



**Μέλος του ΣΕΓΑΣ**  
ΣΥΝΔΕΣΜΟΣ ΕΛΛΗΝΙΚΩΝ  
ΓΥΜΝΑΣΤΙΚΩΝ & ΑΘΛΗΤΙΚΩΝ  
ΣΩΜΑΤΕΙΩΝ  
Ο ΣΕΓΑΣ είναι μέλος της IAFF - EAA



**ΑΘΛΗΤΙΚΟ ΣΩΜΑΤΕΙΟ  
ΑΓΙΑΣ ΠΑΡΑΣΚΕΥΗΣ**



**Μέλος της ΕΟΣΛΜΑ-Υ**  
ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΟΜΟΣΠΟΝΔΙΑ ΣΥΛΛΟΓΩΝ  
ΛΑΪΚΟΥ ΜΑΖΙΚΟΥ ΑΘΛΗΤΙΣΜΟΥ  
ΥΠΕΡΑΠΟΣΤΑΣΕΩΝ  
ΕΟΣΛΜΑ-Υ είναι μέλος της F.I.S.p.T – U.E.S.p.T

**Δευτέρα, 13 Ιανουαρίου 2020**

## ΔΕΛΤΙΟ ΤΥΠΟΥ

Η ομάδα Santa Running Team του Αθλητικού Σωματείου Αγίας Παρασκευής (ΑΣΑΠ) έχει ήδη ξεκινήσει να τρέχει για τη νέα χρονιά σημειώνοντας 4 νέες συμμετοχές σε αγώνες δρόμου αλλά και εκτός δρόμου. Στο **Ίδρυμα Σταύρος Νιάρχος (ΙΣΝ)** στην διοργάνωση SNF RUN: 2020 FIRST RUN πραγματοποιήθηκε την πρωτοχρονιά ο πρώτος αγώνας της ομάδας για φέτος και ακολούθησαν ο αγώνας δρόμου του Άλσους Δαφνίου, και οι αγώνες βουνού 6ο Ελάφι Βαρυμπόμπης και Salomon Mountain Cup 2020.

### SNF RUN: 2020 FIRST RUN

Στην αλλαγή του χρόνου, για τέταρτη συνεχή Παραμονή Πρωτοχρονιάς το **Ίδρυμα Σταύρος Νιάρχος (ΙΣΝ)** έδωσε την εκκίνηση για τον αγώνα SNF RUN 4χλμ γύρω από το ΚΠΙΣΝ καλωσορίζοντας με αθλητική διάθεση τη νέα χρονιά.



Η διοργάνωση δίνει τη δυνατότητα στους αθλητές να προσφέρουν με τη συμμετοχή τους υποστήριξη στο **έργο μη κερδοσκοπικών οργανώσεων υπέρ της προστασίας εύλωτων παιδιών.**

Μετά το εντυπωσιακό show των πυροτεχνημάτων 10 αθλητές της Santa Running Team παρευρέθηκαν στο Ίδρυμα Σταύρος Νιάρχος και έτρεξαν την βραδινή αυτή διαδρομή των 4 χιλιομέτρων που συμμετείχαν 773 αθλητές.

### 21ΟΣ ΛΑΪΚΟΣ ΑΓΩΝΑΣ ΔΡΟΜΟΥ ΣΤΟ ΑΛΣΟΣ ΔΑΦΝΙΟΥ

Στις 4 Ιανουαρίου στην περιοχή του Δαφνίου διοργανώθηκε για 21<sup>η</sup> συνεχή χρονιά ο αγώνας των 10 χλμ. για ενήλικες και 2 χλμ. για παιδιά με ταυτόχρονη πεζοπορία 10 χλμ. για αρχάριους στον εναλλακτικό τόπο άθλησης-περιπάτου στο Άλσος Δαφνίου.

Η ομάδα μας συμμετείχε στον αγώνα όπου ο αθλητής μας **Γεώργιος Τσιγερίδης** κατέκτησε την **1<sup>η</sup> θέση** στη Γενική κατάταξη ανάμεσα σε 305 δρομείς με χρόνο **38:28**.





**Μέλος του ΣΕΓΑΣ**  
ΣΥΝΔΕΣΜΟΣ ΕΛΛΗΝΙΚΩΝ  
ΓΥΜΝΑΣΤΙΚΩΝ & ΑΘΛΗΤΙΚΩΝ  
ΣΩΜΑΤΕΙΩΝ  
Ο ΣΕΓΑΣ είναι μέλος της IAFF - EAA



**ΑΘΛΗΤΙΚΟ ΣΩΜΑΤΕΙΟ  
ΑΓΙΑΣ ΠΑΡΑΣΚΕΥΗΣ**



**Μέλος της ΕΟΣΛΜΑ-Υ**  
ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΟΜΟΣΠΟΝΔΙΑ ΣΥΛΛΟΓΩΝ  
ΛΑΪΚΟΥ ΜΑΖΙΚΟΥ ΑΘΛΗΤΙΣΜΟΥ  
ΥΠΕΡΑΠΟΣΤΑΣΕΩΝ  
ΕΟΣΛΜΑ-Υ είναι μέλος της F.I.S.p.T – U.E.S.p.T

## **6<sup>ο</sup> ΕΛΑΦΙ ΒΑΡΥΠΟΜΠΗΣ 6 & 16 χλμ.**

Με δύο διαδρομές, μία μικρή 6 χλμ. για τους αρχάριους και μία μεγαλύτερη 16χλμ. για πιο έμπειρους αθλητές πραγματοποιήθηκε στις 5 Ιανουαρίου ο 6<sup>ος</sup> αγώνας «Ελάφι Βαρυμπόμπης»

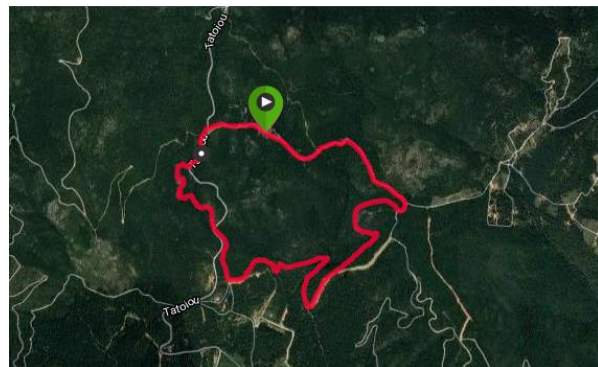


στους πρόποδες της Πάρνηθας. Πρόκειται για ένα δρομικό γεγονός με υψηλό βαθμό δυσκολίας καθώς πέρα από το ανισόπεδο έδαφος οι απαιτήσεις στις αντοχές των αθλητών αυξάνουν και ανάλογα των καιρικών συνθηκών που επικρατούν στην ευρύτερη περιοχή.

Στην διοργάνωση της Βαρυμπόμπης η ομάδα της Santa Running Team αποτέλεσε την πολυπληθέστερη συμμετοχή με 24 δρομείς της στην διαδρομή των 16 απαιτητικών χιλιομέτρων που συγκέντρωσε συνολικά 401 αθλητές από διάφορες περιοχές. Ειδικότερα, από τα αποτελέσματα της ομάδας μας στα 16 χλμ.

αναφέρονται η **14<sup>η</sup> θέση** στη γενική κατηγορία του **Κωνσταντίνου Βερόγκου** με χρόνο **1:31:56** στο σύνολο των 349 αθλητών αλλά και η **16<sup>η</sup> θέση** της **Φωτεινής Σβάρνα** στις γυναίκες με χρόνο **1:58:55**.

Στον αγώνα των 6χλμ ξεχώρισε ο **Βασίλης Τσιμόγιαννης** με την **8<sup>η</sup> θέση** Γενικής με χρόνο 34:43 και η **Αννα Πολύζου** **22<sup>η</sup> θέση** στις γυναίκες με χρόνο **52:36**.



## **SALOMON MOUNTAIN CUP 2020**

Στις **12 Ιανουαρίου πραγματοποιήθηκε** ο πρώτος αγώνας από τη χειμωνιάτικη σειρά trail running αγώνων **Salomon Mountain Cup** στα βουνά της Αττικής. Η διοργάνωση διεξήχθη



στο Κρυονερί ενώ τους επόμενους μήνες αναμένονται άλλοι 2 αγώνες στην Πάρνηθα και στην Πεντέλη. Πρόκειται για τρεις ξεχωριστές διαδρομές, πολύ διαφορετικές μεταξύ τους που καλύπτουν όμως όλες τις απαιτήσεις αγώνων ορεινού τρεξίματος. Οι αποστάσεις κάθε αγώνα είναι σχετικά μικρές 10-14χλμ για να μπορούν να ανταπεξέλθουν και νέοι στον χώρο αθλητές ενώ πάντα υπάρχει και μία δεύτερη, μικρότερη

**Αθλητικό Σωματείο Αγίας Παρασκευής (Α.Σ.Α.Π.) – Santa Athletic Club**  
Δημητρίου Ράλλη 19, 15342, Αγία Παρασκευή – [www.asap.org.gr](http://www.asap.org.gr) – [info@asap.org.gr](mailto:info@asap.org.gr)



**Μέλος του ΣΕΓΑΣ**  
ΣΥΝΔΕΣΜΟΣ ΕΛΛΗΝΙΚΩΝ  
ΓΥΜΝΑΣΤΙΚΩΝ & ΑΘΛΗΤΙΚΩΝ  
ΣΩΜΑΤΕΙΩΝ  
Ο ΣΕΓΑΣ είναι μέλος της IAFF - EAA



**ΑΘΛΗΤΙΚΟ ΣΩΜΑΤΕΙΟ  
ΑΓΙΑΣ ΠΑΡΑΣΚΕΥΗΣ**



**Μέλος της ΕΟΣΛΜΑ-Υ**  
ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΟΜΟΣΠΟΝΔΙΑ ΣΥΛΛΟΓΩΝ  
ΛΑΪΚΟΥ ΜΑΖΙΚΟΥ ΑΘΛΗΤΙΣΜΟΥ  
ΥΠΕΡΑΠΟΣΤΑΣΕΩΝ  
ΕΟΣΛΜΑ-Υ είναι μέλος της F.I.S.p.T – U.E.S.p.T

διαδρομή με μήκος 5-7 χλμ. χωρίς ιδιαίτερη τεχνική δυσκολία, για αυτούς που δεν έχουν ακόμα την σχετική εξοικείωση.

Πολυπληθής ήταν η συμμετοχή της ομάδας του ΑΣΑΠ στον αγώνα του Κρυονερίου που με 16 αθλητές της κατέδειξε την δυναμική της πρόθεση και την αγωνιστική της διάθεση για την νέα χρονιά. Από την ομάδα αναφέρονται η **21<sup>η</sup> θέση** του προπονητή μας **Κελαΐδη Ιωσήφ** στην γενική κατηγορία στο σύνολο των 415 δρομέων και στην **4<sup>η</sup> θέση** της ηλικιακής κατηγορίας στο σύνολο των 83 αθλητών των 14 χλμ. με χρόνο **01:13:46** καθώς και η **7<sup>η</sup> θέση** στην γενική κατάταξη του **Τσιμόγιαννη Βασίλη** στον αγώνα των 9 χλμ. στο σύνολο των 208 συμμετεχόντων.

Η ομάδα μας κατέλαβε την **5<sup>η</sup> θέση** στο ομαδικό στα 14χλμ. με συνολικό χρόνο των τριών αθλητών μας **Ιωσήφ Κελαΐδη, Κωνσταντίνου Βερόγκου και Γιώργου Βιδάλη 3:45:24!**