



1973

ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΟΜΟΣΠΟΝΔΙΑ ΠΟΔΗΛΑΣΙΑΣ



Μεγάλος Χορηγός

Μαρούσι, 19/5/2026

Αριθ. Πρωτ.: 1978

HELLENIC XCO 2026 #1 (Εθνικό Κύπελλο ΧCC/ΧCO)

Τεχνικός Οδηγός

Η Ελληνική Ομοσπονδία Ποδηλασίας διοργανώνει την σειρά αναπτυξιακών αγώνων - ενταγμένων στο καλεντάρι της UCI, με την επωνυμία Hellenic XCO 2026, στις κατηγορίες Ανδρών Elite/U23, Γυναικών Elite/U23, U19 (Εφήβων, Νεανίδων), U17 (Παίδων, Κορασίδων), U15 (Παμπαίδων, Παγκορασίδων) και Μάστερ (Ανδρών - Γυναικών). Για τις κατηγορίες Master και U15 ως Κύπελλο ισχύουν οι αγώνες ΧCO μόνον.

Ο πρώτος “διπλός” αγώνας της σειράς διοργανώνεται στην Μάνδρα Αττικής, σε συνεργασία με τον Π.Σ.Μάνδρας “Δυτική Ακτή”.

1. Βαθμολογία UCI (Πίνακες):

Οι αγώνες ΧCO στις κατηγορίες Άνδρες και Γυναίκες (Elite/U23), και Έφηβοι και Νεάνιδες είναι ενταγμένοι στο αγωνιστικό πρόγραμμα της UCI (Mountain Bike UCI Calendar - Category C2) και δίνουν βαθμούς στην παγκόσμια κατάταξη, ως ακολούθως:

Category:	Place:	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Elite/U23	Points:	30	20	15	12	10	8	6	4	2	1
Juniors XCO	Points:	20	18	16	14	12	10	8	6	4	2

Οι αγώνες ΧCC στις κατηγορίες Άνδρες και Γυναίκες (Elite/U23), είναι ενταγμένοι στο αγωνιστικό πρόγραμμα της UCI (Mountain Bike UCI Calendar - Category C3) και δίνουν βαθμούς στην παγκόσμια κατάταξη, ως ακολούθως:

Category:	Place:	1	2	3	4	5
Elite/U23	Points:	10	6	4	2	1

Υποστηρικτές



Χορηγοί



Μέλος



2. Βαθμολογία ανάδειξης Κυπελλούχου Ορεινής Ποδηλασίας (Πίνακας):

Θέση	Elite, Junior, Master		K17-K15	
	XCC (μόνο Elite και Juniors)	XCO	XCC (μόνο K17)	XCO
1	20	40	12	30
2	17	30	10	25
3	15	25	8	20
4	13	20	7	17
5	11	18	6	15
6	10	16	5	13
7	9	14	4	11
8	8	13	3	9
9	7	12	2	7
10	6	11	1	6
11	5	10		5
12	4	9		4
13	3	8		3
14	2	7		2
15	1	6		1
16		5		
17		4		
18		3		
19		2		
20		1		

Νικητής (-τρια) ανά κατηγορία αναδεικνύεται ο ποδηλάτης που θα συγκεντρώσει την υψηλότερη βαθμολογία αθροιστικά σε όλους τους αγώνες ΧCC και ΧCO, που αναφέρονται παραπάνω (κυπέλλου). Σε περίπτωση ισοβαθμίας, την τελική κατάταξη κρίνει η υψηλότερη θέση σε έναν εκ των αγώνων ΧCO, και σε περίπτωση νέας ισοβαθμίας την τελική κατάταξη κρίνει η υψηλότερη θέση στον τελευταίο αγώνα Κυπέλλου.

Κατατάξεις Κυπέλλου Ορεινής Ποδηλασίας 2026:

- Ανδρες Ελίτ/Κ23
- Γυναίκες Ελίτ/Κ23
- Έφηβοι
- Νεάνιδες
- Παίδες
- Κορασίδες
- Παμπαίδες
- Παγκορασίδες
- Μάστερ Ανδρες (30+)
- Μάστερ Γυναίκες (30+)

Στην κατηγορία Μάστερς (Ανδρών και Γυναικών) η κατάταξη του Κυπέλλου είναι ενιαία, και όχι ανά ηλικιακό γκρουπ).

Υποστηρικτές



WIND TUNNEL

Χορηγοί



Μέλος



3. Πρόγραμμα Αγώνων

Σάββατο, 6 Ιουνίου 2026

- 10:30 Έναρξη Λειτουργίας Γραμματείας (στον χώρο εκκίνησης/τερματισμού) - Έλεγχος Δελτίων - Παραλαβή Αριθμών
- 12:00 – 13:00 Επίσημη Προπόνηση (με αγωνιστικούς αριθμούς) - διαδρομή ΧCC
- 12:00 Τεχνική Ενημέρωση από τον Αλυτάρχη, στους Αρχηγούς των Ομάδων στον χώρο εκκίνησης
- 13:30 ΧCC Παίδες (20')
- 14:00 ΧCC Κορασίδες - Νεάνιδες (20')
- 14:30 ΧCC Έφηβοι (25')
- 15:10 ΧCC Γυναίκες Elite/U23 (30') - UCI Cat.3**
- 15:50 ΧCC Άνδρες Elite/U23 (30') - UCI Cat.3**
- 16:30 Απονομές Επάθλων
- 18:00: Τεχνικό Συνέδριο για τον αγώνα ΧCO (Εθνικό Κύπελλο και αγώνας UCI) στο πολιτιστικό κέντρο "Μίμης Δούκας" <https://maps.app.goo.gl/Qcn9u4dJMq74sQsj8>

Κυριακή, 7 Ιουνίου 2026

- 09:00 Έναρξη Λειτουργίας Γραμματείας για έλεγχο δελτίων - Παραλαβή Αριθμών
- 09:00 – 09:45: Επίσημη Προπόνηση (με αγωνιστικούς αριθμούς)
- 10:00 U15 Παμπαίδες - Παγκορασίδες (30 - 45')
- 11:00 U17 Παίδες - Κορασίδες (45 - 60')
- 12:15 Μάστερ Άνδρες - Γυναίκες (45 - 60')
- 13:15 Απονομές U15, U17, Masters
- 13:00 – 13:45: Επίσημη Προπόνηση (με αγωνιστικούς αριθμούς)
- 14:00 U19 Έφηβοι - Νεάνιδες (60 - 75') - UCI Cat.2**
- 15:30 Elite/U23 Άνδρες - Γυναίκες (90 - 120') - UCI Cat.2**
- 17:30 Απονομές Επάθλων Elite, U23, Juniors

4. Τοποθεσία/Διαδρομές:

Οι διαδρομές βρίσκονται στην Κιάφα του Δήμου Μάνδρας - Ειδυλλίας. Η περιοχή εκκίνησης/τερματισμού είναι το σημείο "Λεκάνη" <https://goo.gl/maps/GL83rw2EB9Gre64N9>, όπου και ο χώρος συγκέντρωσης/parking ομάδων.

Διαδρομή ΧCC (1290m)

Υποστηρικτές



WIND TUNNEL

Χορηγοί

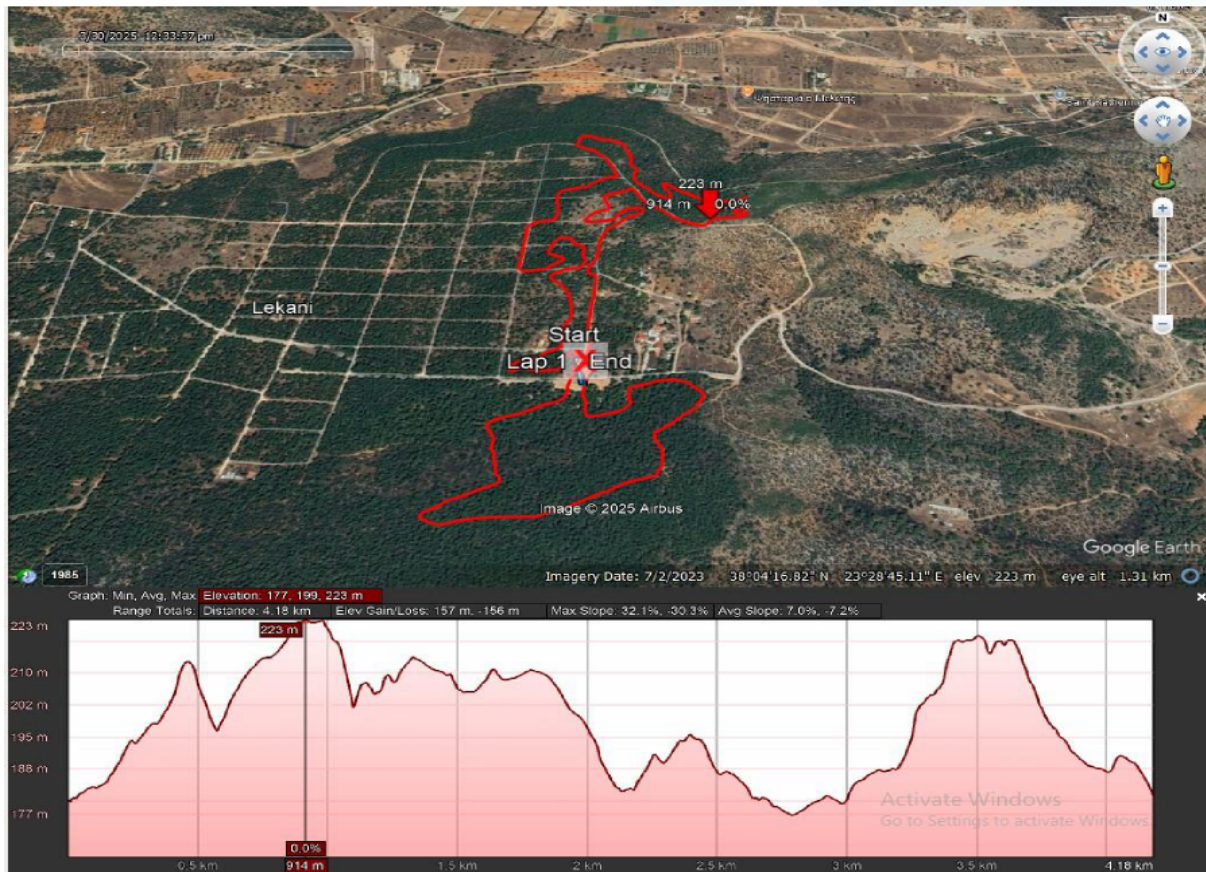


Μέλος





Διαδρομή ΧΧΟ (4.180m)



Υποστηρικτές



Χορηγοί



Μέλος



5. Συμμετοχή/Δηλώσεις Συμμετοχής:

5.1 Κάθε σωματείο, μέλος της Ε.Ο. Ποδηλασίας έχει δικαίωμα συμμετοχής στους αγώνες με απεριόριστο αριθμό ποδηλατών των κατηγοριών, που αναφέρονται παραπάνω. Δικαίωμα συμμετοχής έχουν και ποδηλάτες με διεθνή δελτία (UCI ID υποχρεωτικά) άλλων ομοσπονδιών - μελών της UCI.

5.2 Δηλώσεις συμμετοχής: Κάθε σωματείο, θα συμπληρώσει την συνημμένη φόρμα συμμετοχής (σε μορφή xlsx) μέχρι την **Τρίτη, 2 Ιουνίου 2026** και πρέπει να αποσταλεί στο e-mail: eopbike@otenet.gr, και έκτοτε καμία επιπλέον εγγραφή δεν μπορεί να πραγματοποιηθεί,

5.3 Στις δηλώσεις συμμετοχής θα φαίνεται με ευκρίνεια και με **κεφαλαίους λατινικούς χαρακτήρες**, (πλην Παμπαίδων/Παγκορασίδων) το ονοματεπώνυμο, ο αριθμός δελτίου, ο αριθμός UCI ID, και το έτος γέννησης του αθλητή. Σωματείο που δεν έχει συμπληρώσει και αποστέλλει την επίσημη φόρμα συμμετοχής των αγώνων, δεν θα μπορεί να συμμετάσχει.

5.4 Επίσης θα αναφέρεται και ο αρχηγός ομάδας (εκπρόσωπος) κάθε σωματείου, ο οποίος πρέπει να είναι κάτοχος δελτίου προσωπικού ομάδας (και δεν επιτρέπεται να είναι συμμετέχων ποδηλάτης).

5.5 Για ποδηλάτη(-ισσα), που δεν θα παρουσιαστεί στην εκκίνηση για να αγωνιστεί, ενώ έχει δηλωθεί στην δήλωση συμμετοχής του Σωματείου του, και δεν έχει ακυρώσει την συμμετοχή του, μέχρι και την ημέρα/ώρα λήξης του ελέγχου δελτίων της Γραμματείας, θα αφαιρούνται 10 βαθμοί από την ετήσια βαθμολογία του Σωματείου του ανά αθλητή/αγώνισμα.

5.6 Σωματείο που δεν συμπληρώσει την επίσημη δήλωση συμμετοχής δεν μπορεί να λάβει μέρος στους αγώνες.

5.7 Παράβολο συμμετοχής: Το παράβολο συμμετοχής ανά αθλητή, το οποίο θα εξυπηρετεί τις ανάγκες της διοργάνωσης, ορίζεται στα **30 ευρώ** για τις κατηγορίες Ανδρών – Γυναικών, Εφήβων - Νεανίδων, και στα **15 ευρώ** για τις λοιπές κατηγορίες για κάθε αγώνα, ξεχωριστά.

5.8 Τα παράβολα θα πληρωθούν συγκεντρωτικά ανά σωματείο με κατάθεση στον τραπεζικό λογαριασμό της Ελληνικής Ομοσπονδίας Ποδηλασίας με IBAN: GR5802601530000020200654714 (Eurobank). Τυχόν τραπεζικές κρατήσεις βαρύνουν τους συμμετέχοντες. Το αποδεικτικό κατάθεσης πρέπει να αποσταλεί μέχρι και την Πέμπτη 4/6/2026 στο e-mail: eopbike@otenet.gr

5.9 Σειρές εκκίνησης θα ανακοινωθούν το αργότερο 60' πριν την έναρξη της πρώτης κατηγορίας.

5.10 Σύμφωνα με την εγκύκλιο 1/2026 της Τεχνικής Επιτροπής, οι αγώνες διεξάγονται ανεξάρτητα από το σύνολο των συμμετεχόντων ανά κατηγορία, με ξεχωριστή κατάταξη (και φύλλο αγώνα) ανά κατηγορία, με τις ακόλουθες παρατηρήσεις:

- Στους αγώνες ΧCC/ΧCO θα υπάρχει κοινή κατάταξη/βράβευση για τις κατηγορίες Elite και U23
- Στους αγώνες ΧCO θα υπάρχει ξεχωριστή κατάταξη (για τα φύλλα αγώνα μόνο) για τα ηλικιακά γκρουπ των Μάστερς, στο οποίο συμμετέχουν περισσότεροι των 8 ποδηλατών. Σε περίπτωση που σε ένα ή περισσότερα ηλικιακά γκρουπ συμμετέχουν λιγότεροι των 8, θα γίνεται ενοποίηση κατάταξης, με το πλησιέστερο.

6 Τόπος και Ώρες Λειτουργίας Γραμματείας:

Η Γραμματεία θα λειτουργήσει, σύμφωνα με το παραπάνω πρόγραμμα σε χώρο δίπλα στην εκκίνηση/τερματισμό. Τις ώρες λειτουργίας θα γίνεται ο έλεγχος των δελτίων και η παραλαβή των αριθμών του αγώνα. Η χρήση αριθμού ποδηλάτου είναι υποχρεωτική και στην επίσημη προπόνηση.

Υποστηρικτές



WIND TUNNEL

Χορηγοί



Μέλος



7. Τεχνικό Συνέδριο:

Θα υπάρξει Τεχνική Ενημέρωση τόσο για τον αγώνα ΧCC όσο και για τον αγώνα ΧCO. **Η παρουσία των αρχηγών των ομάδων είναι υποχρεωτική.**

8. Κανονισμοί αγώνα:

Οι αγώνες διεξάγονται με τον κανονισμό αγώνων της Ε.Ο.Ποδηλασίας, και με τους ειδικούς κανονισμούς της UCI για την Ορεινή Ποδηλασία, καθώς επίσης και με τους Γενικούς Κανονισμούς της UCI περί εξοπλισμού (ποδήλατο, εξαρτήματα, ρουχισμός κ.α).

9. Τεχνικά θέματα:

9.1 Οι ποδηλάτες είναι υπεύθυνοι να παρακολουθούν τον αγωνιστικό τους εξοπλισμό και την κατάσταση αυτού. Υποχρεωτικός ο αριθμός ποδηλάτου στις προπονήσεις και ο αριθμός πλάτης, κατά την διάρκεια των αγώνων (προκριματικού και τελικού).

9.2 Ποδηλάτες, που ανήκουν σε ομάδα αναγνωρισμένη από την UCI (*MTB Team*) θα αγωνιστούν με την επίσημη εμφάνιση της ομάδας αυτής.

9.3 Οι ποδηλάτες που εμπλέκονται σε απονομές επάθλων θα προσέλθουν σε αυτές, **αυστηρά** με την αγωνιστική τους εμφάνιση χωρίς ποδήλατα και αξεσουάρ.

9.4 Προπορευόμενοι Κατάταξης Κυπέλλου Ελλάδος. Οι προπορευόμενοι ποδηλάτες σε κάθε κατηγορία, μετά το πρώτο αγώνα (ΧCC) θα φορούν υποχρεωτικά την εμφάνιση του προπορευόμενου

10. Έπαθλα:

Στον Νικητή (-τρια), **μετάλλιο** και **τιμητικό δίπλωμα** στους τρεις πρώτους νικητές και νικήτριες κάθε κατηγορίας, κάθε αγωνίσματος.

Απονομή Φανέλας Προπορευόμενου Κυπέλλου Ελλάδος, από το πρώτο αγώνισμα (ΧCC) στον προπορευόμενο κάθε κατηγορίας.

11. Απονομές Επάθλων:

Θα διεξαχθούν σε χώρο πλησίον του τερματισμού του αγώνα, σύμφωνα με το πρόγραμμα.

12. Έλεγχος Αντιντόπινγκ:

Σε περίπτωση που ο Εθνικός Οργανισμός Καταπολέμησης Ντόπινγκ αποφασίσει ελέγχους, θα υπάρξει ενημέρωση για τους εμπλεκόμενους, σύμφωνα με τους κανονισμούς της ΕΟΠ, της UCI και του ΕΟΚΑΝ.

13. Ποινές:

Στον αγώνα θα εφαρμοστούν οι ποινές που αναφέρονται στους κανονισμούς της UCI.

14. Αγωνόδικος Επιτροπή:

- Αλυτάρχης (για τους αγώνες UCI): *Θα ανακοινωθεί από την UCI*
- Πάνελ Κομισάριων: *Θα ανακοινωθεί*

15. Διευθυντής Αγώνα: Τζιτζικάκης Σπύρος (6947830230) spiros.tzitzikakis@gmail.com

16. Πλησιέστερο Νοσοκομείο: Γενικό Νοσοκομείο Ελευσίνας “Θριάσιο” (Λεωφ. Γ.Γεννηματά, Μαγούλα)

17. Αποδοχή Συμμετοχής/Προσωπικά Δεδομένα:

Υποστηρικτές



WIND TUNNEL

Χορηγοί



Μέλος



17.1 Με την συμμετοχή του στον αγώνα, ο ποδηλάτης αποδέχεται το περιεχόμενο και τους όρους της παρούσας προκήρυξης των αγώνων.

17.2 Άπαντες οι συμμετέχοντες στους αγώνες με οποιαδήποτε μορφή, αθλητές, προπονητές, συνοδοί, θεατές και όλοι οι εμπλεκόμενοι στην διοργάνωση, αποδέχονται όπως τα προσωπικά τους στοιχεία, τα αποτελέσματα αγώνων με τις επιδόσεις, τις φωτογραφίες, τα βίντεο αυτών, να δίνονται στον έντυπο και ηλεκτρονικό Τύπο, στα ηλεκτρονικά μέσα δικτύωσης και επικοινωνίας, και να επεξεργάζονται από τον διοργανωτή του αγώνα και τους συνδιοργανωτές αυτού.

1.13.3 Οι αθλητές/τριες συμμετέχουν στους αγώνες με δικιά τους ευθύνη και ο διοργανωτής δεν έχει καμία υποχρέωση για κάθε ενδεχόμενο ατύχημα ως και φθορά ή απώλεια αγωνιστικού υλικού, ενδυμάτων κλπ.

1.13.4 Το πρόγραμμα αγώνων μπορεί να τροποποιηθεί σύμφωνα με τις ιδιαιτερότητες του αγώνα. Αρμόδιοι για την κατάρτιση και επισημοποίηση του προγράμματος του αγώνα καθώς και για ό,τι δεν προβλέπει η παρούσα προκήρυξη, είναι ο εκπρόσωπος της Τεχνικής Επιτροπής και ο Αλυτάρχης του αγώνα.

18 Υγειονομικό Πρωτόκολλο:

Οι αγώνες διεξάγονται με βάση το επικαιροποιημένο υγειονομικό αγωνιστικό πρωτόκολλο της Ε.Ο.Π. και τις οδηγίες της Γ.Γ.Α.

Με αθλητικούς χαιρετισμούς


Πρόεδρος



Διαμαντόπουλος Βασίλης



Γεν. Γραμματέας



Τσάκωνα Τβίσις Σαμπρίνα

Υποστηρικτές



WIND TUNNEL
WIND TUNNEL

Χορηγοί



Μέλος

