



# 82<sup>ο</sup> Αρκάδια

ΡΕΘΥΜΝΟ - ΚΡΗΤΗ



**ΚΥΡΙΑΚΗ 6 ΝΟΕΜΒΡΙΟΥ 2022**

**ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΣΤΑΔΙΟ ΡΕΘΥΜΝΗΣ (ΣΟΧΩΡΑ)**

[www.arkadiraces.gr](http://www.arkadiraces.gr)



**ΠΕΡΙΦΕΡΕΙΑ ΚΡΗΤΗΣ**  
**ΠΕΡΙΦΕΡΕΙΑΚΗ ΕΝΟΤΗΤΑ**  
**ΡΕΘΥΜΝΗΣ**

## ΓΕΝΙΚΕΣ ΔΙΑΤΑΞΕΙΣ

Οι αγώνες θα διεξαχθούν σύμφωνα με τους κανονισμούς του ΣΕΓΑΣ, έκδοσης 2012 - 2013 και το ισχύον γυμναστικό πρωτόκολλο.

Οι αθλητές - αθλήτριες πρέπει να έχουν εξεταστεί πριν από τους αγώνες από ιατρό με πρωτοβουλία και ευθύνη του σωματείου τους και των ιδίων για να διαπιστωθεί ότι είναι υγιείς και μπορούν να συμμετάσχουν στους αγώνες χωρίς κανένα κίνδυνο για την υγεία τους. Για οποιοδήποτε πρόβλημα υγείας που προκύψει στους συμμετέχοντες και έχει σχέση με την έλλειψη προληπτικής ιατρικής εξέτασής τους (που είναι αποκλειστική ευθύνη τους), οι διοργανωτές σε κάθε περίπτωση δεν έχουν καμία απολύτως ευθύνη.

Στον Αρκάδιο Δρόμο και στο Δυναμικό Βαδίσμα η συμμετοχή είναι ελεύθερη για Άνδρες και Γυναίκες, που έχουν γεννηθεί μέχρι και το 2004.

Στο Δρόμο 6.000 μ. η συμμετοχή είναι ελεύθερη για άνδρες και γυναίκες, που έχουν γεννηθεί μέχρι το 2004.

Στο Κρητικό Βόλι οι αθλητές που γεννήθηκαν

Α) μέχρι και το 1972 θα αγωνιστούν με σφαίρα πέντε (5) κιλών.

Β) Οι γεννηθέντες από το 1973 έως 2004 θα αγωνιστούν με σφαίρα επτά (7) κιλών.

Γ) Οι μαθητές γεννημένοι τα έτη 2010,2011,2012, θα αγωνιστούν με σφαίρα τριών (3) κιλών και θα πραγματοποιήσουν τρεις (3) προσπάθειες.

Η ώρα λήξης του Αρκάδιου Δρόμου και του Δυναμικού Βαδίσματος Ανδρών - Γυναικών είναι 14:30. Μετά την ώρα αυτή δεν θα υπάρχει τερματισμός - κατάταξη, ιατρική κάλυψη και όσοι αθλητές συνεχίζουν να τρέχουν, αγωνίζονται πλέον με αποκλειστικά δική τους ευθύνη.

Οι αθλητές του Δυναμικού Βαδίσματος θα αναχωρήσουν για το Αρκάδι την 6η Νοεμβρίου, ημέρα Κυριακή, με λεωφορείο από το ΚΤΕΛ Ρεθύμνου και ώρα 07:00.

Οι αθλητές του Αρκάδιου Δρόμου θα αναχωρήσουν για το Αρκάδι την 6η Νοεμβρίου, ημέρα Κυριακή, με λεωφορείο από το ΚΤΕΛ Ρεθύμνου και ώρα 09:30.

## ΙΣΤΟΡΙΚΟ ΑΓΩΝΩΝ

Ο Α.Ο. Ατρόμητος Ρεθύμνου υπήρξε ο πρώτος διοργανωτής των Αρκάδιων Αγώνων.

Το έτος 1930 διοργάνωσε με την έγκριση της Σ.Ε.Γ.Α.Σ., τα Α' ΑΡΚΑΔΙΑ στο Εθνικό Στάδιο Ρεθύμνου.



*Πάρε Μέρος στον Ιστορικότερο Αγώνα της Ελλάδος*



# Πρόσκληση

Σας καλούμε να τιμήσετε με την παρουσία σας τα «82<sup>α</sup> Αρκάδια» που διεξάγονται στο Ρέθυμνο, στη μνήμη του ολοκαυτώματος της Ιεράς Μονής Αρκαδίου. Οι αθλητικές & πολιτιστικές εκδηλώσεις θα διεξαχθούν το **Σάββατο 5 και την Κυριακή 6 Νοεμβρίου 2022** στο **Δημοτικό Στάδιο Ρεθύμνης (Σοχώρα)** και ώρα **12:00**.

## ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ

### ΣΑΒΒΑΤΟ 5 ΝΟΕΜΒΡΙΟΥ 2022

**18:00 - 21:00 Σπίτι του Πολιτισμού** - Διανομή υλικού στους αθλητές των Αρκάδιων αγώνων

**19:30 Σπίτι του Πολιτισμού** - Εκδήλωση από την Ένωση Πτυχιούχων Φυσικής Αγωγής Ρεθύμνης με θέμα «**Κρητικό βόλι: Παρελθόν-Παρόν-Μέλλον**».  
Διοργάνωση: Περιφερειακή Ενότητα Ρεθύμνης - Ένωση Πτυχιούχων Φυσικής Αγωγής Ρεθύμνης

### ΚΥΡΙΑΚΗ 6 ΝΟΕΜΒΡΙΟΥ 2022

**08:15** Εκκίνηση για τους αθλητές του **Δυναμικού Βαδίσματος** επί της Αρκάδιας διαδρομής από την Ι. Μ. Αρκαδίου.

**09:00 Ημιμαραθώνιος πατινιών** με εκκίνηση και τερματισμό την Πλατεία Αγνώστου Στρατιώτη.

**09:30 Αρχιερατικό τρισάγιο** από τον Σεβασμιώτατο Μητροπολίτη Ρεθύμνης & Αυλοποτάμου κ. Πρόδρομο στην πυριτιδαποθήκη της Ιεράς Μονής Αρκαδίου.

**09:40 Αφή της φλόγας** από τον Σεβασμιώτατο Μητροπολίτη Ρεθύμνης και Αυλοποτάμου κ. Πρόδρομο.

**10:00** Αγώνας **Δρόμου 1.000μ.** αθλητών **ΑΜΕΑ** με εκκίνηση από το εμπορικό λιμάνι Ρεθύμνου και τερματισμό στο Δημοτικό Στάδιο Ρεθύμνης (Σοχώρα).

**10:10** Αγώνας **Δρόμου 2.000μ.** Μαθητών Γυμνασίου/Λυκείου με εκκίνηση και τερματισμό το Δημοτικό Στάδιο Ρεθύμνης (Σοχώρα).

**10:20** Αγώνας **Δρόμου 2.000μ.** Μαθητριών Γυμνασίου/Λυκείου με εκκίνηση και τερματισμό το Δημοτικό Στάδιο Ρεθύμνης (Σοχώρα).

**10:30 Λαϊκός Αγώνας Δρόμου 6.000μ.** με εκκίνηση και τερματισμό το Δημοτικό Στάδιο Ρεθύμνης (Σοχώρα).

**11:30** Εκκίνηση **Αρκάδιου Δρόμου** Ανδρών - Γυναικών από την Ι.Μ. Αρκαδίου και τερματισμό στο Δημοτικό Στάδιο Ρεθύμνης (Σοχώρα).

**12:00 Τελετή έναρξης** 82<sup>ων</sup> Αρκάδιων Αγώνων.

**12:10 Άφιξη φλόγας** στο Δημοτικό Στάδιο Ρεθύμνης (Σοχώρα) από την Ι.Μ. Αρκαδίου από μαθητές του Δημοτικού Σχολείου Άδελε.

**12:15** Μουσικό πρόγραμμα από την **Δημοτική Φιλαρμονική Ρεθύμνου** & το **Μουσικό Γυμνάσιο Ρεθύμνου**.

**12:25** Αγώνας **Δρόμου 1.000μ.** κοριτσιών Δημοτικών Σχολείων με εκκίνηση από το εμπορικό λιμάνι Ρεθύμνου και τερματισμό στο Δημοτικό Στάδιο Ρεθύμνης (Σοχώρα).

**12:30** Αγώνας **Δρόμου 1.000μ.** αγοριών Δημοτικών Σχολείων με εκκίνηση από το εμπορικό λιμάνι Ρεθύμνου και τερματισμό στο Δημοτικό Στάδιο Ρεθύμνης (Σοχώρα).

### 12:35 Απονομές των αγωνισμάτων

- Αγώνας δρόμου ΑΜΕΑ 1000 μέτρων.
- Αγώνας δρόμου 1000 μέτρων μαθητών Δημοτικών Σχολείων.
- Αγώνας δρόμου 2000 μέτρων μαθητών Γυμνασίου – Λυκείου.
- Λαϊκός Αγώνας δρόμου 6.000 μέτρων.

**12:35 Κρητικό Βόλι** Ανδρών - Βετεράνων

**12:45 ΤΕΡΜΑΤΙΣΜΟΣ ΑΘΛΗΤΩΝ - ΑΘΛΗΤΡΙΩΝ ΑΡΚΑΔΙΟΥ ΔΡΟΜΟΥ**

**13:00** Αθλητικά δρώμενα για τους μαθητές των Δημοτικών Σχολείων σε αγωνίσματα του Στίβου (Kids Athletics) από το Ο.Κ.Α Αρκαδί.

**13:00 Κρητικό Βόλι** Μαθητών Δημοτικών Σχολείων

### 13:30 Απονομές των αγωνισμάτων:

- Τιμητική βράβευση βετεράνων αθλητών των Αρκάδιων Αγώνων • Κρητικό Βόλι Βετεράνων
- Κρητικό Βόλι Ανδρών • Κρητικό Βόλι Μαθητών • Αρκάδιος Δρόμος Ανδρών
- Αρκάδιος Δρόμος Γυναικών • Ρεθυμνιώτες αθλητές Αρκάδιου Δρόμου
- Ρεθυμνιώτισσες αθλήτριες Αρκάδιου Δρόμου

**14:30 Λήξη των 82<sup>ων</sup> Αρκάδιων Αγώνων**

## ΕΠΑΘΛΑ

### Αρκάδιος Δρόμος Ανδρών - Γυναικών

- 1) Έπαθλα στους τρεις (3) πρώτους νικητές – νικήτριες και μετάλλιο.
- 2) Έπαθλα και μετάλλια στους τρεις (3) πρώτους Ρεθεμνιώτες – Ρεθεμνιώτισσες.
- 3) Αναμνηστικό μετάλλιο σε όσους/ες αθλητές – αθλήτριες τερματίσουν.

**Ρεθεμνιώτες - Ρεθεμνιώτισσες** είναι όσοι έχουν καταγωγή (Α΄ ΒΑΘΜΟΥ) από την Περιφερειακή Ενότητα Ρεθύμνης ή διαμένουν στην Περιφερειακή Ενότητα Ρεθύμνης.

### Κρητικό Βόλι Ανδρών

Έπαθλα και μετάλλια στους τρεις πρώτους νικητές και στον πρώτο Ρεθεμνιώτη έως 50 ετών και άνω των 50 ετών.

### Κρητικό Βόλι Μαθητών Δημοτικών Σχολείων

Έπαθλο στον πρώτο νικητή και μετάλλιο στους τρεις πρώτους.

### Δυναμικό Βάδισμα

Μετάλλιο σε όσους-ες τερματίσουν.

### Δρόμος 6.000 μ. Ανδρών – Γυναικών

Έπαθλα στους τρεις πρώτους νικητές-νικήτριες και μετάλλιο σε όσους-ες τερματίσουν.

### Δρόμος 1.000 μ. Μαθητών-τριών Δημοτικών Σχολείων

Έπαθλο στον πρώτο-η νικητή-νικήτρια, μετάλλιο στους/στις τρεις πρώτους-ες και μετάλλιο σε όσους-ες τερματίσουν.

### Δρόμος 1.000μ ΑΜΕΑ

Έπαθλα στους τρεις πρώτους νικητές-νικήτριες και μετάλλιο σε όσους-ες τερματίσουν.

**ΕΓΓΡΑΦΕΣ:** Ηλεκτρονικές εγγραφές (έως 31/10/2022) στην ιστοσελίδα: [www.arkadiraces.gr](http://www.arkadiraces.gr)

