

# OPEN DOOR RUN

ΚΥΡΙΑΚΗ 17/09  
ΣΤΗΝ ΑΡΓΥΡΟΥΠΟΛΗ



Η **Εταιρεία Προστασίας Σπαστικών/Πόρτα Ανοιχτή** διοργανώνει για 4η φορά τον φιλανθρωπικό αγώνα **OPEN DOOR RUN**, σε συνεργασία με το Δήμο Ελληνικού – Αργυρούπολης, την **Κυριακή 17 Σεπτεμβρίου 2023**.

Ο αγώνας **OPEN DOOR RUN** έχει εξελιχθεί σε θεσμό για την Εταιρεία μας, καθώς πέρα από την οικονομική υποστήριξη που προσφέρει στο έργο μας, επιτυγχάνει έναν ακόμα πιο σημαντικό σκοπό: να δώσει στο ευρύτερο κοινό την ευκαιρία να έρθει πιο κοντά μας και να γνωρίσει τις απέραντες δυνατότητες των υπέροχων παιδιών μας.

Τα έσοδα από τον φετινό αγώνα θα διατεθούν για την ενίσχυση του προγράμματος **Θεραπευτικής Κολύμβησης**. Το πρόγραμμα λειτουργεί σε κλειστή θερμαινόμενη πισίνα στη **Πόρτα Ανοιχτή** και εξυπηρετεί κάθε εβδομάδα τουλάχιστον 70 παιδιά και ενήλικες με εγκεφαλική παράλυση, προσφέροντάς τους κινητική ελευθερία, μυϊκή ενδυνάμωση, αυτοπεποίθηση και απεριόριστη χαρά.

Το πρόγραμμα του **Open Door Run** περιλαμβάνει αγώνες δρόμου των 10 και 5 χλμ. για τους ενήλικες και των 800μ. για τα παιδιά.

Χορηγοί: **Rehab Care, EFAGROUP, ΒΙΚΟΣ.**

Υποστηρικτές: **DNV ΕΛΛΑΣ, Όμιλος ΙΑΤΡΟΠΟΛΙΣ.**

Την τεχνική επιμέλεια της διοργάνωσης έχει αναλάβει η εταιρεία **MyRace.**

# OPEN DOOR RUN

ΚΥΡΙΑΚΗ 17/09  
ΣΤΗΝ ΑΡΓΥΡΟΥΠΟΛΗ



## Αγώνας δρόμου 10 χλμ.

**Ημερομηνία διεξαγωγής:** Κυριακή 17 Σεπτεμβρίου 2023

**Σημείο εκκίνησης - τερματισμού:** Εταιρεία Προστασίας Σπαστικών / Πόρτα Ανοιχτή, Μαρίνου Γερουλάνου 117, Αργυρούπολη

**Ώρα εκκίνησης:** 09:00 π.μ.

**Απόσταση αγώνα:** 10 χλμ.

**Χρονικό όριο αγώνα:** Οι δρομείς θα πρέπει να ολοκληρώσουν την προσπάθειά τους σε 1 ώρα και 40 λεπτά. Πέραν του χρόνου αυτού θα κινούνται στη διαδρομή με δική τους ευθύνη.

**Δικαίωμα συμμετοχής:** Δικαίωμα συμμετοχής έχουν δρομείς ηλικίας άνω των 18 ετών, οι οποίοι θα τρέξουν με δική τους ευθύνη και θα πρέπει να έχουν εξεταστεί πρόσφατα από ιατρό.

**Έπαθλα-Ηλικιακές κατηγορίες:** Σε όλους τους δρομείς που θα τερματίσουν θα δοθεί αναμνηστικό μετάλλιο. Θα βραβευθούν οι τρεις (3) πρώτοι άνδρες και οι τρεις (3) πρώτες γυναίκες της γενικής κατάταξης.

**Σταθμοί τροφοδοσίας:** Ανά 2,5 χλμ. θα υπάρχουν σταθμοί τροφοδοσίας με νερό.

## **Πακέτα συμμετοχής:**

- Απλό πακέτο: 8 ευρώ
- Ενισχυμένο: 15 ευρώ

# OPEN DOOR RUN

ΚΥΡΙΑΚΗ 17/09  
ΣΤΗΝ ΑΡΓΥΡΟΥΠΟΛΗ



## Το απλό πακέτο συμμετοχής περιλαμβάνει:

- Ηλεκτρονική χρονομέτρηση
- Αναμνηστικό μετάλλιο
- Γκαρνταρόμπα
- Υγειονομική κάλυψη
- Υδροδοσία

## Το ενισχυμένο πακέτο συμμετοχής περιλαμβάνει:

- **Αναμνηστικό T-Shirt**
- Ηλεκτρονική χρονομέτρηση
- Αναμνηστικό μετάλλιο
- Γκαρνταρόμπα
- Υγειονομική κάλυψη
- Υδροδοσία

**Παραλαβή πακέτων συμμετοχής:** Η παραλαβή του πακέτου συμμετοχής από όλους τους δρομείς θα γίνει το Σάββατο 16/9 12:00 - 16:00 από το Δημοτικό Κολυμβητήριο Αργυρούπολης (Τριπόλεως 6) και την Κυριακή 17/9 από τις 07:30-08:30 στο σημείο της εκκίνησης και έδρα της Εταιρείας Προστασίας Σπαστικών/Πόρτα Ανοιχτή, Μαρίνου Γερουλάνου 117, Αργυρούπολη.

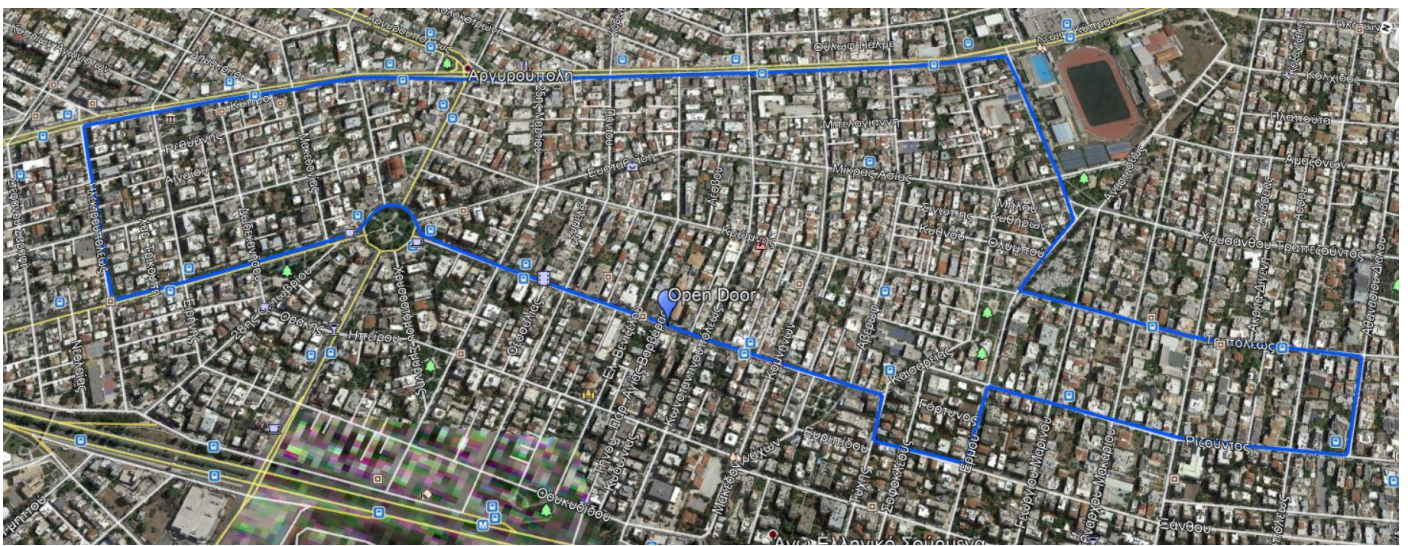
**Δηλώσεις-Εγγραφές:** <https://www.myrace.gr/event/5640/registrations.html>

# OPEN DOOR RUN

ΚΥΡΙΑΚΗ 17/09  
ΣΤΗΝ ΑΡΓΥΡΟΥΠΟΛΗ



Χάρτης διαδρομής 10 χλμ. (2 στροφές)





# OPEN DOOR RUN

ΚΥΡΙΑΚΗ 17/09  
ΣΤΗΝ ΑΡΓΥΡΟΥΠΟΛΗ



## Αγώνας δρόμου 5 χλμ.

**Ημερομηνία διεξαγωγής:** Κυριακή 17 Σεπτεμβρίου 2023

**Σημείο εκκίνησης - τερματισμού:** Εταιρεία Προστασίας Σπαστικών / Πόρτα Ανοιχτή, Μαρίνου Γερουλάνου 117, Αργυρούπολη

**Ώρα εκκίνησης:** 09:00 π.μ.

**Απόσταση αγώνα:** 5 χλμ.

**Χρονικό όριο αγώνα:** Οι δρομείς θα πρέπει να ολοκληρώσουν την προσπάθειά τους σε 1 ώρα. Πέραν του χρόνου αυτού θα κινούνται στη διαδρομή με δική τους ευθύνη.

**Δικαίωμα συμμετοχής:** Δικαίωμα συμμετοχής έχουν δρομείς ηλικίας από 13 ετών και άνω. Οι ενήλικες θα τρέξουν με δική τους ευθύνη και θα πρέπει να έχουν εξεταστεί πρόσφατα από ιατρό. Οι ανήλικοι δρομείς θα τρέξουν με την ευθύνη του κηδεμόνα τους και θα πρέπει να έχουν εξεταστεί πρόσφατα από ιατρό.

**Έπαθλα-Ηλικιακές κατηγορίες:** Σε όλους τους δρομείς που θα τερματίσουν θα δοθεί αναμνηστικό μετάλλιο. Θα βραβευθούν οι τρεις (3) πρώτοι άνδρες και οι τρεις (3) πρώτες γυναίκες της γενικής κατάταξης.

**Σταθμοί τροφοδοσίας:** Ανά 2,5 χλμ. Θα υπάρχουν σταθμοί τροφοδοσίας με νερό.

# OPEN DOOR RUN

ΚΥΡΙΑΚΗ 17/09  
ΣΤΗΝ ΑΡΓΥΡΟΥΠΟΛΗ



## Πακέτα συμμετοχής:

- Απλό πακέτο: 8 ευρώ
- Ενισχυμένο: 15 ευρώ

## Το απλό πακέτο συμμετοχής περιλαμβάνει:

- Ηλεκτρονική χρονομέτρηση
- Αναμνηστικό μετάλλιο
- Γκαρνταρόμπα
- Υγειονομική κάλυψη
- Υδροδοσία

## Το ενισχυμένο πακέτο συμμετοχής περιλαμβάνει:

- **Αναμνηστικό T-Shirt**
- Ηλεκτρονική χρονομέτρηση
- Αναμνηστικό μετάλλιο
- Γκαρνταρόμπα
- Υγειονομική κάλυψη
- Υδροδοσία

**Παραλαβή πακέτων συμμετοχής:** Η παραλαβή του πακέτου συμμετοχής από όλους τους δρομείς θα γίνει το Σάββατο 16/9 12:00 - 16:00 από το Δημοτικό Κολυμβητήριο Αργυρούπολης (Τριπόλεως 6) και την Κυριακή 17/9 από τις 07:30-08:30 στο σημείο της εκκίνησης και έδρα της Εταιρείας Προστασίας Σπαστικών/Πόρτα Ανοιχτή, Μαρίνου Γερουλάνου 117, Αργυρούπολη.

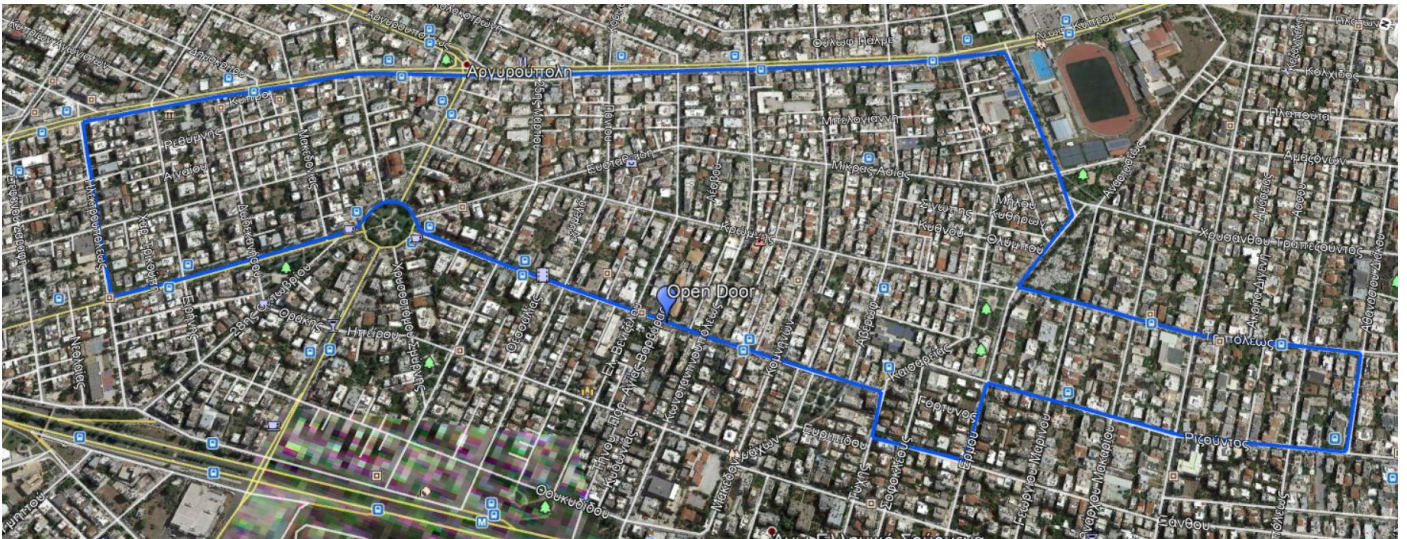
**Δηλώσεις-Εγγραφές:** <https://www.myrace.gr/event/5640/registrations.html>

# OPEN DOOR RUN

ΚΥΡΙΑΚΗ 17/09  
ΣΤΗΝ ΑΡΓΥΡΟΥΠΟΛΗ



Χάρτης διαδρομής 5 χλμ.



# OPEN DOOR RUN

ΚΥΡΙΑΚΗ 17/09  
ΣΤΗΝ ΑΡΓΥΡΟΥΠΟΛΗ



## Αγώνας δρόμου 800μ. για παιδιά & Α.Μ.Ε.Α.

**Ημερομηνία διεξαγωγής:** Κυριακή 17 Σεπτεμβρίου 2023

**Σημείο εκκίνησης - τερματισμού:** Εταιρεία Προστασίας Σπαστικών / Πόρτα Ανοιχτή, Μαρίνου Γερουλάνου 117, Αργυρούπολη

**Ώρα εκκίνησης:** 10:40 π.μ.

**Απόσταση αγώνα:** 800μ.

**Δικαίωμα συμμετοχής:** Δικαίωμα συμμετοχής έχουν παιδιά ηλικίας από 6 έως 12 ετών, τα οποία θα τρέξουν με την ευθύνη του κηδεμόνα τους και θα πρέπει να έχουν εξεταστεί πρόσφατα από ιατρό.

**Έπαθλα-Ηλικιακές κατηγορίες:** Σε όλα τα παιδιά που θα τερματίσουν θα δοθεί αναμνηστικό μετάλλιο. Θα βραβευθούν τα τρία (3) πρώτα αγόρια και τα τρία (3) πρώτα κορίτσια των κατηγοριών από 6 έως και 9 ετών, και από 10 έως 12 ετών.

**Κόστος συμμετοχής:** Δωρεάν

**Το πακέτο συμμετοχής περιλαμβάνει:**

- Ηλεκτρονική χρονομέτρηση
- Αναμνηστικό μετάλλιο
- Υγειονομική κάλυψη
- Υδροδοσία



# OPEN DOOR RUN

ΚΥΡΙΑΚΗ 17/09  
ΣΤΗΝ ΑΡΓΥΡΟΥΠΟΛΗ



**Παραλαβή πακέτων συμμετοχής:** Η παραλαβή του πακέτου συμμετοχής από όλους τους δρομείς θα γίνει το Σάββατο 16/9 12:00 - 16:00 από το Δημοτικό Κολυμβητήριο Αργυρούπολης (Τριπόλεως 6) και την Κυριακή 17/9 από τις 07:30-08:30 στο σημείο της εκκίνησης και έδρα της Εταιρείας Προστασίας Σπαστικών/Πόρτα Ανοιχτή, Μαρίνου Γερουλάνου 117, Αργυρούπολη.

**Δηλώσεις-Εγγραφές:** <https://www.myrace.gr/event/5640/registrations.html>

**Χάρτης διαδρομής 800μ.**

