛΟ

4.2 Κ18 ΓΥΝΑΙΚΩΝ:

ΔΡΟΜΟΙ:

100μ., 200μ., 400μ., 800μ., 1.500μ., 3.000μ., 2.000μ. Φ.Ε., 100μ.Εμπ., 400μ.Εμπ., 4Χ100μ., 4Χ400μ.

ΑΛΜΑΤΑ:

ΑΛΜΑ ΣΕ ΥΨΟΣ, ΑΛΜΑ ΕΠΙ ΚΟΝΤΩ, ΑΛΜΑ ΣΕ ΜΗΚΟΣ, ΑΛΜΑ ΤΡΙΠΛΟΥΝ.

ΡΙΨΕΙΣ:

ΣΦΑΙΡΟΒΟΛΙΑ, ΔΙΣΚΟΒΟΛΙΑ, ΣΦΥΡΟΒΟΛΙΑ, ΑΚΟΝΤΙΣΜΟΣ.

ΣΥΝΘΕΤΑ:

ΕΠΤΑΘΛΟ

5. ΚΑΤΑΝΟΜΗ ΑΓΩΝΙΣΜΑΤΩΝ ΑΝΑ ΗΜΕΡΑ:

Κ18 Ανδρών		Κ18 Γυναικών	
1^η ημέρα	2^η ημέρα	1^η ημέρα	2^η ημέρα
100μ.	200μ.	100μ.	200μ.
400μ.	800μ.	400μ.	800μ.
1500μ.	3000μ.	1500μ.	3000μ.
110μ.Εμπ.	400μ.Εμπ.	100μ.Εμπ.	400μ.Εμπ.
2000μ. Φ.Ε.		2000μ. Φ.Ε.	
4Χ100μ.	4Χ400μ.	4Χ100μ.	4Χ400μ.
Άλμα Τριπλούν	Άλμα σε Μήκος	Άλμα Τριπλούν	Άλμα σε Μήκος
Άλμα Επί Κοντώ	Άλμα σε Ύψος	Άλμα σε Ύψος	Άλμα Επί Κοντώ
Σφαιροβολία	Δισκοβολία	Δισκοβολία	Σφαιροβολία
Σφυροβολία	Ακοντισμός	Ακοντισμός	Σφυροβολία
Δέκαθλο	Δέκαθλο	Έπταθλο	Έπταθλο

6. ΟΡΓΑΝΑ ΡΙΨΕΩΝ - ΥΨΗ - ΑΠΟΣΤΑΣΕΙΣ ΕΜΠΟΔΙΩΝ - ΒΑΛΒΙΔΕΣ ΤΡΙΠΛΟΥΝ:

6.1 Όργανα ριψεων:

Κατηγορία	Σφαίρα	Δίσκος	Ακόντιο	Σφύρα
Κ18 Άνδρες	5κιλά	1,5κιλό	700γρ.	5κιλά
Κ18 Γυναίκες	3κιλά	1κιλό	500γρ.	3κιλά

6.2 Ύψη & αποστάσεις εμποδίων:

Κατηγορία	Αγώνισμα	Αριθμός εμποδίων	Ύψος εμποδίου	Αφαιτηρία - 1 ^ο εμπόδιο	Ενδιάμεση απόσταση	Τελευταίο - τερματισμός
K18 Ανδρών	110μ. Εμπόδια	10	0,91μ.	13,72μ.	9,14μ.	14,02μ.
	400μ. Εμπόδια	10	0,84μ.	45μ.	35μ.	40μ.
	2.000μ. Φ.Ε.	18+5	0,91μ.			
K18 Γυναικών	100μ. Εμπόδια	10	0,76μ.	13μ.	8,50μ.	10,50μ.
	400μ. Εμπόδια	10	0,76μ.	45μ.	35μ.	40μ.
	2.000μ. Φ.Ε.	18+5	0,76μ.			

6.3 Βαλβίδες τριπλούν : Άνδρες K18 στα 13 & 11 μέτρα. Γυναίκες K18 στα 11 & 9 μέτρα.

7. ΔΙΑΔΟΧΙΚΑ ΥΨΗ (προτεινόμενα)*:

7.1 K18 ΑΝΔΡΩΝ:

- ΑΛΜΑ ΣΕ ΥΨΟΣ: 1.70μ. - 1.80μ. - 1.85μ. - 1.90μ. - 1.93μ. - 1.96μ. - 1.98μ. και στη συνέχεια ανά 2 εκ.
- ΑΛΜΑ ΕΠΙ ΚΟΝΤΩ: 2.80μ. - 3.00μ. - 3.20μ. - 3.40μ. - 3.50μ. και ανά 10εκ. έως τα 4.40μ. και στη συνέχεια ανά 5 εκ.

7.2 K18 ΓΥΝΑΙΚΩΝ :

- ΑΛΜΑ ΣΕ ΥΨΟΣ: 1.40μ. - 1.45μ. - 1.50μ. - 1.55μ. - 1.60μ. - 1.63μ. - 1.66μ. - 1.68μ. και στη συνέχεια ανά 2εκ.
- ΑΛΜΑ ΕΠΙ ΚΟΝΤΩ: 2.40μ. - 2.60μ. - 2.80μ. - 2.90μ. - 3.00μ. - 3.10μ.- 3.20μ. και στη συνέχεια ανά 5 εκ.

* τα διαδοχικά ύψη θα οριστικοποιηθούν στην Τεχνική Σύσκεψη.

8. ΤΕΧΝΙΚΗ ΣΥΣΚΕΨΗ:

Η Τεχνική Σύσκεψη θα πραγματοποιηθεί την **Τρίτη 30 Ιουλίου 2024** και ώρα **21:00**, στο ξενοδοχείο διαμονής της Κυπριακής Ομάδας.

9. ΣΥΜΜΕΤΟΧΕΣ - ΒΑΘΜΟΛΟΓΙΑ:

Στα ατομικά αγώνισμα από κάθε χώρα συμμετέχουν δύο αθλητές-τριες και η βαθμολογία θα είναι: 5 - 3 - 2 - 1β.

Στις σκυταλοδρομίες 4Χ100μ. και 4Χ400μ., κάθε χώρα συμμετέχει με μία ομάδα και η βαθμολογία θα είναι: 5 - 2β.

10. ΕΠΑΘΛΑ:

Στους τρεις (3) πρώτους νικητές - νικήτριες των ατομικών αγωνισμάτων θα απονεμηθούν έπαθλα: .

- Στους πρώτους - τες: Κύπελλο - Δίπλωμα - Μετάλλιο.
- Στους δεύτερους & τρίτους - τες: Δίπλωμα - Μετάλλιο.

Στη νικήτρια ομάδα - χώρα της ομαδικής βαθμολογίας (συνολική βαθμολογία K18 Ανδρών & K18 Γυναικών) θα απονεμηθεί κύπελλο.

11. ΑΙΘΟΥΣΑ ΚΛΗΣΗΣ:

11.1 Τοποθεσία Αίθουσας Κλήσης

Η Αίθουσα Κλήσης θα λειτουργήσει στην Νότια είσοδο του σταδίου. Οι αθλητές-αθλήτριες θα εισέρχονται στον αγωνιστικό χώρο προκειμένου να αγωνιστούν **ΠΑΝΤΑ** με τη συνοδεία κριτών της Αίθουσας Κλήσης.

11.2 Ώρα έναρξης λειτουργίας Αίθουσας Κλήσης

Η έναρξη λειτουργίας της Αίθουσας Κλήσης θα πραγματοποιείται **1:45** πριν την έναρξη του πρώτου αγωνίσματος του προγράμματος (πρωινού ή απογευματινού).

11.3 Δήλωση παρουσίας αθλητών-αθλητριών σε Αίθουσα Κλήσης

Η σωστή τήρηση του ωρολογίου προγράμματος κάθε διοργάνωσης εξαρτάται σε μεγάλο βαθμό από την εύρυθμη λειτουργία της Αίθουσας Κλήσης και συγκεκριμένα από την σωστή τήρηση του ωραρίου δήλωσης της παρουσίας των αθλητών-αθλητριών σε αυτήν.

Για τον λόγο αυτό οι **ΑΡΧΗΓΟΙ ΤΩΝ ΑΠΟΣΤΟΛΩΝ** θα πρέπει να εξασφαλίσουν ότι όλοι οι αθλητές τους είναι ενημερωμένοι **για τις ώρες δήλωσης παρουσίας** στην Αίθουσα Κλήσης.

ΠΡΟΣΟΧΗ: Ο Αρχηγός κάθε Αποστολής είναι ο μοναδικός αρμόδιος για τις δηλώσεις στα αγωνίσματα των σκυταλοδρομιών, οι οποίες θα πρέπει να πραγματοποιούνται **1:30** πριν την έναρξη του αγωνίσματος.

11.3.1 Παρουσία Αίθουσα Κλήσης

- Παρουσία - δήλωση αθλητή **το αργότερο 1:15** ώρα πριν την ώρα έναρξης του αγωνίσματος. Ειδικά για τα αγωνίσματα του Άλματος Επί Κοντώ και του Άλματος σε Ύψος οι αθλητές θα πρέπει να παρουσιάζονται **1:30** πριν την έναρξη του αγωνίσματος.
- Χρόνος ολοκλήρωσης των συμμετοχών (κλείσιμο πινακίου)

Αναλυτικά:

Αγώνισμα	Δήλωση παρουσίας σε Αίθουσα Κλήσης (τμήμα γραμματείας)*	Ολοκλήρωση δηλώσεων & κλείσιμο πινακίου*
Δρομικά αγωνίσματα	1:15	1:00
Οριζόντια Άλματα & Ρίψεις	1:15	1:00
Άλμα σε Ύψος	1:30	1:15
Άλμα Επί Κοντώ	1:30	1:15

*πριν την ώρα έναρξης του συγκεκριμένου αγωνίσματος

11.3.2 Έλεγχος δελτίων αθλητικής ιδιότητας

Όλοι οι αθλητές - αθλήτριες πρέπει να παρουσιάζονται **ΑΥΤΟΠΡΟΣΩΠΩΣ** στην Αίθουσα Κλήσης, για να δηλώσουν την παρουσία τους, προσκομίζοντας **ΑΠΑΡΑΙΤΗΤΑ ΤΟ ΔΕΛΤΙΟ ΑΘΛΗΤΙΚΗΣ ΙΔΙΟΤΗΤΑΣ ΚΑΘΩΣ ΚΑΙ ΤΗΝ ΚΑΡΤΑ ΥΓΕΙΑΣ ΑΘΛΗΤΗ** και με χρόνο προσέλευσης σύμφωνα με τα όσα αναφέρονται στην παράγραφο 11.3.1 της παρούσας προκήρυξης.

Σημείωση: Οι υπεύθυνοι της αίθουσας κλήσης θα ελέγχουν τα **Δελτία της Αθλητικής Ιδιότητας και την Κάρτα Υγείας Αθλητή** των αγωνιζομένων και δεν θα καταχωρούν στα πινάκια κανένα αθλητή του οποίου τα παραπάνω έγγραφα δεν είναι σύμφωνα με όσα ορίζουν οι νόμοι καθώς και η παρούσα προκήρυξη (παράγραφος 14).

11.4 Υπόλοιπες Διαδικασίες Αίθουσας Κλήσης - Παρουσία, Έλεγχος αθλητών & Συνοδεία σε Αγωνιστικό Χώρο

Οι υπόλοιπες διαδικασίες λειτουργίας της Αίθουσας Κλήσης, όπως η συγκέντρωση των αθλητών και η διεξαγωγή όλων των απαραίτητων ελέγχων που εφαρμόζονται στις Διεθνείς Διοργανώσεις, σύμφωνα με τους κανονισμούς της Παγκόσμιας Ομοσπονδίας Στίβου (World Athletics), πρόκειται να εφαρμοστούν κατά τη διάρκεια της Διεθνούς Συνάντησης.

11.4.1 Παρουσία των αθλητών-αθλητριών στην Αίθουσα κλήσης για έλεγχο πριν την έναρξη του αγωνίσματος

Με ευθύνη των αρχηγών των αποστολών οι αθλητές θα πρέπει να ενημερωθούν για τις συγκεκριμένες ώρες εισόδου στην Αίθουσα Κλήσης - Τμήμα Ελέγχου, προκειμένου να διεξαχθούν όλοι οι προκαθορισμένοι έλεγχοι καθώς και να εισέλθουν στον αγωνιστικό χώρο με τη συνοδεία κριτών.

Αθλητές – αθλήτριες που προσέρχονται καθυστερημένα στην Αίθουσα Κλήσης – Τμήμα Ελέγχου θα αποκλείονται από τη συμμετοχή τους στο αγώνισμα.

Οι αθλητές θα πρέπει να παρουσιάζονται στην Αίθουσα Κλήσης – Τμήμα Ελέγχου τις ώρες που αναφέρονται, πριν από την ώρα έναρξης του αγωνίσματός τους, στον παρακάτω πίνακα:

Αγώνισμα	Είσοδος σε Αίθουσα Κλήσης (τμήμα ελέγχου)	Έξοδος από Αίθουσα Κλήσης (τμήμα ελέγχου)	Άφιξη σε χώρο αγωνίσματος
Δρομικά αγώνισματα (εκτός εμποδίων)	20 λεπτά	15 λεπτά	10 λεπτά
Αγώνισματα εμποδίων	25 λεπτά	20 λεπτά	15 λεπτά
Οριζόντια Άλματα & Ρίψεις	40 λεπτά	35 λεπτά	30 λεπτά
Άλμα σε Ύψος	45 λεπτά	40 λεπτά	35 λεπτά
Άλμα Επί Κοντώ	60 λεπτά	55 λεπτά	50 λεπτά

11.4.2 Έλεγχοι αθλητών

Οι παρακάτω έλεγχοι θα διεξάγονται στα αντικείμενα τα οποία και θα πρέπει να είναι σύμφωνα με τους κανονισμούς Διαφήμισης και Αγώνων της Παγκόσμιας Ομοσπονδίας Στίβου (WA).

- Αγωνιστική στολή
- Αγωνιστικά παπούτσια (σύμφωνα με το Άρθρο 5 των Τεχνικών κανονισμών της WA)
- Φόρμα
- Τσάντες
- Αντικείμενα που δεν είναι εγκεκριμένα (Πίνακας 2) για είσοδο στον αγωνιστικό χώρο (ραδιόφωνο, walkman, κινητά τηλέφωνα, κάμερες κ.α.) θα παρακρατούνται και θα επιστρέφονται στους κατόχους τους σε συγκεκριμένο χώρο της Αίθουσας Κλήσης, με την επίδειξη της απόδειξης.

ΟΙ ΑΡΧΗΓΟΙ ΤΩΝ ΑΠΟΣΤΟΛΩΝ ΕΙΝΑΙ ΥΠΟΧΡΕΩΜΕΝΟΙ ΝΑ ΕΝΗΜΕΡΩΣΟΥΝ ΤΟΥΣ ΑΘΛΗΤΕΣ - ΑΘΛΗΤΡΙΕΣ ΤΟΥΣ ΓΙΑ ΝΑ ΜΗΝ ΠΡΟΣΚΟΜΙΖΟΥΝ ΑΠΑΓΟΡΕΥΜΕΝΑ ΕΙΔΗ ΣΤΗΝ ΑΙΘΟΥΣΑ ΚΛΗΣΗΣ ΠΡΟΚΕΙΜΕΝΟΥ ΟΙ ΔΙΑΔΙΚΑΣΙΕΣ ΝΑ ΔΙΕΞΑΓΟΝΤΑΙ ΑΠΡΟΣΚΟΠΤΑ ΚΑΙ ΧΩΡΙΣ ΚΑΘΥΣΤΕΡΗΣΕΙΣ.

11.4.3 Συνοδεία αθλητών σε χώρο διεξαγωγής του αγωνίσματος

Μετά την ολοκλήρωση των ελέγχων οι αθλητές θα συνοδεύονται από κριτές στον χώρο διεξαγωγής του αγωνίσματός τους. Κανείς αθλητής δεν θα εισέρχεται από μόνος του στον αγωνιστικό χώρο.

12. ΓΕΝΙΚΕΣ ΔΙΑΤΑΞΕΙΣ:

12.1 Κανονισμοί

Οι αγώνες θα διεξαχθούν σύμφωνα με τους ισχύοντες κανονισμούς αγώνων στίβου της World Athletics καθώς και του Σ.Ε.Γ.Α.Σ.

12.2 Κλήρωση διαδρόμων και σειρά συμμετοχής σε αγώνισματα Κονίστρας

Οι κληρώσεις των διαδρόμων στα Δρομικά αγώνισματα καθώς και η σειρά συμμετοχής στα αγώνισματα Κονίστρας εμφανίζεται στον Πίνακα 1.

12.3 Αγωνιστική στολή-εμφάνιση & φόρμα αθλητών (άρθρο 5)

Οι αθλητές-τριες, που εκπροσωπούν τις δύο χώρες και αγωνίζονται εντός συναγωνισμού, θα πρέπει να φορούν και να αγωνίζονται **ΜΟΝΟ** με την επίσημη στολή της χώρας τους. Εξαιρέση αποτελούν οι μετέχοντες αθλητές – αθλήτριες εκτός συναγωνισμού. Οι αρχηγοί των αποστολών θα πρέπει να βεβαιωθούν ότι οι Κανονισμοί της Παγκόσμιας Ομοσπονδίας Στίβου (World Athletics) που αφορούν τη Διαφήμιση θα εφαρμόζονται και οι οποίοι είναι διαθέσιμοι στην ηλεκτρονική διεύθυνση: <https://www.worldathletics.org/about-iaaf/documents/book-of-rules>

Στην περίπτωση που η αγωνιστική εμφάνιση ή η φόρμα δεν είναι σύμφωνα με όσα ορίζουν οι Κανονισμοί, οι υπεύθυνοι των αποστολών με δική τους ευθύνη και πριν την είσοδο των αθλητών

στην Αίθουσα Κλήσης, θα πρέπει να φροντίσουν να καλύψουν τα μέρη εκείνα της στολής που είναι αντίθετα με τον κανονισμό με κατάλληλο υλικό το οποίο κατά τη διάρκεια του αγώνα δεν θα αποκολλάται.

ΣΤΟΥΣ ΑΘΛΗΤΕΣ-ΤΡΙΕΣ ΠΟΥ Η ΑΓΩΝΙΣΤΙΚΗ ΣΤΟΛΗ ή Η ΦΟΡΜΑ ΕΙΝΑΙ ΔΙΑΦΟΡΕΤΙΚΗ ΑΠΟ ΑΥΤΗ ΤΗΣ ΕΠΙΣΗΜΗΣ ΑΓΩΝΙΣΤΙΚΗΣ ΣΤΟΛΗΣ & ΦΟΡΜΑΣ ΤΗΣ ΧΩΡΑΣ ΤΟΥΣ ή ΔΕΝ ΣΥΜΜΟΡΦΩΝΟΝΤΑΙ ΜΕ ΟΣΑ ΑΝΑΦΕΡΟΝΤΑΙ ΠΑΡΑΠΑΝΩ ΓΙΑ ΤΗ ΔΙΑΦΗΜΙΣΗ ΔΕΝ ΘΑ ΤΟΥΣ ΕΠΙΤΡΕΠΕΤΑΙ ΝΑ ΑΓΩΝΙΣΤΟΥΝ.

ΠΡΟΣΟΧΗ: Η ΤΕΛΕΤΗ ΑΠΟΝΟΜΗΣ ΜΕΤΑΛΛΙΩΝ, ΟΙ ΣΥΝΕΝΤΕΥΞΕΙΣ ΤΥΠΟΥ ΠΟΥ ΟΡΓΑΝΩΝΟΝΤΑΙ ΑΠΟ ΤΟΝ ΔΙΟΡΓΑΝΩΤΗ (εντός ή εκτός Σταδίου), ΤΑ FLASH INTERVIEWS (σύντομες δηλώσεις σε TV ή οποιοδήποτε άλλο μέσο), Ο «ΓΥΡΟΣ ΘΡΙΑΜΒΟΥ» ΚΑΘΩΣ ΚΑΙ ΟΙ ΠΑΝΗΓΥΡΙΣΜΟΙ ΕΝΤΟΣ ΤΟΥ ΑΓΩΝΙΣΤΙΚΟΥ ΧΩΡΟΥ, ΑΠΟΤΕΛΟΥΝ ΜΕΡΟΣ ΤΟΥ ΠΡΩΤΑΘΛΗΜΑΤΟΣ ΚΑΙ Η ΕΜΦΑΝΙΣΗ ΤΩΝ ΑΘΛΗΤΩΝ ΟΣΟΝ ΑΦΟΡΑ ΤΗΝ ΕΝΔΥΜΑΣΙΑ ΤΟΥΣ ΘΑ ΠΡΕΠΕΙ ΝΑ ΕΙΝΑΙ ΣΥΜΦΩΝΑ ΜΕ ΟΣΑ ΑΝΑΦΕΡΟΝΤΑΙ ΣΤΗΝ ΠΑΡΟΥΣΑ ΠΡΟΚΗΡΥΞΗ.

12.4 Αγωνιστικά παπούτσια Άρθρο 5 παράγραφος 5.3, 5.4, 5.5, 5.6 / βλέπε Πίνακα 3

Όλα τα αγωνιστικά παπούτσια πρέπει να είναι σύμφωνα με το Άρθρο 5 (TR5) των Τεχνικών Κανονισμών της Παγκόσμιας Ομοσπονδίας Στίβου (World Athletics), συμπεριλαμβανομένων των διαστάσεων της σόλας, του τακουινιού καθώς και των καρφιών (spikes). Είναι ευθύνη των αθλητών να διασφαλίσουν ότι τα παπούτσια που θα χρησιμοποιηθούν στον αγώνα περιέχονται στην τρέχουσα λίστα των εγκεκριμένων μοντέλων παπουτσιών της World Athletics (<https://www.worldathletics.org/about-iaaf/documents/technical-information>).

Σε περίπτωση μη συμμόρφωσης με το Άρθρο 5 (TR5) ή τη λίστα των εγκεκριμένων παπουτσιών, μπορεί να μην επιτραπεί σε αθλητή να αγωνιστεί ή να αποκλειστεί μετά τον αγώνα και η επίδοσή του στο αγώνισμα ή στα αγωνίσματα που συμμετείχε να ακυρωθεί.

Τα παπούτσια θα ελέγχονται στην Αίθουσα Κλήσης όπως και τα υπόλοιπα είδη (π.χ. ένδυση, αντικείμενα που εισέρχονται στον αγωνιστικό χώρο κ.α.).

Για τον λόγο αυτό:

- προτρέπουμε τους αθλητές να συμβουλευόμαστε την παραπάνω επικαιροποιημένη λίστα μοντέλων ΠΡΙΝ προβούν σε αγορά αγωνιστικών παπουτσιών.
- συμβουλεύουμε τους αθλητές που πρόκειται να αγωνιστούν και διατηρούν αμφιβολία ως προς την εγκυρότητα χρήσης των αγωνιστικών τους παπουτσιών, προπάντων για μη spikes, να προσέρχονται στην Αίθουσα Κλήσης έχοντας προνοήσει και για άλλη εναλλακτική και αποδεκτή λύση.

12.5 Αριθμοί συμμετοχής

Κάθε αθλητής θα λαμβάνει έναν (1) προσωπικό αριθμό και ο οποίος θα πρέπει να τοποθετείται στο μπροστινό μέρος της αγωνιστικής ενδυμασίας.

Εξαιρούνται οι αθλητές των ΑΛΜΑΤΩΝ (οριζοντίων & καθέτων) οι οποίοι επιτρέπεται να τοποθετούν τον αριθμό συμμετοχής μπροστά ή πίσω στην αγωνιστική ενδυμασία τους.

Οι αριθμοί συμμετοχής πρέπει να συγκρατούνται με τις 4 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.

ΠΡΟΣΟΧΗ: ΟΙ ΑΡΙΘΜΟΙ ΣΥΜΜΕΤΟΧΗΣ ΔΕΝ ΠΡΕΠΕΙ ΝΑ ΚΟΒΟΝΤΑΙ, ΝΑ ΔΙΠΛΩΝΟΝΤΑΙ ΚΑΘΩΣ ΚΑΙ ΝΑ ΚΑΛΥΠΤΟΝΤΑΙ ΜΕ ΟΠΟΙΟΝΔΗΠΟΤΕ ΤΡΟΠΟ.

12.6 Ενοτάσεις και εφέσεις (άρθρο 8 Τεχνικών Κανονισμών)

Οι ενοτάσεις - διαμαρτυρίες (protests) και οι εφέσεις (appeals) επιτρέπονται και θα διεκπεραιώνονται σύμφωνα με τον Κανονισμό 8 της World Athletics. Αναλυτικά:

- Αρχικά, οι ενοτάσεις θα πρέπει να υποβάλλονται **προφορικά** στον Έφορο από έναν αθλητή ή από κάποιον που ενεργεί για λογαριασμό του ή από έναν επίσημο εκπρόσωπο της χώρας (άρθρο 8.3 πρώην 146.3). Το πρόσωπο ή η ομάδα αυτή θα μπορεί να υποβάλλει ένσταση μόνον αν αγωνίζεται στον ίδιο γύρο του αγωνίσματος με τον οποίο η ένσταση (ή η επακόλουθη έφεση) σχετίζεται (ή αγωνίζεται σε έναν αγώνα στον οποίο εφαρμόζεται ομαδική βαθμολογία).
- Στην περίπτωση που ο συγκεκριμένος Έφορος δεν είναι προσβάσιμος ή διαθέσιμος, η ένσταση θα πρέπει να υποβάλλεται σε αυτόν μέσω του Κέντρου Τεχνικών Πληροφοριών (αν υπάρχει) ή μέσω του Αλυτάρχη. Ενοτάσεις που αφορούν το αποτέλεσμα ή τη διεξαγωγή ενός αγωνίσματος θα υποβάλλονται **εντός 30 λεπτών από την επίσημη αναγγελία του αποτελέσματος** του αγωνίσματος αυτού.
- Αν η απόφαση του Εφόρου δεν ικανοποιεί τον αθλητή ή την ομάδα τότε θα πρέπει να υποβάλλεται γραπτή έφεση προς την Ελλανόδικο Επιτροπή είτε μέσω του Κέντρου Τεχνικών Πληροφοριών (αν υπάρχει) είτε μέσω του Αλυτάρχη.
- Κάθε γραπτή έφεση προς την Ελλανόδικο Επιτροπή θα πρέπει να γίνεται με βάση το άρθρο 8.7 (πρώην 146.7) και να υπογράφεται από τον εκπρόσωπο της ομάδας, εκ μέρους του αθλητή και να υποβάλλεται **εντός 30 λεπτών από την επίσημη ανακοίνωση της απόφασης του Εφόρου** ή από την ενημέρωση που δόθηκε προς εκείνους που υπέβαλαν την ένσταση, όταν δεν υπάρχει διόρθωση κανενός αποτελέσματος.
- Η γραπτή έφεση **θα συνοδεύεται από το ποσό των 75€** το οποίο θα παρακρατείται εάν η έφεση δεν γίνει δεκτή. Η απόφαση της Ελλανόδικου Επιτροπής θα παρέχεται γραπτώς.

12.7 Επίλυση τεχνικών θεμάτων

Ότι δεν προβλέπεται από την Προκήρυξη θα ρυθμίζεται από τον Τεχνικό Υπεύθυνο και τον Αλυτάρχη των Αγώνων, σύμφωνα με τους κανονισμούς.

12.8 Παράδοση αριθμών

Οι αριθμοί των αθλητών - αθλητριών θα παραδίδονται στους Εκπροσώπους των Σωματείων στην Αίθουσα Κλήσεως **1:30** πριν την έναρξη των Αγώνων.

13. ΤΕΛΕΤΗ ΕΝΑΡΞΗΣ:

Κατά την Τελετή Έναρξης θα γίνει παρέλαση των Εθνικών Ομάδων, που θα την αποτελούν εννιά (9) αθλητές -τριες και ο σημαιοφόρος κάθε χώρας.

14. ΙΑΤΡΙΚΕΣ ΕΞΕΤΑΣΕΙΣ:

Με την φροντίδα και την ευθύνη των αρχηγών των αποστολών οι αθλητές και οι αθλήτριες θα πρέπει να έχουν εξετασθεί ιατρικώς πριν από τους αγώνες και να έχουν στην κατοχή τους την Κάρτα Υγείας Αθλητή, θεωρημένη σύμφωνα με την ισχύουσα νομοθεσία.

Η έκδοση της Κάρτας Υγείας Αθλητή (πιστοποίηση της υγείας των αθλητών και αθλητριών) είναι υποχρεωτική και αποτελεί προϋπόθεση για τη συμμετοχή τους σε προπονήσεις και αγώνες, σύμφωνα με τα οριζόμενα στο άρθρο 16 του νόμου 4479/2017 και τον Γενικό Κανονισμό Οργάνωσης και Διεξαγωγής Πρωταθλημάτων και Αγώνων του Σ.Ε.Γ.Α.Σ.

Η Κάρτα Υγείας Αθλητή ισχύει για ένα (1) έτος από την θεώρησή της.

ΣΕ ΚΑΘΕ ΠΕΡΙΠΤΩΣΗ ΓΙΑ ΘΕΜΑΤΑ ΠΟΥ ΑΦΟΡΟΥΝ ΤΗΝ ΥΓΕΙΑ ΤΩΝ ΑΘΛΗΤΩΝ - ΤΡΙΩΝ ΑΛΛΑ ΚΑΙ ΓΙΑ ΚΑΘΕ ΠΙΘΑΝΟ ΠΡΟΒΛΗΜΑ ΠΟΥ ΘΑ ΠΑΡΟΥΣΙΑΣΤΕΙ ΚΑΤΑ ΤΗ ΔΙΑΡΚΕΙΑ ΤΩΝ ΑΓΩΝΩΝ ΚΑΙ ΟΦΕΙΛΕΤΑΙ ΣΕ ΕΛΛΕΙΨΗ ΠΡΟΛΗΠΤΙΚΟΥ ΙΑΤΡΙΚΟΥ ΕΛΕΓΧΟΥ, ΥΠΕΥΘΥΝΟΙ ΕΙΝΑΙ ΟΙ ΕΚΠΡΟΣΩΠΟΙ ΤΩΝ ΧΩΡΩΝ ΚΑΙ ΣΕ ΚΑΜΜΙΑ ΠΕΡΙΠΤΩΣΗ Η ΔΙΟΡΓΑΝΩΤΡΙΑ ΑΡΧΗ ΠΟΥ ΕΙΝΑΙ Ο ΣΕΓΑΣ.

15. ΥΓΕΟΝΟΜΙΚΗ ΚΑΛΥΨΗ:

15.1 Η ΕΑΣ ΣΕΓΑΣ Ανατολικής Μακεδονίας & Θράκης σε συνεργασία με τον Δήμο Παγγαίου θα διασφαλίσουν την παροχή ιατρικής φροντίδας καθώς και ασθενοφόρου καθ' όλη τη διάρκεια διεξαγωγής των αγωνισμάτων καθώς και των προπονήσεων.

15.2 Υπεύθυνος της Υγειονομικής Υπηρεσίας ορίζεται ο ιατρός κ. Σπύρος Σεραφίδης με Α.Μ. 127457

16. ΕΛΕΓΧΟΣ DOPING:

Η Διεθνής συνάντηση Ελλάδας - Κύπρου αποτελεί αγώνα για τον οποίο έχει αποσταλεί αλληλογραφία στο Εθνικό Συμβούλιο Καταπολέμησης του Ντόπινγκ (ΕΟΚΑΝ) για τη διενέργεια ελέγχου Doping στους συμμετέχοντες αθλητές και αθλήτριες.

Η διαδικασία ελέγχου Doping που διενεργείται από τον ΕΟΚΑΝ είναι σύμφωνα με τους Κανονισμούς Anti-Doping (Anti-Doping Rules) της Παγκόσμιας Ομοσπονδίας Στίβου (World Athletics).

17. ΟΡΓΑΝΩΤΙΚΟΣ ΕΚΠΡΟΣΩΠΟΣ:

Οργανωτικός Εκπρόσωπος ορίζεται ο Ταμίας του Δ.Σ. του Σ.Ε.Γ.Α.Σ. και Πρόεδρος της Επιτροπής Αγώνων και Υποδομών **κ. Ιωάννης Λιούμπας**.

18. ΤΕΧΝΙΚΟΣ ΥΠΕΥΘΥΝΟΣ:

Τεχνικός Υπεύθυνος ορίζεται, ο Διευθυντής Αγώνων ΣΕΓΑΣ **κ. Ανδρέας Γκόγκας** με καθήκοντα και αρμοδιότητες που αναφέρονται στο άρθρο 4 των Κανονισμών Αγώνων Στίβου της Παγκόσμιας Ομοσπονδίας Στίβου (World Athletics) καθώς και το άρθρο 16 του Γενικού Κανονισμού Οργάνωσης και Διεξαγωγής Πρωταθλημάτων και Αγώνων Στίβου, σε συνεργασία με τον Αλυτάρχη του πρωταθλήματος.

19. ΤΕΧΝΙΚΟΙ ΥΠΕΥΘΥΝΟΙ ΕΓΚΑΤΑΣΤΑΣΗΣ & ΣΥΝΕΡΓΑΤΕΣ ΕΓΚΑΤΑΣΤΑΣΗΣ & ΟΡΓΑΝΩΝ

Τεχνικοί Υπεύθυνοι Εγκατάστασης και Οργάνων ορίζονται, οι Επιτελικοί Τεχνικοί του ΣΕΓΑΣ κ.κ. **Χρήστος Χατζηβασιλείου, Δημήτρης Χαλβατζάρας, Βασίλης Πλάτωνας**, με Συντονιστές Τεχνικών Λειτουργιών τους Τεχνικούς της Επιτροπής Αγώνων σε Δημόσιο Δρόμο και Βουνό κ.κ. **Νότη Παπούλια & Άγγελο Προβατά** και τον Τεχνικό Σύμβουλο της ΕΑΣ ΣΕΓΑΣ ΑΝΑΤΟΛΙΚΗΣ ΜΑΚΕΔΟΝΙΑΣ & ΘΡΑΚΗΣ κ. **Αναστάσιο Μωυσιάδη**, οι οποίοι θα συνεργάζονται με τον Τεχνικό Υπεύθυνο των Αγώνων, τον Αλυτάρχη και τον Γυμνασιάρχο επί θεμάτων προετοιμασίας του αγωνιστικού χώρου, λειτουργίας των ηλεκτρονικών συστημάτων και των οργάνων.

20. ΥΠΕΥΘΥΝΟΣ ΑΣΦΑΛΕΙΑΣ

Υπεύθυνος ασφαλείας ορίζεται ο Εμμανουήλ Δουρβετάκης, Αντιστράτηγος ΕΛ.ΑΣ. ε.α.

Με αθλητικούς χαιρετισμούς

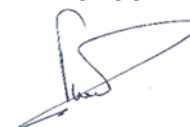
Η Πρόεδρος



Σοφία ΣΑΚΟΡΑΦΑ



Ο Γεν. Γραμματέας



Γιώργος ΓΙΑΤΡΟΥΔΑΚΗΣ

Συνημμένα:

- Ωρολόγιο Πρόγραμμα
- Πίνακας 1 - Διάδρομοι στα δρομικά αγωνίσματα και σειρά συμμετοχής στα αγωνίσματα κονίστρας
- Πίνακας 2 - Κατάσταση αντικειμένων που δεν επιτρέπονται στον αγωνιστικό χώρο
- Πίνακας 3 - Πάχους σόλας αγωνιστικού παπουτσιού

Κοινοποίηση:

ΕΑΣ ΣΕΓΑΣ ΑΝΑΤ ΜΑΚ ΘΡΑΚΗΣ

Ε.Ο.Κ.Α.Ν. -

Κεντρική Επιτροπή Κριτών ΣΕΓΑΣ

ΠΕΡΙΦΕΡΕΙΑΚΗ ΑΥΤΟΔΙΟΙΚΗΣΗ ΚΑΒΑΛΑΣ

ΔΗΜΟ ΠΑΓΓΑΙΟΥ

Εσωτερική διανομή Σ.Ε.Γ.Α.Σ.:

Γραφείο Εθνικών Ομάδων - Γραφείο Ανάπτυξης - Λογιστήριο - Γραφείο Τύπου - Στατιστική Υπηρεσία - Υγειονομική Υπηρεσία.

ΔΙΕΘΝΗΣ ΣΥΝΑΝΤΗΣΗ ΕΛΛΑΔΑ - ΚΥΠΡΟΣ Κ18
31 ΙΟΥΛΙΟΥ - 1 ΑΥΓΟΥΣΤΟΥ 2024
ΕΛΕΥΘΕΡΟΥΠΟΛΗ

Αγωνιστικό Πρόγραμμα

1η Ημέρα: Τετάρτη, 31 Ιουλίου 2024			
ΩΡΑ ΕΝΑΡΞΗΣ	ΑΓΩΝΙΣΜΑ	Α - Γ	Παρατηρήσεις
Πρωινό Πρόγραμμα			
9:30	100μ. με Εμπόδια	Έπταθλο (1)	
9:40	100μ.	Δέκαθλο (1)	
10:15	Άλμα σε Ύψος	Έπταθλο (2)	
10:20	Άλμα σε Μήκος	Δέκαθλο (2)	
11:10	Σφαιροβολία	Δέκαθλο (3)	
Απογευματινό πρόγραμμα			
17:30	Σφυροβολία	Α	
17:45	Άλμα σε Ύψος	Δέκαθλο (4)	
18:00	Τελετή Έναρξης		
18:20	110μ. με Εμπόδια	Α	
18:30	Σφαιροβολία	Έπταθλο (3)	
18:30	Δισκοβολία	Γ	
18:35	100μ. με Εμπόδια	Γ	
18:45	Άλμα Επί Κοντώ	Α	
18:45	Άλμα Τριπλούν	Α	
18:50	100μ.	Α	
18:55	100μ.	Γ	
19:20	400μ.	Α	
19:30	400μ.	Γ	
19:30	Άλμα σε Ύψος	Γ	
19:30	Σφαιροβολία	Α	
19:40	400μ.	Δέκαθλο (5)	
19:50	1.500μ.	Α	
20:00	Ακοντισμός	Γ	
20:00	1.500μ.	Γ	
20:05	Άλμα Τριπλούν	Γ	
20:15	200μ.	Έπταθλο (4)	
20:25	2.000μ. με Φ.Ε.	Α	
20:40	2.000μ. με Φ.Ε.	Γ	
21:00	4Χ100μ.	Α	
21:10	4Χ100μ.	Γ	

ΔΙΕΘΝΗΣ ΣΥΝΑΝΤΗΣΗ ΕΛΛΑΔΑ - ΚΥΠΡΟΣ Κ18

Αγωνιστικό Πρόγραμμα

2η Ημέρα: Πέμπτη, 1 Αυγούστου 2024			
ΩΡΑ ΕΝΑΡΞΗΣ	ΑΓΩΝΙΣΜΑ	Α - Γ	Παρατηρήσεις
Πρωινό Πρόγραμμα			
9:00	110μ. με Εμπόδια	Δέκαθλο (6)	
9:10	Άλμα σε Μήκος	Έπταθλο (5)	
9:45	Δισκοβολία	Δέκαθλο (7)	
10:05	Ακοντισμός	Έπταθλο (6)	
10:40	Άλμα Επί Κοντώ	Δέκαθλο (8)	
Απογευματινό πρόγραμμα			
17:00	Σφυροβολία	Γ	
18:00	Άλμα σε Μήκος	Α	
18:00	Δισκοβολία	Α	
18:00	Άλμα Επί Κοντώ	Γ	
18:20	400μ. με Εμπόδια	Α	
18:30	400μ. με Εμπόδια	Γ	
18:40	800μ.	Έπταθλο (7)	
18:50	800μ.	Α	
19:00	800μ.	Γ	
19:00	Ακοντισμός	Δέκαθλο (9)	
19:00	Άλμα σε Ύψος	Α	
19:15	200μ.	Α	
19:25	200μ.	Γ	
19:30	Σφαιροβολία	Γ	
19:30	Άλμα σε Μήκος	Γ	
19:40	3.000μ.	Α	
20:00	Ακοντισμός	Α	
20:00	3.000μ.	Γ	
20:20	1.500μ.	Δέκαθλο (10)	
20:35	4 x 400μ.	Α	
20:45	4 x 400μ.	Γ	

ΠΙΝΑΚΑΣ 1

Διαδρομές σε δρομικά αγωνίσματα και σειρά συμμετοχής σε αγωνίσματα κονίστρας ανά Χώρα

Αγώνισμα	Ελλάδα	Κύπρος
K18 Ανδρών		
100μ. - 110μ. με Εμπόδια	3 - 5	4 - 6
200μ. - 400μ. - 400μ. με Εμπόδια - 800μ.	4 - 6	5 - 7
1.500μ. - 3.000μ. - 2.000μ. Φ.Ε.	2 - 4	1 - 3
4X100μ.	5	4
4X400μ.	4	5
Μήκος - Επί Κοντώ - Σφαιροβολία - Ακοντισμός	2 - 4	1 - 3
Ύψος - Τριπλούν - Δισκοβολία - Σφυροβολία	1 - 3	2 - 4
K18 Γυναικών		
100μ. - 110μ. με Εμπόδια	4 - 6	3 - 5
200μ. - 400μ. - 400μ. με Εμπόδια - 800μ.	5 - 7	4 - 6
1.500μ. - 3.000μ. - 2.000μ. Φ.Ε.	1 - 3	2 - 4
4X100μ.	4	5
4X400μ.	5	4
Μήκος - Επί Κοντώ - Σφαιροβολία - Ακοντισμός	1 - 3	2 - 4
Ύψος - Τριπλούν - Δισκοβολία - Σφυροβολία	2 - 4	1 - 3

ΠΙΝΑΚΑΣ 2

ΚΑΤΑΛΟΓΟΣ ΑΝΤΙΚΕΙΜΕΝΩΝ ΠΟΥ ΔΕΝ ΕΠΙΤΡΕΠΟΝΤΑΙ ΣΤΟΝ ΑΓΩΝΙΣΤΙΚΟ ΧΩΡΟ

- Κινητά τηλέφωνα
- Music Players (MP3s, CD-players, iPod ή συναφή)
- Ράδιο δέκτες ή πομπούς
- Φωτογραφικές μηχανές ή βιντεοκάμερες
- Συστήματα αναπαραγωγής/εγγραφής βίντεο και κασετών
- Συσκευές υπολογιστών
- Παπούτσια με καρφιά (spikes) περισσότερα από αυτά που ορίζονται στους κανονισμούς
- Μεγάλου μεγέθους ανταλλακτικά καρφιά (spikes)
- Όργανα ρίψεων ή τμήματα οργάνων
- Ταινία επκόλλησης, κιμωλία κ.λπ. για να μπαίνουν σημάδια (διαφορετικά από αυτά που παρέχει η ΤΟΕ)
- Κάθε άλλο αντικείμενο θεωρείται ακατάλληλο από το προσωπικό του Call Room

ΠΙΝΑΚΑΣ 3

Πίνακας πάχους σόλας αγωνιστικού παπουτσιού

Σε ισχύ μέχρι 31 Οκτωβρίου 2024

Αγώνισμα	Μέγιστο πάχος της σόλας (σύμφωνα με τον Κανονισμό 10.6).	Επιπλέον απαίτηση / Σημείωση
Αγώνισματα Κονίστρας (εκτός από Άλμα Τριπλούν)	20mm	Ισχύει για όλα τα Ριπτικά Αγώνισματα και τα Άλματα εκτός από το Άλμα Τριπλούν. Για όλα τα Αγώνισματα Κονίστρας, η σόλα στο κέντρο του μπροστινού μέρους του ποδιού του αθλητή δεν πρέπει να είναι ψηλότερη από τη σόλα στο κέντρο της φτέρνας του αθλητή που αναφέρεται στους Κανονισμούς 10.3 και 10.4 (δηλαδή στο κεντρικό σημείο του παπουτσιού στο 12% και στο 75% του εσωτερικού μήκους των παπουτσιών).
Άλμα Τριπλούν	25mm	Η σόλα στο κέντρο του μπροστινού μέρους του ποδιού του αθλητή δεν πρέπει να είναι ψηλότερη από τη σόλα στο κέντρο της φτέρνας του αθλητή που αναφέρεται στους Κανονισμούς 10.3 και 10.4 (δηλαδή στο κεντρικό σημείο του παπουτσιού στο 12% και στο 75% του εσωτερικού μήκους των παπουτσιών)..
Αγώνισματα Δρόμων (συμπεριλαμβανομένων των αγωνισμάτων με εμπόδια) μέχρι 800μ. <u>χωρίς να συμπεριλαμβάνει</u> τα 800μ.	20mm	Για τις Σκυταλοδρομίες ο κανόνας ισχύει για την απόσταση την οποία διατρέχει κάθε αθλητής.
Αγώνισματα Δρόμων από 800μ. και πάνω (συμπεριλαμβανομένων των αγωνισμάτων των Φυσικών Εμποδίων)	25mm	Για τις Σκυταλοδρομίες ο κανόνας ισχύει από την απόσταση που διατρέχει κάθε αθλητής. Για Αγώνες Βάδην εντός σταδίου το μέγιστο πάχος της σόλας είναι το ίδιο με αυτό για τα Αγώνισματα Εκτός Σταδίου.
Ανώμαλος Δρόμος	25mm σε παπούτσια με καρφιά ή 40mm για παπούτσια χωρίς καρφιά	Οι αθλητές μπορούν να φορούν παπούτσια με καρφιά ή χωρίς καρφιά (δηλ. παπούτσια δρόμου). Εάν φορούν παπούτσια με καρφιά, το μέγιστο πάχος της σόλας δεν πρέπει να υπερβαίνει τα 25mm. Εάν φορούν παπούτσια χωρίς καρφιά, το μέγιστο πάχος της σόλας δεν πρέπει να υπερβαίνει τα 40mm.

Αγωνίσματα Δρόμων Εκτός Σταδίου (Δρομικά και Αγωνίσματα Βάδην)	40mm	
Αγωνίσματα σε Βουνό και Trail (μονοπάτια)	Οποιοδήποτε πάχος	