



Δυνατότητα παραλαβής του αγωνιστικού πακέτου θα είναι διαθέσιμη το **Σάββατο 21/9** στο χώρο της εκδήλωσης στο Λιμάνι Τυρού, το απόγευμα από 17:00 - 20:00.

Οι υπόλοιποι Τριαθλητές θα έχουν τη δυνατότητα να παραλάβουν τον αθλητικό τους εξοπλισμό την ημέρα του αγώνα από τις 07:00 μέχρι τις 09:00 (30 λεπτά πριν την έναρξη του αγώνα) από τη Γραμματεία στον χώρο της Εκκίνησης.

Παρακαλούνται όλοι οι συμμετέχοντες να βρίσκονται στο χώρο της Αφετηρίας των Αγώνων Δρόμου, κατ'ελάχιστον 1:00 ώρα νωρίτερα από την ώρα Εκκίνησης προκειμένου να παραλάβουν το αγωνιστικό τους πακέτο. Η γραμματεία θα κλείσει στις 09:00 και δεν θα υπάρχει καμία δυνατότητα παράτασης.

Το πρόγραμμα του 2ημέρου

Σάββατο 21 Σεπτεμβρίου 2019

17:30 Κολυμβητικοί αγώνες

500 μέτρα

ηλικιακές κατηγορίες ανδρών - γυναικών

2001-2002

2003-2004

2005-2006

19 - 29

30 - 39

40+

1000 & 1500 μέτρα

ηλικιακές κατηγορίες ανδρών - γυναικών

19 - 29

30 - 39

40+

Η συμμετοχή είναι δωρεάν, θα υπάρξει χρονομέτρηση και σκουφάκι καθώς και μετάλλιο συμμετοχής

20:00 Τεχνική ενημέρωση

Σε ειδικά διαμορφωμένο χώρο θα γίνει η τεχνική ενημέρωση του αγώνα της Κυριακής από τον τεχνικό διευθυντή του αγώνα **Ηλία Πριόβολο**. Τεχνική ενημέρωση θα πραγματοποιηθεί και την επόμενη μέρα πριν την έναρξη του αγώνα.

20:30 Τριαθλητικές συμβουλές διατροφής

Στον ίδιο χώρο συμβουλές και συζήτηση από την **Αναστασία Τσουρουκτζή**.

21:00 Pasta party

22:30 M.M.E press dinner

Παρουσία των προσκεκλημένων δημοσιογράφων και φορέων θα διοργανωθεί από την Α ΧΩΡΑ ΝΑΜΟΥ γεύμα εργασίας για την προβολή, την προώθηση και τη γνωριμία της περιοχής.

Κυριακή 22 Σεπτεμβρίου 2019

Εκκίνηση / Τερματισμός: Εκκλησία στο λιμάνι Τυρού

07:30 - 09:00 Παράδοση Αθλητικού Εξοπλισμού Δρομέων - Αφετηρία

09:30 Κεντρικός αγώνας (sprint Triathlon)

11:15 Swim Kids Run

Αγώνες για παιδιά Τετάρτης - Έκτης Δημοτικού και Γυμνασίου αγοριών / κοριτσιών. Η συμμετοχή είναι δωρεάν και θα δοθούν μετάλλια συμμετοχής σε όλους.

11:45 Απονομές / Βραβεύσεις

ΚΥΚΛΟΦΟΡΙΑ ΟΧΗΜΑΤΩΝ – ΜΕΤΡΑ ΤΡΟΧΑΙΑΣ

Η κυκλοφορία των οχημάτων προς/από το Λιμάνι θα διακοπεί στις 08:45. Παρακαλείσθε να βρίσκεστε στο χώρο της Εκκίνησης το αργότερο μέχρι τις 8:45 πμ. διότι μετά θα είναι δύσκολη η πρόσβαση στο χώρο του λιμανιού λόγω των κυκλοφοριακών ρυθμίσεων.

Προσοχή θα υπάρξει **κλείσιμο δρόμου παραλιακού μετώπου και εκτροπή κυκλοφορίας στο υπόλοιπο οδικό δίκτυο**.

Επίσης από το χώρο του λιμανιού και ως τη στροφή στο Διαχρονικό **απαγορεύεται η στάθμευση οχημάτων** για λόγους ασφαλείας αθλητών και παιδιών που θα τρέξουν.

ΣΤΑΘΜΕΥΣΗ

Οι αθλητές που θα μετακινηθούν με δικό τους μέσο θα έχουν την δυνατότητα να σταθμεύσουν πίσω από το Θέατρο Τυρού “Μελίνα Μερκούρη” πριν τις 08:30.

Όλες οι υπόλοιπες πληροφορίες που αφορούν στη διαδρομή του Αγώνα, σταθμούς ανεφοδιασμού κτλ, είναι διαθέσιμες στην ιστοσελίδα της διοργάνωσης, <https://www.tyrostriathlon.gr/>

Το Tyros Triathlon 2019 διοργανώνεται από την “Α ΧΩΡΑ ΝΑΜΟΥ” και τελεί υπό την αιγίδα της Περιφέρειας Πελοποννήσου, του Δήμου και της Δημοτικής Κοινωφελούς Επιχείρησης Νότιας Κυνουρίας.

e-mail: info@tyrostriathlon.gr | Τηλ: 6908888333, 6932708404