

# ΥΠΟΜΝΗΜΑ: ΚΑΝΟΝΙΣΜΟΣ ΕΠΙΛΟΓΗΣ ΕΘΝΙΚΗΣ ΟΜΑΔΑΣ

## (European Athletics Off-Road Running Championships (Ljubljana - Kamnik 2026))

Το παρόν Υπόμνημα αποτελεί αναπόσπαστο μέρος της Γενικής Προκήρυξης και εξειδικεύει τις τεχνικές διατάξεις, τα βαθμολογικά κριτήρια και το αγωνιστικό πρόγραμμα που διέπουν τη διαδικασία συγκρότησης της Εθνικής Ομάδας. Στόχος είναι η διασφάλιση της αξιοκρατικής επιλογής των αθλητών και αθλητριών που θα εκπροσωπήσουν τη χώρα στην κορυφαία ευρωπαϊκή διοργάνωση του έτους.

### ΜΕΡΟΣ Α: ΚΡΙΤΗΡΙΑ ΣΥΓΚΡΟΤΗΣΗΣ ΕΘΝΙΚΗΣ ΟΜΑΔΑΣ

Διοργάνωση: European Athletics Off-Road Running Championships (Ljubljana - Kamnik 2026)  
Ημερομηνία Διεξαγωγής: 5 - 7 Ιουνίου 2026

Για την πρόκριση και στελέχωση της Εθνικής Ομάδας, ορίζεται το ακόλουθο σύστημα αξιολόγησης βάσει της βαθμολογίας ITRA.

#### 1. Σύστημα Αξιολόγησης

Η τελική κατάταξη των υποψηφίων προκύπτει από τον **Μέσο Όρο (Average)** της βαθμολογίας ITRA σε τρεις (3) αγώνες.

- **Ελάχιστα Όρια Πρόκρισης (Μ.Ο. 3 αγώνων):**

- ο **Ανδρες:** 840 ITRA Score
- ο **Γυναίκες:** 720 ITRA Score

Ειδική Ρήτρα Πρόκρισης (Μη Επίτευξη Ορίων):

Σε περίπτωση που δεν επιτευχθεί το ελάχιστο όριο βαθμολογίας από τρεις (3) αθλητές (ανά κατηγορία), την πρόκριση για το Ευρωπαϊκό Πρωτάθλημα λαμβάνει αποκλειστικά ο/η καλύτερος/η αθλητής/τρια της τελικής κατάταξης.

#### 2. Δομή Αγώνων Πρόκρισης

Για την εγκυρότητα της αξιολόγησης, οι αθλητές οφείλουν να συμμετάσχουν σε τρεις (3) αγώνες που καλύπτουν υποχρεωτικά τις εξής κατηγορίες αποστάσεων:

1. **Αγώνας Short Distance:**
  - ο Ένας (1) αγώνας με απόσταση **έως 25 χλμ.**
2. **Αγώνας Long Distance:**
  - ο Ένας (1) αγώνας με απόσταση **έως 45 χλμ.**
3. **Πανελλήνιο Πρωτάθλημα (Υποχρεωτικός):**
  - ο Συμμετοχή στο **Tihio Race 30km.**

Οι αγώνες των κατηγοριών *Short* και *Long* επιλέγονται είτε από τον εγκεκριμένο πίνακα αγώνων (Ελλάδα) είτε από διεθνείς διοργανώσεις (Εξωτερικό - κατόπιν προέγκρισης).

### 3. Σύστημα Βαθμολόγησης & Bonus (Tihio Race)

Ειδικά για τον υποχρεωτικό αγώνα (Tihio Race), εφαρμόζεται συντελεστής βαρύτητας (Bonus Factor) επί της βαθμολογίας ITRA.

Τύπος Υπολογισμού:

$$\text{Score}_{\{\text{Final}\}} = \text{Score}_{\{\text{ITRA}\}} / \text{times Factor}$$

**Πίνακας Συντελεστών (Category OW - Tihio Race):**

| Θέση Κατάταξης | Συντελεστής (Factor) |
|----------------|----------------------|
| 1η Θέση        | x 1.080              |
| 2η Θέση        | x 1.070              |
| 3η Θέση        | x 1.060              |
| 4η Θέση        | x 1.055              |
| 5η Θέση        | x 1.050              |
| 6η Θέση        | x 1.045              |
| Λοιπές Θέσεις  | x 1.000              |

Προϋπόθεση Εγκυρότητας Bonus (Κανόνας Συμμετοχών):

Για την εφαρμογή της πριμοδότησης (bonus) στους 6 πρώτους αθλητές, απαιτείται η συμμετοχή τουλάχιστον 10 αθλητών στο αντίστοιχο αγώνισμα (κατηγορία).

- Σε περίπτωση χαμηλότερης συμμετοχής (<10), ο αριθμός των αθλητών που θα αξιολογηθούν με bonus θα προσαρμόζεται **αναλογικά** με τον αριθμό των συμμετεχόντων.

### ΜΕΡΟΣ Γ: ΕΓΚΕΚΡΙΜΕΝΟΣ ΠΙΝΑΚΑΣ ΑΓΩΝΩΝ (ΕΛΛΑΔΑ)

Οι παρακάτω αγώνες πληρούν τις προδιαγραφές ITRA και εντάσσονται στο σύστημα Ranking και επιλογής της Εθνικής Ομάδας, βάσει των κατηγοριών Short & Long.

| Ημερομηνία                | Αγώνας<br>(Διοργάνωση)                   | Περιοχή           | Απόσταση        | Κατηγορία<br>Ranking |
|---------------------------|------------------------------------------|-------------------|-----------------|----------------------|
| 18 Ιανουαρίου             | LEVADOS<br>Mountain Trail                | Λιβαδειά          | 24.2 χλμ        | Short                |
| 31 Ιαν - 1<br>Φεβρουαρίου | 5ο Koumaria<br>Trail Series              | Πάτρα             | 22 χλμ / 40 χλμ | Short / Long         |
| 21-22 Μαρτίου             | 15ο Taygetos<br>Challenge                | Καρδαμύλη         | 22 χλμ / 40 χλμ | Short / Long         |
| 4-5 Απριλίου              | Hydra's Trail<br>Event                   | Ύδρα              | 38.5 χλμ        | Long                 |
| 5 Απριλίου                | Helicon<br>Mountain Race                 | Λειβαδιά          | 26 χλμ.         | Short                |
| 18-19<br>Απριλίου         | Lake Plastiras<br>Trail                  | Καρδίτσα          | 23 χλμ          | Short                |
| 3 Μαΐου                   | ΤΙΗΙΟ RACE<br>(Πανελλήνιο<br>Πρωτάθλημα) | Τείχιο<br>Δωρίδας | 30 χλμ          |                      |

## ΜΕΡΟΣ Δ: ΓΕΝΙΚΕΣ ΣΗΜΕΙΩΣΕΙΣ & ΔΙΑΔΙΚΑΣΙΕΣ

- Προσθήκη Αγώνων:** Στο σύστημα αξιολόγησης δύναται να ενταχθούν επιπλέον διοργανώσεις, κατόπιν έγκαιρης υποβολής αιτήματος προς την Ομοσπονδία.
  - ο *Προϋποθέσεις:* Έγκριση της Επιτροπής και υποχρεωτική πιστοποίηση/αξιολόγηση από την ΙΤΡΑ.
- Αγώνες Εξωτερικού:** Οι αθλητές μπορούν να δηλώσουν έως τρεις (3) αγώνες ελεύθερης επιλογής του εξωτερικού, εφόσον έχουν λάβει σχετική προέγκριση από την Ομοσπονδία και πληρούν τα κριτήρια απόστασης (Short/Long) που ορίζονται στο Μέρος Α.