

Svelta



KYTHERIAN
FOUNDATION
FOR CULTURE
& DEVELOPMENT

ΚΥΘΗΡΑΪΚΟ
ΙΔΡΥΜΑ
ΠΟΛΙΤΙΣΜΟΥ
& ΑΝΑΠΤΥΞΗΣ

portokaliá



ΜΟΝΟΠΑΤΙΑ ΚΥΘΗΡΩΝ
KYTHERA
TRAILS

1η εκδήλωση άθλησης και ψυχαγωγίας “Svelta” Μυλοπόταμος Κυθήρων

[scroll down for english]

Το ποδηλατικό κατάστημα Mazzipetti και το [Κυθηραϊκό Ίδρυμα Πολιτισμού και Ανάπτυξης](#) (ΚΙΠΑ), σε συνεργασία με τους ενεργούς κατοίκους του Μυλοποτάμου, τον [Πολιτιστικό Σύλλογο Πορτοκαλιά](#) και το [Kythera Trails](#), υπό την αιγίδα του [Δήμου Κυθήρων](#) και της [Επιτροπής Εγχωρίου Περιουσίας Κυθήρων & Αντικυθήρων](#), διοργανώνουν εκδήλωση τρεξίματος ανώμαλου δρόμου ενηλίκων και αθλοπαιδίες για παιδιά ηλικιών από 6 έως 18 ετών, στον Μυλοπόταμο Κυθήρων.

Ημερομηνία διεξαγωγής: Κυριακή 12 Μαρτίου 2023

Ώρα/τόπος έναρξης: 10.30, Πλάτανος

Η εκδήλωση αυτή, είναι αφιερωμένη στην μνήμη των άτυχων ανθρώπων του δυστυχήματος στα Τέμπη.

Περιγραφή διαδρομών:

Τρέξιμο: Πρόκειται για έναν κύκλο 6.5 χλμ με κατηφόρα διαρκείας και ανηφόρες μικρής διάρκειας καθώς και έντονης κλίσης. Η διαδρομή αποτελείται από καλντερίμια - αγροτικούς χωματόδρομους - τσιμεντόδρομους. Το 90% της διαδρομής είναι κομμάτι της σηματοδοτημένης διαδρομής M49 του επίσημου δικτύου μονοπατιών του νησιού, Kythera Trails.

Υποχρεωτική η χρήση παπουτσιού trail (trail running παπούτσια - ελαφριά αθλητικά με ειδική σόλα για ανώμαλο πεδίο) ή μποτάκια πεζοπορίας.

Για όποιον επιθυμεί να περπατήσει τη διαδρομή προτείνεται η χρήση μπατόν.

Σταθμοί νερού/τροφοδοσίας: Θα υπάρχει ένας σταθμός.

ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ

Κυριακή 12/03

09:00-10:20 δηλώσεις συμμετοχών κάτω από τον Πλάτανο.

ΔΗΜΟΣ ΚΥΘΗΡΩΝ



ΕΠΙΤΡΟΠΗ ΕΓΧΩΡΙΟΥ ΠΕΡΙΟΥΣΙΑΣ
ΚΥΘΗΡΩΝ & ΑΝΤΙΚΥΘΗΡΩΝ

Svelta



KYTHERIAN
FOUNDATION
FOR CULTURE
& DEVELOPMENT

ΚΥΘΡΑΪΚΟ
ΙΔΡΥΜΑ
ΠΟΛΙΤΙΣΜΟΥ
& ΑΝΑΠΤΥΞΗΣ

portokaliá



ΜΟΝΟΠΑΤΙΑ ΚΥΘΗΡΩΝ
KYTHERA
TRAILS

10:20-10:30 ενημέρωση συμμετεχόντων
10:30 τρέξιμο 6-9 ετών / 300 μέτρα
10:35 τρέξιμο 10-12 ετών / 600 μέτρα
10:45 ποδηλασία 6-9 ετών / 500 μέτρα
11:15 ποδηλασία 10-12 ετών / 1000 μέτρα
11:35 ποδηλασία 13-17 ετών / 2000 μέτρα
12:15 τρέξιμο εφήβων / 1000 μέτρα
12:15 τρέξιμο ενηλίκων / 6 χιλιόμετρα

ΛΟΙΠΕΣ ΠΛΗΡΟΦΟΡΙΕΣ

-Δικαίωμα συμμετοχής έχουν όλοι όσοι έχουν συμπληρώσει το 18ο έτος της ηλικίας τους. Για τους ανήλικους απαιτείται η συμπλήρωση υπεύθυνης δήλωσης του κηδεμόνα (παρέχεται από την διοργάνωση κατά την δήλωση συμμετοχής).

-Χρήση κράνους σε καλή κατάσταση για την ποδηλασία είναι υποχρεωτική.

-Τα ποδήλατα πρέπει να είναι σε καλή κατάσταση (έλεγχος φρένων κλπ)

-Για την συμμετοχή στον αγώνα ισχύουν τα εκάστοτε υγειονομικά πρωτόκολλα της ΓΓΑ.

ΠΑΡΑΒΟΛΟ ΣΥΜΜΕΤΟΧΗΣ

10,00 €

Οι συμμετοχές κάτω των 18 ετών, είναι δωρεάν.

ΔΗΛΩΣΕΙΣ ΣΥΜΜΕΤΟΧΩΝ

Με email στο info@mazzipetti.com ή δια ζώσης στο κατάστημα Mazzipetti.

Απαραίτητες πληροφορίες: Όνομα, ηλικία, τηλέφωνο επικοινωνίας, άθλημα.

ΠΛΗΡΟΦΟΡΙΕΣ

+302736033762, +30 6946364336, +306982171018

“Along Pedaling, Mind Playing.”

-A.P.M.P.-



ΕΠΙΤΡΟΠΗ ΕΓΧΩΡΙΟΥ ΠΕΡΙΟΥΣΙΑΣ
ΚΥΘΗΡΩΝ & ΑΝΤΙΚΥΘΗΡΩΝ

Svelta



KYThERIAN
FOUNDATION
FOR CULTURE
& DEVELOPMENT

ΚΥΘΡΑΪΚΟ
ΙΔΡΥΜΑ
ΠΟΛΙΤΙΣΜΟΥ
& ΑΝΑΠΤΥΞΗΣ

portokalιά



ΜΟΝΟΠΑΤΙΑ ΚΥΘΗΡΩΝ
KYTHERA
TRAILS

Proclamation of the 1st sports and entertainment event "Svelta" *Mylopotamos village, Kythira*

The [Mazzipetti](#) bike shop and the [Kytherian Foundation for Culture and Development](#) (KIPA) in cooperation with the very active residents of Mylopotamos village, the [Cultural Association "Portokalía"](#) and [Kythera Trails](#), under the auspices of the [Municipality of Kythira island](#) and the [Property Committee of Kythera & Antikythera](#), organize an adult cross-country running event and sports games for children aged 6 to 18 years old, at Mylopotamos Kythera.

Date of the event: Sunday, March 12, 2023

Time/place of start: 10.30, Platanos

This event is dedicated to the memory of the unfortunate people of the accident in Tempi.

Description of routes:

This is a 6.5 km cycle with a downhill of long duration and an uphill of short duration as well as a steep incline. The route consists of cobbled roads - rural dirt roads - concrete roads. 90% of the route is part of the marked route M49 of the official trail network of the island, Kythera Trails.

Mandatory use of trail shoes (trail running shoes - lightweight trainers with special soles for uneven terrain) or hiking boots.

For anyone wishing to walk the trail, the use of a baton is recommended.

Water/feed stations: There will be one station.

PROGRAMME

Sunday 12/03

09:00-10:20 registration under the Plane tree.



ΕΠΙΤΡΟΠΗ ΕΓΧΩΡΙΟΥ ΠΕΡΙΟΥΣΙΑΣ
ΚΥΘΗΡΩΝ & ΑΝΤΙΚΥΘΗΡΩΝ

Svelta



KYTHERIAN
FOUNDATION
FOR CULTURE
& DEVELOPMENT

ΚΥΘΡΑΪΚΟ
ΙΔΡΥΜΑ
ΠΟΛΙΤΙΣΜΟΥ
& ΑΝΑΠΤΥΞΗΣ

portokaliá



ΜΟΝΟΠΑΤΙΑ ΚΥΘΗΡΩΝ
KYTHERA
TRAILS

10:20-10:30 participants' briefing
10:30 running 6-9 years old / 300 meters
10:35 running 10-12 years old / 600 meters
10:45 cycling 6-9 years old / 500 metres
11:15 cycling 10-12 years old / 1000 meters
11:35 cycling 13-17 years old / 2000 metres
12:15 junior running / 1000 meters
12:15 adult running / 6 km

OTHER INFORMATION

- Everyone who has reached the age of 18 is eligible to participate. For minors, the completion of a solemn declaration of the guardian is required (provided by the organization when registering).
- Use of a helmet in good condition for cycling is compulsory.
- Bicycles must be in good condition (brake check, etc.)
- For participation in the race, the respective health protocols of the GGA apply.

PARTICIPATION FEE

10,00 €

Participants under 18 years of age are free of charge.

REGISTRATION

By email to info@mazzipetti.com or in person at the Mazzipetti shop.

Necessary information: Name, age, contact number, sport.

INFO

+302736033762, +30 6946364336, +306982171018

“Along Pedaling, Mind Playing.”

-A.P.M.P.-



ΕΠΙΤΡΟΠΗ ΕΓΧΩΡΙΟΥ ΠΕΡΙΟΥΣΙΑΣ
ΚΥΘΗΡΩΝ & ΑΝΤΙΚΥΘΗΡΩΝ