

ΠΡΟΚΗΡΥΞΗ

22^{ος} Δρόμος Θυσίας Ηρωικής Πόλης Νάουσας

Ο Δήμος Ηρωικής πόλεως Νάουσας σε συνεργασία με αθλητικούς συλλόγους του Δήμου συνδιοργανώνουν τον αγώνα «22^{ος} Δρόμος Θυσίας» την Κυριακή 17 Μαΐου 2026, οποίος διεξάγεται κάθε χρόνο στο πλαίσιο της Επετείου Ολοκαυτώματος της Νάουσας τιμώντας τη μνήμη των Ναουσαίων Ηρώων και Ηρωίδων τον Απρίλιο του 1822. Η διαδρομή των 5,5 χιλιομέτρων διασχίζει χαρακτηριστικά σημεία της Ηρωικής Πόλης της Νάουσας, κουβαλώντας το βάρος της ιστορίας και το αποτύπωμα της θυσίας. Με εναλλαγές ρυθμού και απαιτητικά υψομετρικά σημεία, δεν αποτελεί μόνο μια δοκιμασία φυσικής αντοχής, αλλά και μια διαδρομή βαθιάς συμβολικής σημασίας. Κάθε βήμα των δρομέων γίνεται φόρος τιμής σε εκείνους που αγωνίστηκαν και θυσιάστηκαν για την ελευθερία. Οι συμμετέχοντες καλούνται να βιώσουν μια μοναδική εμπειρία, όπου η άθληση συναντά την ιστορική μνήμη και η προσπάθεια αποκτά ουσία και αξία.

Οι διαδρομές του αγώνα είναι: **A) 5,5 χλμ.** και **B) Αγώνας μαθητών Δημοτικού – Γυμνασίου και ΑμεΑ 1 χλμ.**

- Τόπος Εκκίνησης: Δημοτικό Πάρκο Νάουσας.
- Τόπος Τερματισμού: Δημοτικό Πάρκο Νάουσας.
- Ημερομηνία Διεξαγωγής: Κυριακή 17 Μαΐου 2026
- **Ώρα Εκκίνησης αγώνα 5,5 χλμ: 09:30 π.μ.**
- **Ώρα Εκκίνησης αγώνα μαθητών-ΑμεΑ 1.000μ.: 09:45 π.μ.**
- **Κόστος εγγραφής: Δωρεάν για όλους τους συμμετέχοντες**
- **Φόρμα εγγραφής:** Μέσα από την ιστοσελίδα www.naoussa.gr/e-services/apply-race
- Χρονομέτρηση: 5,5 χλμ. Η χρονομέτρηση θα γίνει ηλεκτρονικά (chip).
- Απονομές θα γίνουν μετά το τέλος του αγώνα δρόμου
- Οι εγγραφές ξεκινούν από την Δευτέρα **6/4/2026** και θα πρέπει να γίνουν το αργότερο μέχρι την **Τρίτη 12/05/2026**.
- Σε όλους τους συμμετέχοντες στη διαδρομή των 5,5 χλμ. θα δοθεί αθλητικό σακίδιο ώμου με παγούρι και αναμνηστικό μετάλλιο.

Πληροφορίες-επικοινωνία

Facebook: [Δήμος Ηρωικής πόλης Νάουσας](#)

E-mail: culturenaoussa@gmail.com

Site: naoussa.gr

Τηλ.: 2332350300

Αγώνας: 22ος Δρόμος Θυσίας 5,5 χλμ.

1. Περιγραφή διαδρομής 22ου Δρόμου Θυσίας 5,5 χλμ: Η αρχή της διαδρομής είναι επίπεδη. Στη συνέχεια στρίβουμε προς την οδό Ζαφειράκη και διά μέσου των οδών Στουγιαννάκη και Αγίου Αθανασίου, η διαδρομή οδηγείται με ελαφριά ανηφορική κλίση στην Πλατεία Αλωνίων, την οδό Ανταρτών και τον ιστορικό «Στραβό Πλάτανο» ηλικίας άνω των 600 ετών που ταυτίζεται με την ίδρυση της πόλης της Νάουσας. Στη συνέχεια ακολουθούμε πορεία στις οδούς Αγίας Παρασκευής, Μισυρλή και Γκαρνέτα και από το εκκλησάκι της Υπαπαντής με ανηφορική πορεία στο μνημείο του Χώρου Θυσίας των Ναουσαίων Ηρωίδων που θυσιάστηκαν με τα παιδιά τους στο βράθυρο του ποταμού κατά το Ολοκαύτωμα της Νάουσας τον Απρίλιο του 1822 (2,5 χλμ.). Η πορεία συνεχίζεται κατηφορικά από την γέφυρα της Αράπιτσας στην οδό Ηρωίδων, διασταύρωση Ευαγγελίστριας, και τις οδούς Σπ. Λαναρά, Φιλώτα Κόκκινου μέχρι το Κέντρο Βιομηχανικής Κληρονομιάς «ΕΡΙΑ». Στη συνέχεια με ελαφριά ανηφορική πορεία συνεχίζουμε στην παραποτάμια διαδρομή της Αράπιτσας, φτάνουμε μέχρι την γέφυρα «Μπατάνια» στο κτίριο «Μάκη» και αμέσως μετά κατηφορικά από την αντίπερα όχθη του ποταμού στην οδό Μ. Αλεξάνδρου, μέχρι την τελική ευθεία του τερματισμού (5,5χλμ.).

Προφίλ και σκίτσο 5,5 χλμ.



2.Τροφοδοσία:

Υδροδοσία των αθλητών: Στους σταθμούς θα προσφέρεται νερό σε μπουκαλάκια 500ml.

χλμ	Σταθμοί	Νερό	Χυμός
2,5°	1ος	*	-
5,5°	Τερματισμός	*	*

3. Δικαίωμα Συμμετοχής: Δικαίωμα συμμετοχής έχουν όλοι οι αθλητές και αθλήτριες, άνω των 18 ετών, οι οποίοι θα τρέξουν με δική τους ευθύνη και θα πρέπει να έχουν εξεταστεί πρόσφατα από ιατρό και θα υπογράψουν τσεκάροντας την πρωτότυπη υπεύθυνη δήλωση, που θα εμφανιστεί αμέσως μετά την καταχώρηση των στοιχείων στην φόρμα εγγραφής. Οι αθλητές από την ηλικία 15 έως 18 θα συμμετάσχουν έπειτα από προσκόμιση υπεύθυνης δήλωσης υπογεγραμμένη από τον νόμιμο κηδεμόνα.

4. **Δηλώσεις Συμμετοχής:** Οι εγγραφές ξεκινούν από την Δευτέρα **6-4-2026** και θα πρέπει να γίνουν το αργότερο μέχρι και την **Τρίτη 12/05/2026**. Εγγραφές της τελευταίας στιγμής δεν θα γίνουν δεκτές.

Φόρμα εγγραφής: Μέσα από την ιστοσελίδα www.naoussa.gr/e-services/apply-race

5. **Ηλικιακές Κατηγορίες & Έπαθλα:** Θα βραβευθούν οι τρεις (3) πρώτοι άνδρες και οι τρεις (3) πρώτες γυναίκες της γενικής κατάταξης, καθώς και οι αντίστοιχοι νικητές των ηλικιακών κατηγοριών, όλοι με έπαθλα και κύπελλα και οι οποίες είναι οι ακόλουθες:

Για τους άνδρες: **15 έως 29, 30 - 39, 40 - 49, 50 - 59 και 60 ετών και άνω.**

Για τις γυναίκες: **15 έως 29, 30 - 39, 40 - 49, 50 - 59 και 60 ετών και άνω.**

Οι νικητές της γενικής κατηγορίας **δεν εξαιρούνται** από τις ηλικιακές.

Για να θεωρείται έγκυρη μια κατηγορία, θα πρέπει να συγκεντρώνει τουλάχιστον έξι (6) συμμετοχές στους άνδρες και έξι (6) συμμετοχές στις γυναίκες.

6. Σε όλους τους δρομείς που θα τερματίσουν θα δοθεί αναμνηστικό μετάλλιο.

7. **Παραλαβή Αριθμών:** Η παραλαβή των αριθμών των αθλητών το **Σάββατο** το απόγευμα **16/5/2026** από το **Κτίριο ΕΡΙΑ μεταξύ 18:00 και 20:00** και την **Κυριακή 17/05/2026** στην αφετηρία (Γραμματεία διοργάνωσης) μεταξύ **08:00 π.μ. και 08:30 π.μ.**

Πληροφορίες-επικοινωνία:

Facebook: Δήμος Ηρωικής Πόλης Νάουσας

E-mail: culturenaoussa@gmail.com

Site: naoussa.gr

Τηλ.: 2332350300

Αγώνας μαθητών Δημοτικού-Γυμνασίου-ΑμΕΑ 1 χλμ.

Η διαδρομή θα κινείται εντός των οδών Μ. Αλεξάνδρου, Χρ. Πετρίδη, κόμβος «Μασούτη» και επιστροφή στην πύλη του Δημοτικού Πάρκου και είναι **δωρεάν**.

Βραβεύσεις μαθητών: Θα βραβευτούν τα τρία πρώτα αγόρια και τρία πρώτα κορίτσια του δημοτικού. Επίσης θα βραβευτούν τα τρία πρώτα αγόρια και τρία πρώτα κορίτσια του γυμνασίου και της κατηγορίας ΑμΕΑ. Αναμνηστικά μετάλλια θα αποδοθούν σε όλους τους τερματίσαντες.

Φόρμα εγγραφής: Μέσα από την ιστοσελίδα www.naoussa.gr/e-services/apply-race

ΓΕΝΙΚΑ ΘΕΜΑΤΑ ΔΙΟΡΓΑΝΩΣΗΣ

Ιατρική υποστήριξη: Ιατρός και ασθενοφόρο θα υπάρχει στην εκκίνηση και στον τερματισμό.

Ώρα Απονομών: Οι απονομές των επάθλων όλων των αγωνισμάτων της διοργάνωσης θα γίνουν την Κυριακή **17/5/2026** στον χώρο του τερματισμού μετά το τέλος του αγώνα.

ΤΕΧΝΙΚΕΣ ΔΙΑΤΑΞΕΙΣ

1. ΓΕΝΙΚΑ: Οι αθλητές είναι υποχρεωμένοι να σεβαστούν στο ακέραιο τους κανονισμούς που περιγράφονται παρακάτω. Είναι επίσης υποχρεωμένοι να υπακούσουν στις υποδείξεις των κριτών του αγώνα. Η μη συμμόρφωση με τους κανονισμούς ή τις υποδείξεις, επισύρει πάντα την ποινή του αποκλεισμού. Οι κριτές του αγώνα όταν αντιληφθούν παραβάσεις των κανονισμών, τις καταγράφουν και ενημερώνουν τους παραβάτες. Κάθε άλλο εξουσιοδοτημένο πρόσωπο από τη διοργάνωση, έχει τη δυνατότητα να καταγράψει επίσης όποια παράβαση υποπέσει στην αντίληψή του και να την υποβάλει προς εξέταση στην Επιτροπή Αγώνα.

2. ΑΡΙΘΜΟΣ ΑΘΛΗΤΗ: Κάθε αθλητής φέρει τον αριθμό αγώνα πάνω του, τον οποίο και είναι υποχρεωμένος να έχει πάνω σε εμφανές σημείο στην εμπρόσθια όψη της μπλούζας του. Ο αριθμός πρέπει να παραμείνει σε όλη τη διάρκεια του αγώνα χωρίς να διπλωθεί, αποκρύβοντας έτσι οποιοδήποτε στοιχείο αναγράφεται πάνω στον αριθμό (χορηγοί, λογότυπα κλπ). Ουσιαστική αλλοίωση του αριθμού, η οποία ενδέχεται να προκαλέσει σύγχυση στους υπεύθυνους καταγραφής των Σταθμών τιμωρείται με αποκλεισμό.

3. ΣΗΜΑΝΣΗ ΔΙΑΔΡΟΜΗΣ: Η σήμανση της διαδρομής που τοποθετείται από τη Διοργάνωση, είναι προσωρινή, με στόχο την εξυπηρέτηση των αθλητών.

4. ΕΞΩΤΕΡΙΚΗ ΒΟΗΘΕΙΑ: Επιτρέπεται εξωτερική υλική βοήθεια (τροφή, ρουχισμός) προς τους αθλητές. Επιτρέπεται η συνοδεία των αθλητών από πρόσωπα που δεν φέρουν αριθμό αγώνα. Η συνοδεία του αθλητή από οικεία πρόσωπα στα τελευταία μέτρα της διαδρομής επιτρέπεται.

5. ΑΠΟΡΡΙΜΜΑΤΑ: Απαγορεύεται αυστηρά η απόρριψη κάθε είδους αντικειμένων κατά μήκος της διαδρομής, όπως πλαστικά μπουκάλια ή οποιοδήποτε άλλο υλικό, συσκευασίας στερεάς ή υγρής μορφής τροφής, που καταναλώνουν οι αθλητές στη διάρκεια του αγώνα. Σε κάθε σταθμό τροφοδοσίας, υπάρχει ειδικός πλαστικός σάκος απορριμμάτων. Όλοι οι αθλητές είναι υποχρεωμένοι να ρίχνουν απορρίμματα μέσα στο σάκο. Απόρριψη υλικών συσκευασίας ή άλλων μη οργανικών απορριμμάτων σε οποιοδήποτε σημείο της διαδρομής πέρα από τα προκαθορισμένα, επισύρει ποινή αποκλεισμού. Η διοργάνωση θα τοποθετήσει 100μ μετά τους σταθμούς τροφοδοσίας και άλλους κάδους ή σακούλες απορριμμάτων με κριτές, για να δώσει τη ευκαιρία στους δρομείς να τρέξουν και να μην σταματήσουν στους σταθμούς. Υποχρεωτικά όμως στους κάδους ή στις σακούλες αυτές, θα πετάξουν τα πλαστικά μπουκάλια ή τα σκουπίδια από πιθανή χρήση Jel ή οτιδήποτε άλλο σκουπίδι.

6. ΣΥΝΤΟΜΕΥΣΗ ΔΙΑΔΡΟΜΗΣ: Η συντόμευση (κόψιμο) της διαδρομής απαγορεύεται και τιμωρείται με αποκλεισμό. Ο κάθε αγωνιζόμενος έχει την ευθύνη και υποχρεούται να παρακολουθεί προσεκτικά τα προειδοποιητικά σήματα.

7. ΕΝΣΤΑΣΕΙΣ: Ενστάσεις για οποιοδήποτε λόγο γίνονται μόνο από τον ίδιο τον αθλητή, το αργότερο 30 λεπτά μετά τον τερματισμό του.

8. ΤΡΟΠΟΠΟΙΗΣΗ ΔΙΑΔΡΟΜΗΣ / ΑΝΑΒΟΛΗ : Αν παραστεί ανάγκη (εξαιρετικά επικίνδυνες καιρικές συνθήκες ή άλλη αιτία), οι Διοργανωτές διατηρούν το δικαίωμα να τροποποιήσουν τη διαδρομή ή και να αναβάλλουν για μικρό χρονικό διάστημα την εκκίνηση, προκειμένου να μη θέσουν σε κίνδυνο τη σωματική ακεραιότητα των αθλητών.

9. ΑΠΟΠΟΙΗΣΗ ΕΥΘΥΝΗΣ: Η Επιτροπή δεν ευθύνεται για τον θάνατο, τραυματισμό ή οποιαδήποτε βλάβη της υγείας των αγωνιζομένων, οι οποίοι υποβάλλοντας την αίτηση συμμετοχής, δηλώνουν ότι γνωρίζουν τους κινδύνους που υπάρχουν στο τρέξιμο εντός του αστικού ιστού της πόλης και βεβαιώνουν ότι η κατάσταση της υγείας τους είναι καλή και τους επιτρέπει να αγωνιστούν. Επίσης θα πρέπει να εξεταστεί πρόσφατα από γιατρό γι' αυτό το θέμα. Την υπεύθυνη δήλωση ότι έχουν εξεταστεί από γιατρό πρόσφατα, υπογράφουν ηλεκτρονικά όταν πραγματοποιούν την δήλωση τους. Οι ίδιοι οι αθλητές είναι υποχρεωμένοι να προβαίνουν τακτικά σε ιατρικό προληπτικό έλεγχο, ώστε να ελέγχουν την κατάσταση της υγείας τους. Η Επιτροπή αποποιείται κάθε ευθύνης σχετικά με τη σωματική ακεραιότητα των αθλητών, οι οποίοι θα πρέπει να συμπεριφερθούν υπεύθυνα σε σημεία της διαδρομής όπου ο κίνδυνος πτώσης με δυσάρεστα ή μοιραία αποτελέσματα είναι αυξημένος.

10. ΤΡΟΠΟΠΟΙΗΣΗ ΚΑΝΟΝΙΣΜΩΝ: Οι διοργανωτές διατηρούν το δικαίωμα τροποποίησης των κανονισμών διεξαγωγής του αγώνα, χωρίς προηγούμενη ενημέρωση.

11. ΠΝΕΥΜΑΤΙΚΑ ΔΙΚΑΙΩΜΑΤΑ: Η διοργάνωση διατηρεί τα αποκλειστικά πνευματικά δικαιώματα της φωτογράφισης και βιντεοσκόπησης του αγώνα από συνεργάτες στους οποίους αναθέτει το έργο αυτό. Κάθε αθλητής του οποίου γίνεται δεκτή η αίτηση συμμετοχής, αποδέχεται αυτόματα αυτόν τον όρο, γνωρίζοντας ότι μπορεί να εμφανιστεί το πρόσωπό του σε φωτογραφίες ή βίντεο, χωρίς να του ζητηθεί η άδεια και χωρίς να μπορεί να διεκδικήσει κάποια αποζημίωση από την όποια δημοσίευση του υλικού.

12. ΧΡΟΝΙΚΑ ΟΡΙΑ: Η μέγιστη συνολική διάρκεια του αγώνα ορίζεται σε **1,5 ώρα**. Μετά το πέρας του χρονικού ορίου ο κάθε δρομέας κινείται με δική του ευθύνη στους δρόμους.

Μια διαδρομή 5,5 χλμ. γεμάτη ιστορία και θυσία. Στην Ηρωική Πόλη της Νάουσας, κάθε βήμα έχει νόημα.

Με απαιτητικά σημεία και εναλλαγές ρυθμού, ο αγώνας δεν δοκιμάζει μόνο το σώμα, αλλά τιμά τη μνήμη.

Τρέξε με δύναμη. Τρέξε με σεβασμό. Τρέξε για την ιστορία.

**Η ΑΝΤΙΔΗΜΑΡΧΟΣ
ΠΑΙΔΕΙΑΣ, ΑΘΛΗΤΙΣΜΟΥ & ΝΕΟΛΑΙΑΣ
ΔΗΜΟΥ Η.Π. ΝΑΟΥΣΑΣ**

ΧΡΙΣΤΙΝΑ ΡΑΛΛΗ