



SYROS TRIATHLON 2016

Χρήσιμος Οδηγός Τριημέρου “1st TRIMORE Syros Triathlon” 10, 11 & 12 Ιουνίου 2016

Πρόγραμμα εκδηλώσεων - αθλητικών δράσεων:

Παρασκευή 10 Ιουνίου 2016

- 18:00 Επιστημονική Εσπερίδα**, στο **θέατρο Απόλλων** (Εμπνευση, παρακίνηση, tips, τεχνική πληροφόρηση)
20:30 Pasta Party, στον **Ταρσανά** -Παραδοσιακό Ναυπηγείο ξύλινων σκαφών-
(δείπνο υδατανθράκων, ανάμεσα στα ξύλινα υπό ανέγερση ή επισκευή σκάφη, καθήμενοι και με μουσική από τον DJ Pappas)

Σάββατο 11 Ιουνίου 2016

- 07:30 Προσέλευση Τριαθλητών στη ζώνη αλλαγής, περιοχή Νησάκι** (τακτοποίηση ποδηλάτων κλπ)
08:30 Ζέσταμα Τριαθλητών, στο **παλιό κολυμβητήριο στη θάλασσα** (10άλεπτο ζέσταμα)
08:45 Τελευταίες οδηγίες στους Αθλητές στην προβλήτα (στη θέση εκκίνησης, δέστρες κρουαζιερόπλοιων)
09:00 Εκκίνηση Half Olympic Distance Triathlon
12:00 Ποδηλατική περιήγηση στην Ερμούπολη, πλατεία Μιαούλη (μικροί - μεγάλοι, σε ομάδες βάσει δυνατοτήτων, ποδηλατούμε την Ερμούπολη με την εποπτεία και βοήθεια των Ποδηλατρών Σύρου)
13:00 SUP – εκμάθηση και παρακολούθηση
17:00 5K City Running, εκκίνηση στην **πλατεία Μιαούλη** (σε έναν κύκλο 5χλμ, τρέχουμε την Ερμούπολη!)
19:00 Τελετή Βράβευσης Τριάθλου και 5k City Running στην πλατεία Μιαούλη (πρόκειται να τιμήσουμε όλους τους τριαθλητές δίνοντας τα μετάλλιά τους, τα κύπελα όσων πρώτευσαν και τα δώρα των τυχερών)
20:30 Η Σύρος Χορεύει! Παραδοσιακοί χοροί από το Λύκειο Ελληνίδων - **πλατεία Μιαούλη**
20:45 DJ Party στην **πλατεία Μιαούλη**

Κυριακή 12 Ιουνίου 2016

- 08:15 Προσέλευση παιδιών στη ζώνη αλλαγής – ζέσταμα, περιοχή Νησάκι** (τακτοποίηση ποδηλάτων - εξοπλισμού)
09:00 Kids Distance Triathlon, στο **Νησάκι**
11:00 Αναβίωση Ολυμπιακού Αθλήματος “Κολύμπι μετ’ εμποδίων”, στο **παλιό κολυμβητήριο στη θάλασσα** (επιλεγμένοι αθλητές ανταγωνίζονται δύο - δύο σ’ ένα σπόρ που συναρπάζει)
12:30 Τελετή Βράβευσης Παιδικού Τριάθλου και Αναβίωσης στην πλατεία Μιαούλη (πρόκειται να τιμήσουμε όλα τα παιδιά μας, δίνοντας τα μετάλλιά τους και ξεχωριστή βράβευση σε όσους πρώτευσαν)

Χρήσιμες πληροφορίες (Tips)

- Για να είναι δυνατή η παρουσία σας στην επιστημονική εσπερίδα, επιλέξτε το BlueStar που αναχωρεί στις 07:30πμ από Πειραιά, την Παρασκευή 10. Ιουνίου. Θα φτάσετε στις 11:20πμ, θα έχετε χρόνο να εγκατασταθείτε στο ξενοδοχείο/κατάλυμα που επιλέξατε, να κάνετε μια μικρή βόλτα, να γευματίσετε και να ξεκουραστείτε λίγο, πριν την έναρξη του αθλητικού σας Σαββατοκύριακου!
- Μην ξεχάσετε να πείσετε τους συνοδούς και τα παιδιά σας, να φέρουν μαζί ποδήλατο. Θα ζήσουν μια απίστευτη εμπειρία, περιηγούμενοι την Ερμούπολη!
- Κατά την ακτοπλοϊκή σας μεταφορά και προκειμένου να απολαύσετε ανέμελο τον Αιγαίοπελαγίτικο πλου, φροντίσαμε σε συνεργασία με την BlueStar να υπάρχει φύλαξη των ποδηλάτων και του εξοπλισμού σας στο Garage του πλοίου. **Μόνο** με την επίδειξη της επιβεβαίωσης εγγραφής θα έχετε πρόσβαση στο ποδήλατό σας και στο χώρο γενικότερα.
- Κατόπιν (όχι απαραίτητα αμέσως, αν υπάρχει συνωστισμός) της επιβίβασης από το πλοίο, στο λιμάνι της Σύρου, ακριβώς απέναντι στο Maistrali Car Rental (παραπλευρώς πρατηρίου καυσίμων ΕΚΟ), προμηθευτείτε (παρουσιάζοντας την επιβεβαίωση της εγγραφής σας, η οποία θα σφραγιστεί) το ατομικό σας βραχιόλι της διοργάνωσης. Με την επίδειξη αυτού φορεμένο στο χέρι, απολαμβάνετε όλες τις ειδικές τιμές και προσφορές από τα συνεργαζόμενα καταστήματα (ειδικό σήμα με το λογότυπο της διοργάνωσης, σε εμφανές σημείο).
- Οι αθλητές του Τριάθλου ενηλίκων, θα παραλάβουν το Triathletes kit στην αριθμημένη θέση του ποδηλάτου τους (βάσει του αριθμού που έλαβαν κατά την έγκριση της εγγραφής τους), στη ζώνη αλλαγής, την ημέρα του αγώνα – η ζώνη αλλαγής θα ανοίξει στις 7:30πμ. Δεν θα παραδοθούν Triathletes kits πριν από την προσέλευση στο χώρο αυτό.
- Τα Kids Kits και Running kits θα δίνονται από την γραμματεία στο Ναυτικό Όμιλο, οποιαδήποτε στιγμή πριν τον αγώνα, με την επίδειξη της επιβεβαίωσης εγγραφής.
- **Εγγραφές για τον αγώνα του Τριάθλου Ενηλίκων, δεν θα γίνονται δεκτές στην γραμματεία. Εγγραφές για το 5k City Running και Kids Triathlon θα γίνονται δεκτές μέχρι και 1 ώρα πριν τον αγώνα. Για να γίνει δεκτή οποιαδήποτε συμμετοχή είναι υποχρεωτικό ο αθλητής να υποβάλει πρόσφατη βεβαίωση γιατρού.**
- Τα μετάλλια του Half Olympic Distance Triathlon θα δοθούν στους τερματισάντες στην τελετή απονομών του Σαββάτου στις 19.00 στην πλατεία Μιαούλη. Τα υπόλοιπα (5k City Running και Παιδικού Τριάθλου, θα δίνονται κατά τον τερματισμό της προσπάθειας.
- **Η γραμματεία της διοργάνωσης θα υπάρχει στο Ναυτικό Όμιλο Σύρου και πληροφορίες θα δίνονται επίσης από κίосκι στην πλατεία Μιαούλη.**
- Παρακινήστε τα παιδιά και τους συνοδούς σας να συμμετάσχουν στη λάμψη του event, λαμβάνοντας μέρος στο Παιδικό Τριάθλο καθώς και στο 5k City Running

