

6^{ος} Νυχτερινός Αγώνας Δρόμου Λαμίας – Lamia Night & Run 2019

Αγώνας Δρόμου **10 χιλιομέτρων** – 2 στροφές των 5 χιλιομέτρων

Ο αγώνας «10.000μ» ανήκει στην κατηγορία city run με κυκλική πορεία στους ασφάλτινους δρόμους της πόλης. Είναι επίσημα μετρημένη-πιστοποιημένη διαδρομή. Επίσης στους αθλητές παρέχεται τσιπάκι χρονομέτρησης ώστε να είναι επίσημη η καταγραφή της επίδοσής τους. Η διαδρομή θεωρείται ασφαλής, παρότι είναι νυχτερινός αγώνας, καθώς αποτελείται από φωτισμένους δρόμους. Κώνοι σήμανσης έργων θα έχουν τοποθετηθεί κατά μήκος της διαδρομής μέσα από τους οποίους θα τρέχουν οι αθλητές.

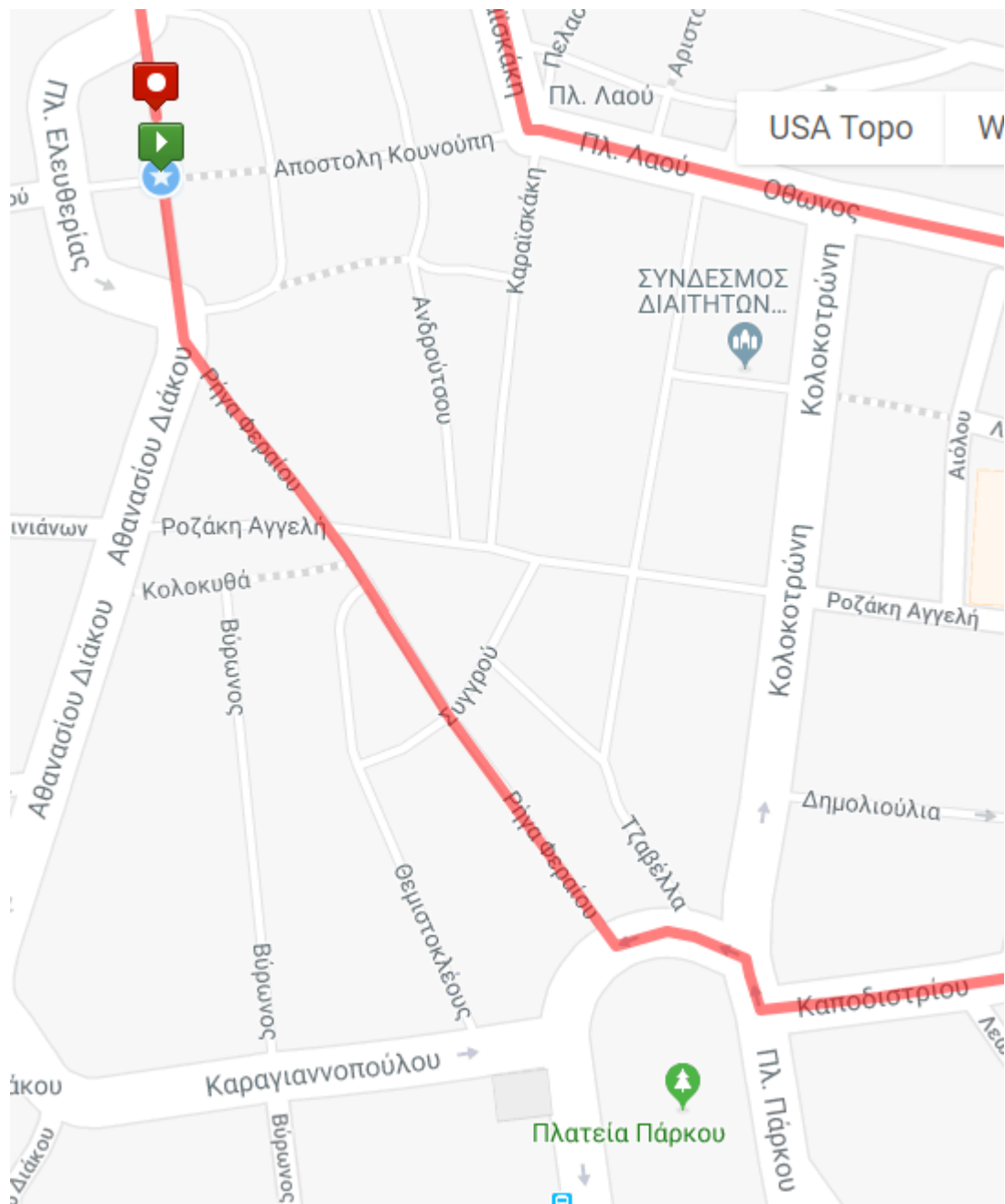
Η εκκίνηση γίνεται στην Πλατεία Ελευθερίας με κατεύθυνση προς την Πλατεία Πάρκου.

Οι αθλητές διανύουν την καθορισμένη κυκλική απόσταση των 5 χλμ. δύο φορές (2 X 5.000 μ). Έτσι ολοκληρώνουν την διαδρομή των 10 χλμ.

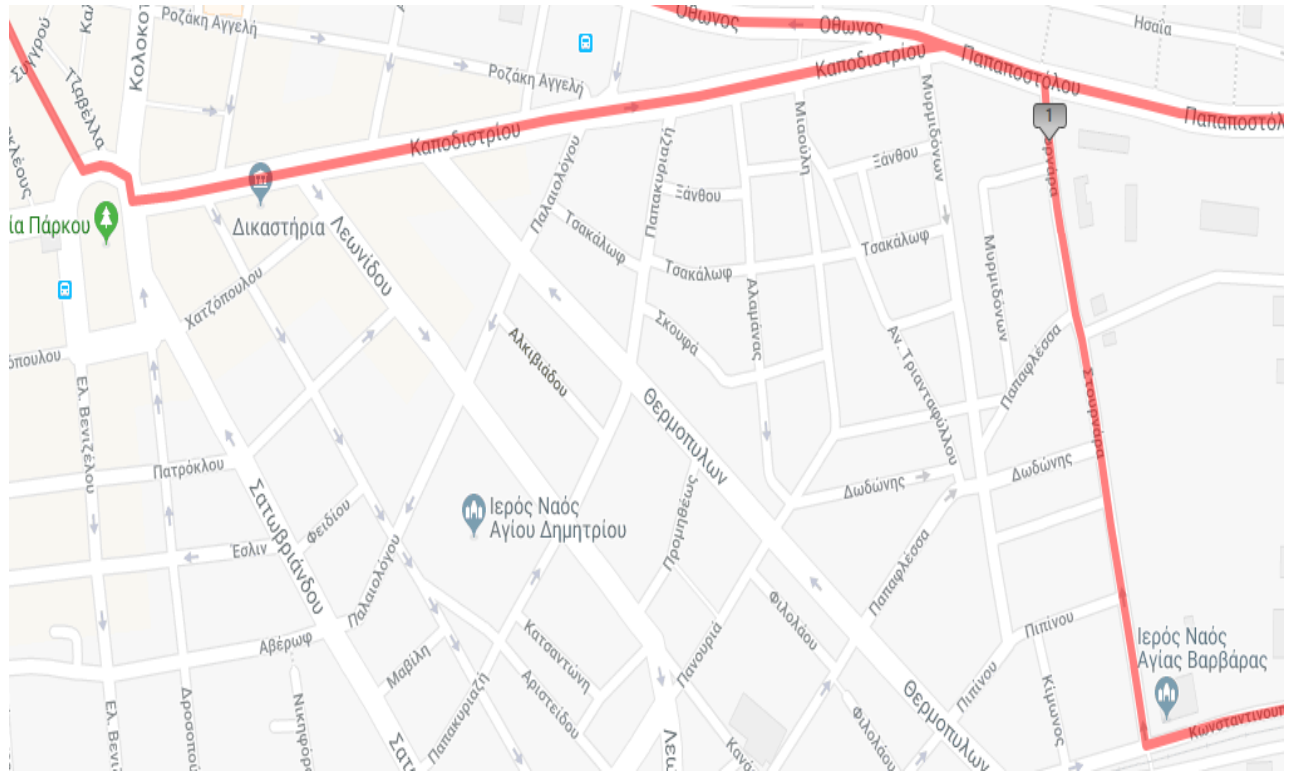
Το 5ο χιλιόμετρο βρίσκεται στο χώρο εκκίνησης στην Πλατεία Ελευθερίας. Ο τερματισμός γίνεται στην Πλατεία Ελευθερίας.

Εκκίνηση Πλατεία Ελευθερίας

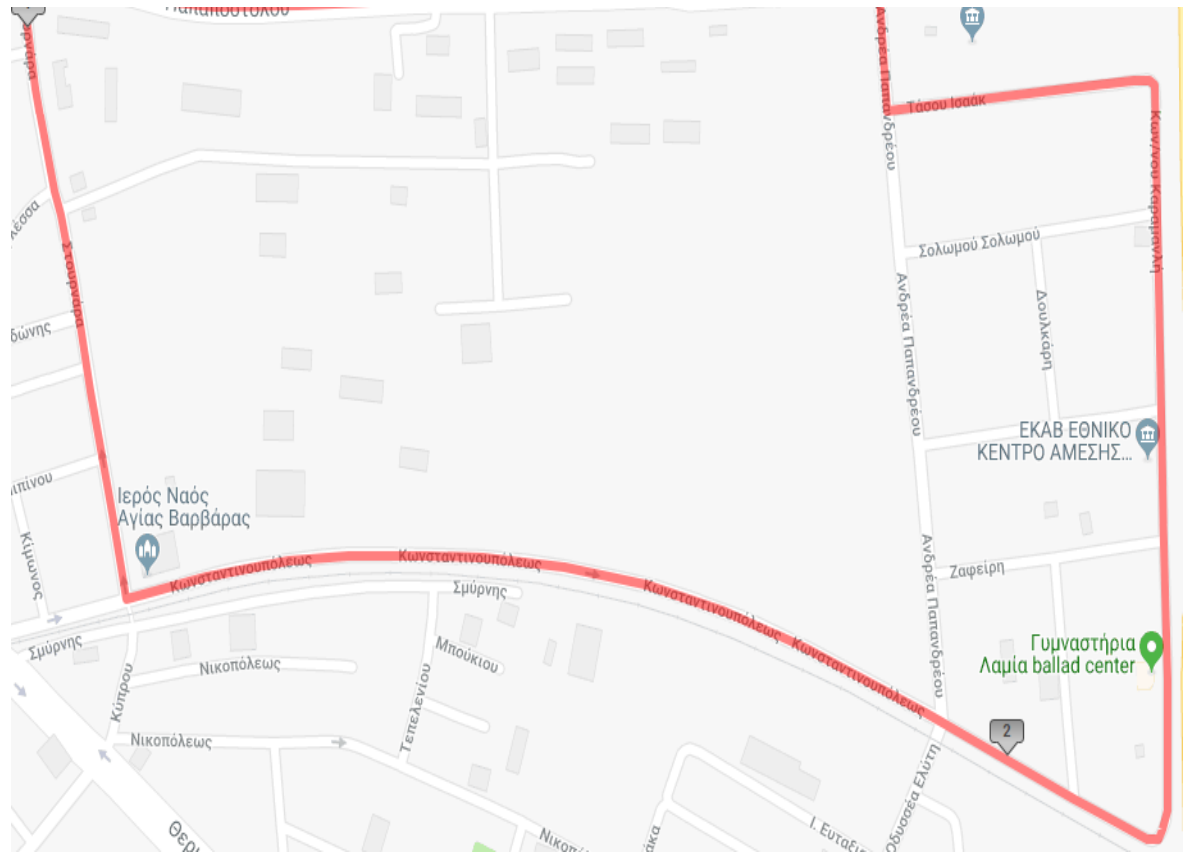
1^ο σκέλος Πλατεία Ελευθερίας – Πλατεία Πάρκου μέσω Ρήγα Φεραίου



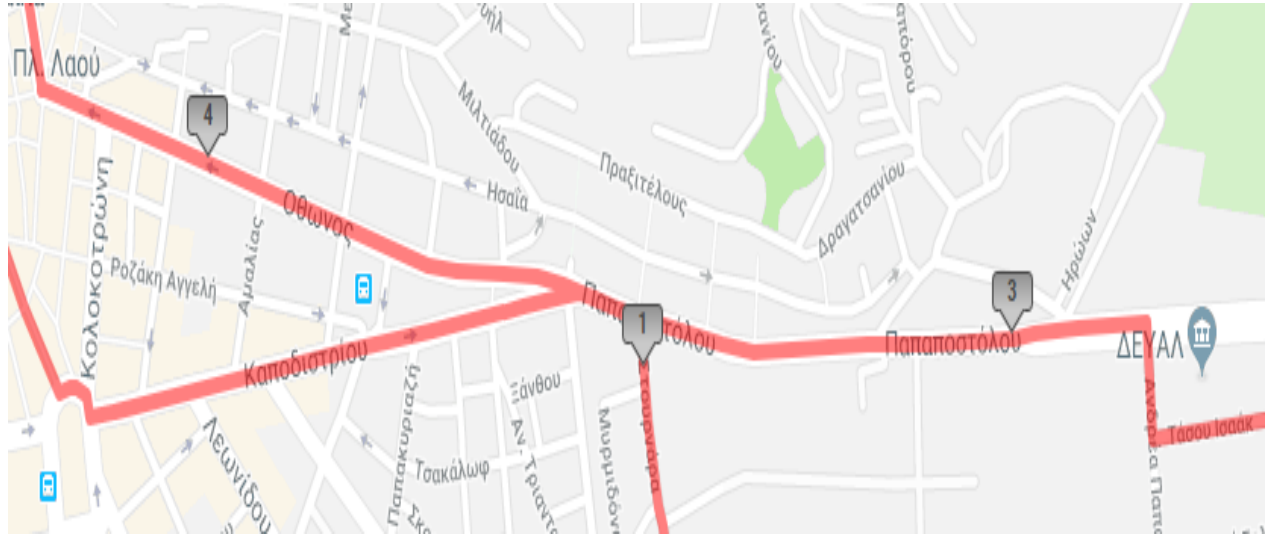
2^ο σκέλος Πλατεία Πάρκου - Κωτσόβολος – Αγία Βαρβάρα μέσω Καποδιστρίου και στροφή δεξιά στην Στουρνάρα



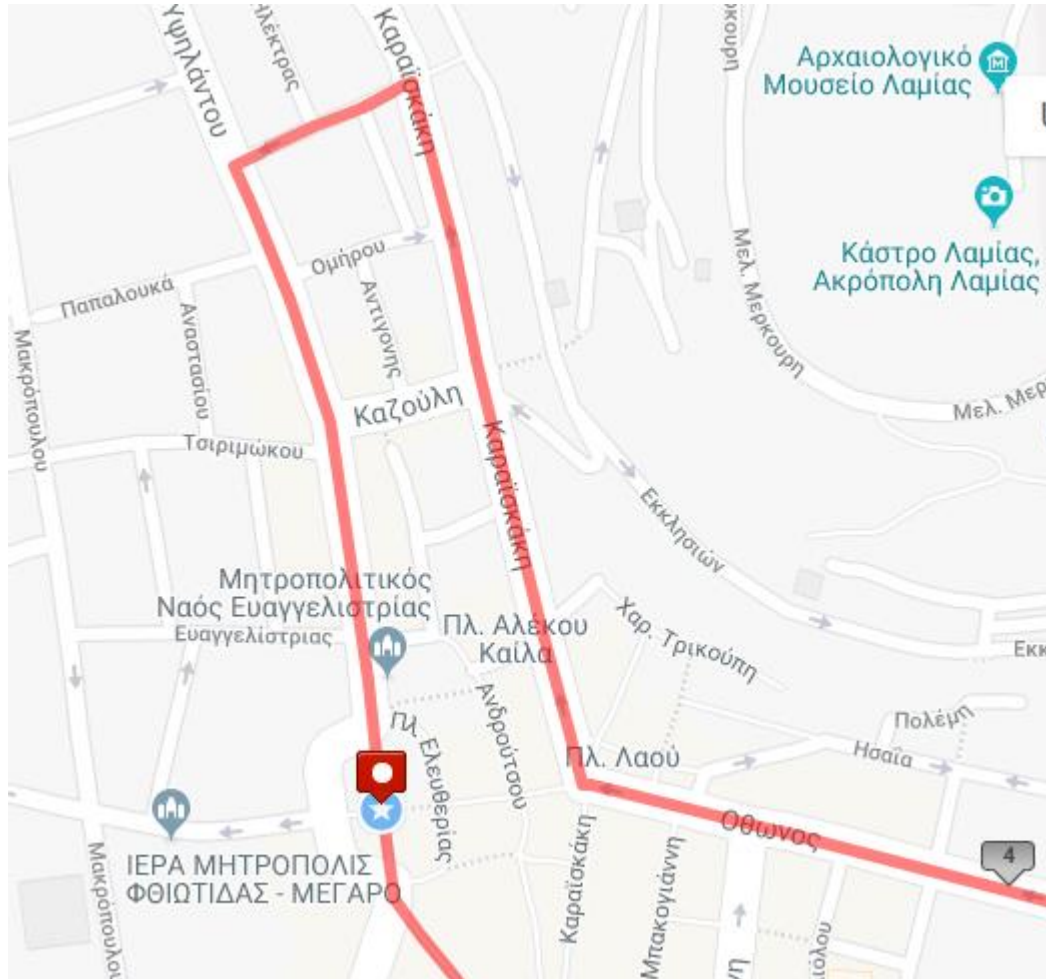
3^ο σκέλος Αγία Βαρβάρα – Νέο κτίριο ΔΕΥΑΛ μέσω Κωνσταντινουπόλεως, στροφή αριστερά στην Κωνσταντίνου Καραμανλή και Τάσου Ισαάκ, στροφή δεξιά Ανδρέα Παπανδρέου



4^ο σκέλος Νέο κτίριο ΔΕΥΑΛ – Πλατεία Λαού μέσω Παπαποστόλου και Όθωνος

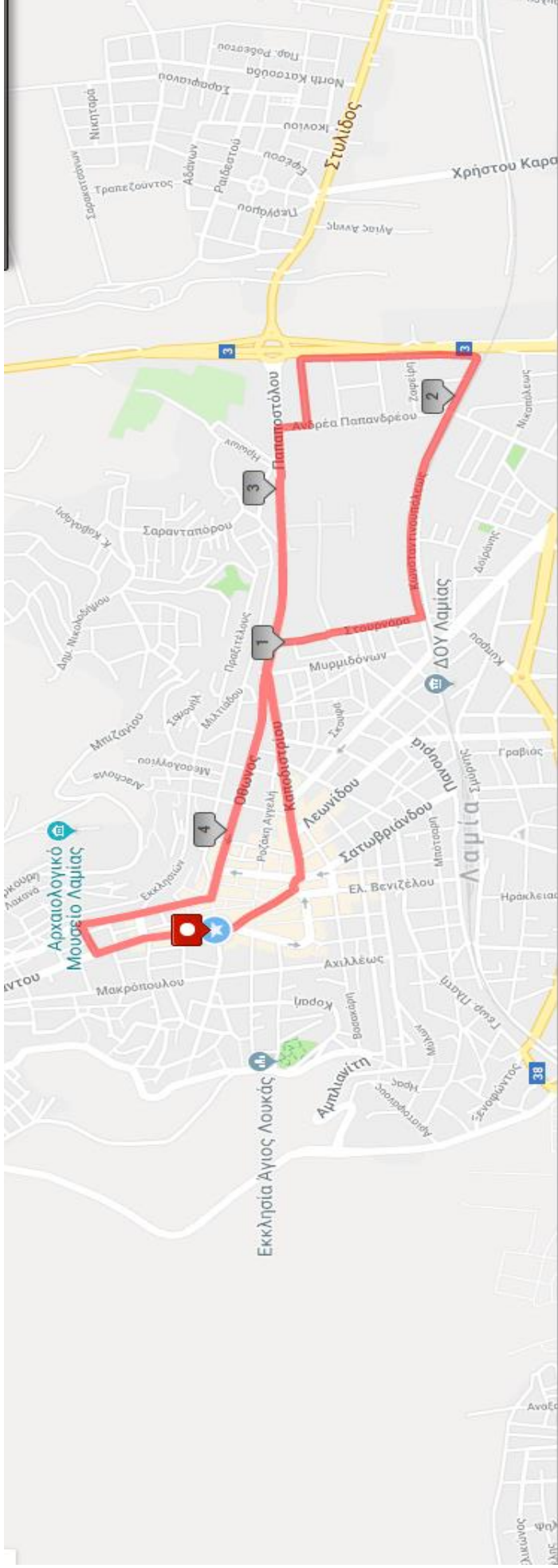


5^ο σκέλος Πλατεία Λαού – Πλατεία Ελευθερίας μέσω Καραισκάκη, στροφή αριστερά Αγνώστου Στρατιώτη (Δημοτικό Θέατρο) και στροφή αριστερά Υψηλάντη



ΣΥΝΟΨΗ

Πλατεία Ελευθερίας – Ρήγα Φεραίου – Πλατεία Πάρκου –
Καποδιστρίου – Στουρνάρα – Κωνσταντινουπόλεως - Κωνσταντίνου
Καραμανλή - Τάσου Ισαάκ - Ανδρέα Παπανδρέου – Παπαποστόλου –
Όθωνος – Πλατεία Λαού – Καραϊσκάκη – Αγνώστου Στρατιώτη
(Δημοτικό Θέατρο) – Υψηλάντη – Πλατεία Ελευθερίας



Show elevation with grades

150

100

50

0

0.99

1.98

2.96

3.95