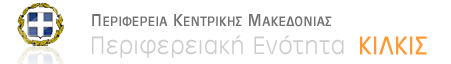
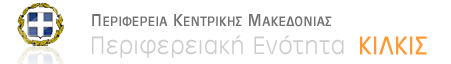
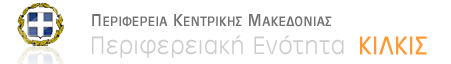
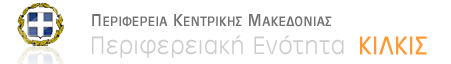
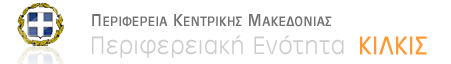
** **  

ΔΗΜΟΣ ΚΙΛΚΙΣ     

**Κιλκίς, 15-03-2018**

**Αριθμ. πρωτ: 114**

**Η Περιφερειακή Ενότητα Κιλκίς, ο Δήμος Κιλκίς και η Αστική Μη Κερδοσκοπική Εταιρεία «Κέντρο Κοινωνικής Στήριξης» συνδιοργανώνουν τον Δρόμο Υγείας και Αλληλεγγύης 10χλμ και 5χλμ καθώς και λαϊκό περίπατο για τέταρτη συνεχόμενη χρονιά, την Κυριακή 13 Μαΐου 2018 στο Κιλκίς.**

Ο Δρόμος Υγείας και αλληλεγγύης θα πραγματοποιηθεί με στόχο την ανάπτυξη του αισθήματος της αλληλεγγύης και της συνύπαρξης στη βάση της άρσης της διαφορετικότητας και του ρατσισμού με τη συμμετοχή όλων και την προώθηση σπουδαίων ιδανικών και θεμελιωδών αρχών όπως της ισότητας, της άκριτης αποδοχής του άλλου και του δικαιώματος της ελεύθερης έκφρασης. Η παραπάνω εκδήλωση υλοποιείται στο πλαίσιο της πράξης "ΚΔΗΦ-ΑΜΚΕ Κέντρο Κοινωνικής Στήριξης" που συγχρηματοδοτείται από την Ελλάδα και την Ευρωπαϊκή Ένωση (Ευρωπαϊκό Κοινωνικό Ταμείο).

Στη διοργάνωση έχουν προσκληθεί να συμμετάσχουν και να συνεργαστούν μαζί μας για δεύτερη χρονιά οι παρακάτω φορείς Ειδικό Δημοτικό Σχολείο Κιλκίς , Εργαστήριο Ειδικής Επαγγελματικής Εκπαίδευσης και Κατάρτισης Κιλκίς, Κέντρο Δημιουργικής Απασχόλησης Ατόμων με Αναπηρία Κιλκίς και Κέντρο Κοινωνικής Στήριξης Κιλκίς, Σύλλογος Γονέων και Κηδεμόνων ΑμεΑ Ν. Κιλκίς «ΒηματίΖΩ», Σύλλογος Καρκινοπαθών Κιλκίς & Παιονίας, Σύλλογος Γονέων, Κηδεμόνων και Υποστηρικτών Ατόμων με Αναπηρία Ν. Κιλκίς του Κέντρου Κοινωνικής Στήριξης, στους οποίους και θα διανεμηθούν ισόποσα οι δωρεές από την εκδήλωση.

Για τη συμμετοχή σας στον λαϊκό περίπατο αλληλεγγύης και υγείας η δωρεά είναι 3€ ενώ η συμμετοχή για τους δύο άλλους δρόμους με επίσημη χρονομέτρηση θα είναι 10 €.

**Το πρόγραμμα των δρόμων θα διεξαχθεί σύμφωνα με τους παρακάτω όρους:**

**1.Ημερομηνία Διεξαγωγής**

Κυριακή 13 Μαΐου 2018

**2.Στοιχεία Δρόμων Τρεξίματος**

**2.1 Δρόμος ‘Ηρώων Κιλκίς’**

Δρόμος Υγείας 10 χλμ. (με επίσημη χρονομέτρηση):

Ώρα Εκκίνησης: 10:00

Αφετηρία : Πλατεία Ειρήνη Κιλκίς

Τερματισμός : Πλατεία Ειρήνης Κιλκίς,

Υδροδοσία θα έχει στο 2,4ο ,5ο και 7,6ο χλμ της διαδρομής

**Περιγραφή Διαδρομής**: Με σημείο εκκίνησης την Πλατεία Ειρήνης Κιλκίς επί της οδού 21ης Ιουνίου κατευθύνονται προς την δυτική έξοδο της πόλης περνώντας μπροστά από το Κέντρο Κοινωνικής Στήριξης και έπειτα από το Δημοτικό Στάδιο Κιλκίς. Στην φωτεινή σηματοδότηση (φανάρια) στρίβουν αριστερά. Πριν τον κυκλικό κόμβο στρίβουν δεξιά, πίσω από τους κώνους, κατευθυνόμενοι προς το Πολεμικό Μουσείο «Ηρώων» Κιλκίς. Φτάνοντας στην είσοδο του Πολεμικού Μουσείου συνεχίζουν στον πρώτο παράλληλο χωματόδρομο του Μουσείου όπου ακολουθούν δασική έκταση για 3,35χλμ. Στη συνέχεια κάνοντας μία μικρή αναστροφή ξανά επιστρέφουν στην είσοδο του Μουσείου όπου συνεχίζουν και σε 700 μέτρα συναντούν ξανά τον κυκλικό κόμβο. Στο σημείο τη αναστροφής ο κάθε δρομέας έχει διανύσει το 5,74ο χλμ. Κατευθύνονται αριστερά προς Κιλκίς και στα αμέσως επόμενα μέτρα δεξιά περνώντας μπροστά από το βενζινάδικο της Shell διασχίζουν την είσοδο της πόλης (οδός Δημοκρατίας).Περνούν μπροστά από το Δημοτικό Στάδιο Κιλκίς, το Κέντρο Κοινωνικής Στήριξης επί της οδού 21ης Ιουνίου 36 και τερματίζουν στην Πλατεία Ειρήνης. Η διαδρομή στο σύνολό της είναι 48 % ασφάλτινη και 52% χωμάτινη σε δασική έκταση.

Ατομικές και ομαδικές δηλώσεις συμμετοχής θα γίνονται στο [www.racesystem.gr](http://www.racesystem.gr) μέχρι την Δευτέρα 7 Μαΐου 2018. Η δωρεά για τον αγώνα δρόμου είναι 10€ και θα κατατεθεί στο: **IBAN**: GR 2101712220006222040034981, Τράπεζα Πειραιώς   
**Δικαιούχος**: Κέντρο Κοινωνικής Στήριξης.

Χιλιομετρικές ενδείξεις θα υπάρχουν σε κάθε χιλιόμετρο ενώ όλες οι ενδείξεις του συγκεκριμένου αγώνα των 10 χλμ θα έχουν μαύρο χρώμα.

Οι δρομείς θα πρέπει να προσέλθουν τουλάχιστον 45 λεπτά νωρίτερα για την παραλαβή των αριθμών τους και οφείλουν να προσκομίσουν επίσημο έγγραφο ταυτοπροσωπίας (αστυνομική ταυτότητα, δίπλωμα οδήγησης, διαβατήριο).   
Ταυτόχρονα θα μπορούν να παραλάβουν από τη Γραμματεία το μπλουζάκι τους καθώς και αναμνηστικό υλικό της διοργάνωσης.

**2.2 Δρόμος υγείας «Ρ. Ιμβριώτη»**

Δρόμος Υγείας 5 χλμ. (με επίσημη χρονομέτρηση):

Ώρα Εκκίνησης: 10:00

Αφετηρία : Πλατεία Ειρήνης Κιλκίς

Τερματισμός : Πλατεία Ειρήνης Κιλκίς

Υδροδοσία θα έχει στο 2,4ο χλμ της διαδρομής

**Περιγραφή Διαδρομής:** Με σημείο εκκίνησης την Πλατεία Ειρήνης Κιλκίς επί της οδού 21ης Ιουνίου κατευθύνονται προς την δυτική έξοδο της πόλης περνώντας μπροστά από το Κέντρο Κοινωνικής Στήριξης και έπειτα από το Δημοτικό Στάδιο Κιλκίς. Στην φωτεινή σηματοδότηση (φανάρια) στρίβουν αριστερά. Πριν τον κυκλικό κόμβο στρίβουν δεξιά, πίσω από τους κώνους, κατευθυνόμενοι προς το Πολεμικό Μουσείο «Ηρώων» Κιλκίς. Φτάνοντας στην είσοδο του Πολεμικού Μουσείου συνεχίζουν στον δεύτερο παράλληλο χωματόδρομο του Μουσείου για 100μ. και κάνοντας μικρή αναστροφή επιστρέφουν και πάλι στην είσοδο του Πολεμικού Μουσείου. Συνεχίζουν και σε 700 μέτρα συναντούν ξανά τον κυκλικό κόμβο. Κατευθύνονται αριστερά προς Κιλκίς και στα αμέσως επόμενα μέτρα δεξιά περνώντας μπροστά από το βενζινάδικο της Shell διασχίζουν την είσοδο της πόλης (οδός Δημοκρατίας).Περνούν μπροστά από το Δημοτικό Στάδιο Κιλκίς, το Κέντρο Κοινωνικής Στήριξης επί της οδού 21ης Ιουνίου 36 και τερματίζουν στην Πλατεία Ειρήνης. Η διαδρομή στο σύνολό της είναι 96 % ασφάλτινη και 4% χωμάτινη.

Ατομικές και ομαδικές δηλώσεις συμμετοχής θα γίνονται στο [www.racesystem.gr](http://www.racesystem.gr) μέχρι την Δευτέρα 7 Μαΐου 2018. Η δωρεά για τον αγώνα δρόμου είναι 10€ και θα κατατεθεί στο: **IBAN**: GR 2101712220006222040034981, Τράπεζα Πειραιώς   
**Δικαιούχος**: Κέντρο Κοινωνικής Στήριξης.

Οι ενδείξεις του συγκεκριμένου αγώνα των 5 χλμ θα έχουν κόκκινο χρώμα.

Οι δρομείς θα πρέπει να προσέλθουν 45 λεπτά νωρίτερα για την παραλαβή των αριθμών τους όπου οφείλουν να προσκομίσουν επίσημο έγγραφο ταυτοπροσωπίας (αστυνομική ταυτότητα, δίπλωμα οδήγησης, διαβατήριο).   
Ταυτόχρονα θα μπορούν να παραλάβουν από τη Γραμματεία το μπλουζάκι τους καθώς και αναμνηστικό υλικό της διοργάνωσης.

**2.3 Λαϊκός Περίπατος ‘αλληλεγγύης και υγείας’**

Απόσταση περιπάτου υγείας και αλληλεγγύης 1,8 χλμ:

Ώρα Εκκίνησης: 11:30

Αφετηρία: Πλατεία Ειρήνης Κιλκίς

Τερματισμός : Πλατεία Ειρήνης Κιλκίς

**Περιγραφή της Διαδρομής**: Με εκκίνηση την Πλατεία Ειρήνης Κιλκίς επί της οδού 21ης Ιουνίου, διασχίζουμε την 21η Ιουνίου μέχρι τον πεζόδρομο της 25ης Μαρτίου. Εκεί στρίβουμε δεξιά και διασχίζουμε την οδό έως την διασταύρωση με την οδό Τσιρογιάννη. Στρίβουμε αριστερά και έπειτα και πάλι στην διασταύρωση δεξιά και ανεβαίνουμε την οδό Κ. Γαβριηλίδη μέχρι να καταλήξουμε στην 21η Ιουνίου. Στρίβουμε δεξιά την διασχίζουμε έως τα φανάρια του Δημαρχείου όπου στρίβουμε αριστερά στην οδό Ελ. Βενιζέλου. Πριν το Νέο Πάρκο στρίβουμε και πάλι αριστερά κατεβαίνοντας τον πεζόδρομο στην οδό Χαρίτωνος και καταλήγουμε στην 21η Ιουνίου. Στρίβουμε δεξιά και την διασχίζουμε έως την Πλατεία Ειρήνης όπου και τερματίζουμε.

Υδροδοσία θα υπάρχει στον πεζόδρομο επί της οδού Χαρίτωνος.

Δηλώσεις συμμετοχής θα γίνονται με αποστολή της έντυπης δήλωσης με e-mail στο [kkscom@otenet.gr](mailto:kkscom@otenet.gr) (Κέντρο Κοινωνικής Στήριξης) και αυτοπροσώπως στη διεύθυνση 21ης Ιουνίου 36 και τηλέφωνα: 2341020733/ 29390. Η δωρεά για τον περίπατο είναι 3€ και θα γίνει στα Γραφεία του Κέντρου Κοινωνικής Στήριξης , διεύθυνση 21ης Ιουνίου 36 και ώρες 8:00-15:00 και 45 λεπτά πριν την εκκίνηση του περιπάτου.   
Μέχρι και 45 λεπτά πριν την εκκίνηση του περιπάτου οι δρομείς θα μπορούν να παραλάβουν την σακούλα του συμμετέχοντα καθώς και αναμνηστικό υλικό της διοργάνωσης από την Γραμματεία.

**3. Κατηγορίες δρομέων**

**Δρόμος 10χλμ**

|  |  |
| --- | --- |
| **ΑΝΤΡΕΣ** | **ΓΥΝΑΙΚΕΣ** |
| ΗΛΙΚΙΑ 18- | ΗΛΙΚΙΑ 18- |
| ΗΛΙΚΙΑ 18+ | ΗΛΙΚΙΑ 18+ |
| ΗΛΙΚΙΑ 30+ | ΗΛΙΚΙΑ 30+ |
| ΗΛΙΚΙΑ 40+ | ΗΛΙΚΙΑ 40+ |
| ΗΛΙΚΙΑ 50+ | ΗΛΙΚΙΑ 50+ |

**Δρόμος 5χλμ**

|  |  |
| --- | --- |
| **ΑΝΤΡΕΣ** | **ΓΥΝΑΙΚΕΣ** |
| ΗΛΙΚΙΑ 18- | ΗΛΙΚΙΑ 18- |
| ΗΛΙΚΙΑ 18+ | ΗΛΙΚΙΑ 18+ |
| ΗΛΙΚΙΑ 30+ | ΗΛΙΚΙΑ 30+ |
| ΗΛΙΚΙΑ 40+ | ΗΛΙΚΙΑ 40+ |
| ΗΛΙΚΙΑ 50+ | ΗΛΙΚΙΑ 50+ |

**Στον Λαϊκό Περίπατο «Υγείας και Αλληλεγγύης» δε θα υπάρξουν κατηγορίες δρομέων καθώς ούτε και επίσημη χρονομέτρηση.**

**4. Δικαίωμα συμμετοχής**

Για τους δρομείς κάτω των 18 ετών θα πρέπει να συμπληρωθεί υπεύθυνη δήλωση από τον κηδεμόνα τους όπου θα δηλώνεται η συγκατάθεση της συμμετοχής των δρομέων.

**5. Διακρίσεις**

Έπαθλα (μετάλλια) θα δοθούν σε όλους τους δρομείς που θα τερματίσουν. Στον πρώτο νικητή της γενικής κατάταξης Ανδρών και Γυναικών όλων των Δρόμων θα δοθούν εκτός από τα μετάλλια και στεφάνια, κεραμικές ανθρώπινες φιγούρες δρομέων, χειροποίητα δημιουργήματα των Ατόμων με Αναπηρία ενώ βεβαιώσεις συμμετοχής θα δοθούν και στους τρεις νικητές της γενικής κατάταξης Ανδρών και Γυναικών. Οι απονομές θα πραγματοποιηθούν μετά τη λήξη και του Λαϊκού Περιπάτου ‘αλληλεγγύης και υγείας’ για όλους τους δρομείς και συμμετέχοντες των αγώνων.

**6. Ηλεκτρονική Χρονομέτρηση- Αποτελέσματα**

Την ηλεκτρονική χρονομέτρηση όλων των Δρομέων (πλην του Περιπάτου), καθώς και την έκδοση των αποτελεσμάτων θα αναλάβει επίσημη εταιρεία χρονομέτρησης. Τάπητες ηλεκτρονικά ελέγχου και χρονομέτρησης για την καταγραφή θα υπάρχουν στην εκκίνηση και τον τερματισμό και για τα 10χλμ και για τα 5 χλμ.

**8. Χρονικό όριο ολοκλήρωσης δρόμων τρεξίματος**

Για τα 10χλμ το χρονικό όριο είναι 90 λεπτά και για τα 5χλμ είναι 60 λεπτά. Μετά το πέρας του χρονικού ορίου οι δρομείς τρέχουν με δική τους ευθύνη.

**9. Υγειονομική κάλυψη**

Σε ότι αφορά την υγειονομική κάλυψη ολόκληρης της διαδρομής θα φροντίσουν το Τμήμα Σαμαρειτών, Ναυαγοσωστών, Διασωστών του Ελληνικού Ερυθρού Σταυρού του Τμήματος Κιλκίς, η ΕΠΟΜΕΑ (Επίλεκτη Ομάδα Ειδικών Αποστολών) Δήμου Κιλκίς, το ΕΚΑΒ σε περίπτωση έκτακτης ανάγκης.

**10.** **Όροι συμμετοχής**

Δικαίωμα συμμετοχής έχουν όλοι οι πολίτες που ενδιαφέρονται για την υγεία τους.

**11. Πληροφορίες για τους δρόμους υγείας**

**‘Κέντρο Κοινωνικής Στήριξης’:**

**Πληροφορίες:** Τριανταφυλλίδου Γεωργία, κοινωνική λειτουργός, κιν.: 6978886760  
 Κυρλαγκίτση Γεωργία, Διοικ. Διευθύντρια- ψυχολόγος, κιν.: 6974708868

Γιοβάς Χρήστος, καθηγητής προσαρμοσμένης φυσ. αγωγής κιν. 69746707917

**Τηλ. επικοινωνίας**: 2341020733/ 29390   
**Ώρες:** 08:00 -15:00

**Θα γίνονται επίσης δεκτές εθελοντικές χορηγίες, είτε με υλική υποστήριξη είτε με προσωπική εθελοντική εργασία για την εξυπηρέτηση των αγώνων.**

**Για εθελοντική συμμετοχή στην καλύτερη διεξαγωγή των αγώνων (σημεία διαδρομής, εκκίνηση και τερματισμός) μπορείτε να δηλώσετε ατομικά και ομαδικά εκπροσωπώντας ακόμη και Συλλόγους ή φορείς στο παρακάτω link:**

<https://goo.gl/forms/5m0JWXit4hLL4z6v2>

|  |
| --- |
| Ο πρόεδρος του  Κέντρου Κοινωνικής Στήριξης  Παύλος Θωμαϊδης |