

22-23 APRIL

**#DISCOVER
YOURSELF**



Intro //

ΕΙΣΑΓΩΓΗ



WE ARE UNITED

Σας καλωσορίζουμε για 3η χρονιά στο σπίτι μας! Λίγες μέρες απομένουν για την εκκίνηση του **#MOSCHOPODITRAIL2023** !

Περισσότεροι από 1600 επισκέπτες ετοιμάζονται το Σαββατοκύριακο 22-23 Απρίλιου να επισκεφθούν τη Θήβα και το δάσος Μοσχοποδίου και εμείς είμαστε εδώ για να σας φιλοξενήσουμε!

Θέτοντας το πήχη ψηλότερα, λαμβάνοντας υπ' όψη τις αξιολογήσεις σας και τους στόχους μας, σας υποσχόμαστε μια μοναδική εμπειρία μέσα και έξω από το τερν.

WELCOME

BIENVENUE

ΚΑΛΩΣ ΟΡΙΣΑΤΕ

**WELCOME TO OUR HOME FOR THE SECOND YEAR!
THERE ARE A FEW DAYS LEFT FOR THE START OF
[#MOSCHOPODITRAIL2023!](#)**

**MORE THAN 1000 VISITORS ARE PREPARING ON
SUNDAY, MAY 8 TO VISIT THEBES AND THE FOREST
OF MOSCHOPODI AND WE ARE HERE TO HOST YOU!**

WE PROMISE A UNIQUE EXPERIENCE.

RUNWITHYOURHEART

MOSCHOPODI TRAIL 2023



DISCOVER YOURSELF

22 - 23 APRIL

MOSCHOPODI THEATRE, THIVA

**21K-10K RUN
10K-5K WALK**

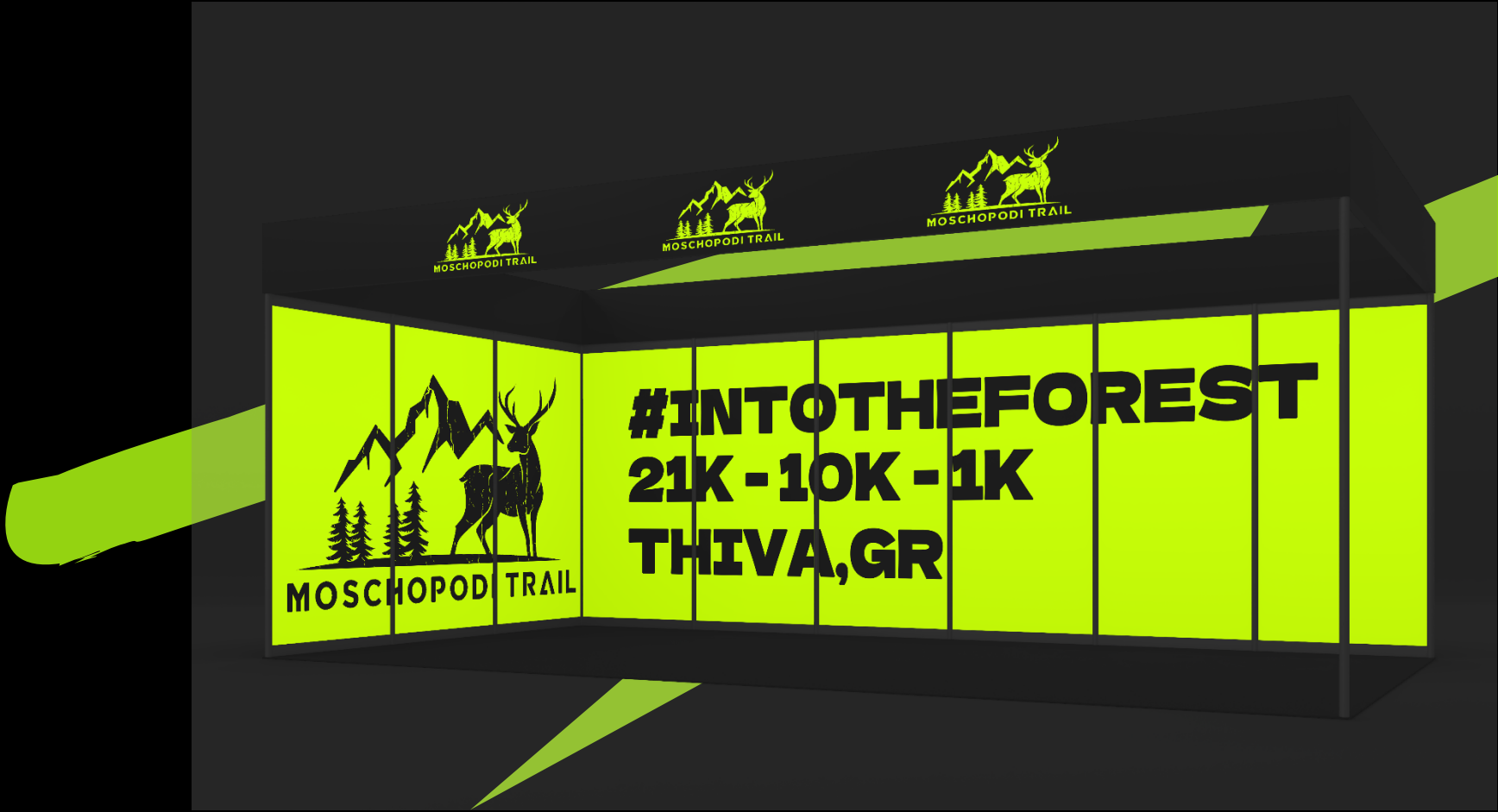


www.moschopodiexperience.gr

22-23 APRIL



**#FOLLOW
THEDEER**



into

ΠΑΡΑΛΑΒΗ

Η διάθεση του εξοπλισμού θα πραγματοποιηθεί
το *Σάββατο 22 Απρίλιου 18:30-21:00* στο περίπτερο της
διοργάνωσης στην οδό Επαμεινώνδα 147
και τη *Κυριακή 06:45 – 08:30* στο Θέατρο Μοσχοποδίου

The equipment will be disposed of
on *Saturday, April 22, 18:30-21:00* at our stand
event at 147 Epaminondas street.
and on *Sunday 06:45 - 08:30* at the Moschopodi Theater



ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΑΓΩΝΩΝ

22APRIL

30K E-BIKE

15:45

30K MTB

16:00

23APRIL

21K RUN

09:00

10K RUN

09:20

10K WALK

09:25

5K WALK

09:30

MOSCHOPODAKI

12:15

23APRIL

**MEDAL
CEREMONIES**

12:30

**CONCERT "YOUTH
VALLEY"**

13:00



**ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ
ΑΓΩΝΩΝ**



#μένουμε_ασφαλείς
#stay_safe

Ενυδατωνόμαστε συχνά - Φοράμε καπέλο

We hydrate often - We wear a hat

τι να προσέξεις - τι να πάρεις

#INTOTHEFOREST



CLOTHING

IMATIZIMON

ΔΙΑΧΕΙΡΙΣΗ ΙΜΑΤΙΣΜΟΥ

Οι συμμετέχοντες δρομείς θα πρέπει να παραδίδουν τους σάκους με τα προσωπικά τους αντικείμενα στον ειδικά διαμορφωμένο χώρο παράδοσης (στο χώρο του θέατρου), απ όπου και θα τον παραλαμβάνουν μετά τον τερματισμού τους, με την επίδειξη του αριθμού συμμετοχής (bib number).

Προσοχή! Με την παραλαβή του αγωνιστικού σας πακέτου θα παραλάβετε και ένα αυτοκόλλητο με τον αριθμό συμμετοχής, το οποίο θα πρέπει να κολλήσετε στον σάκο σας.

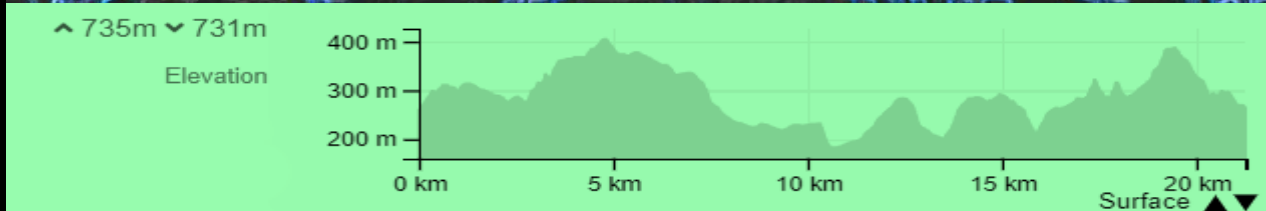
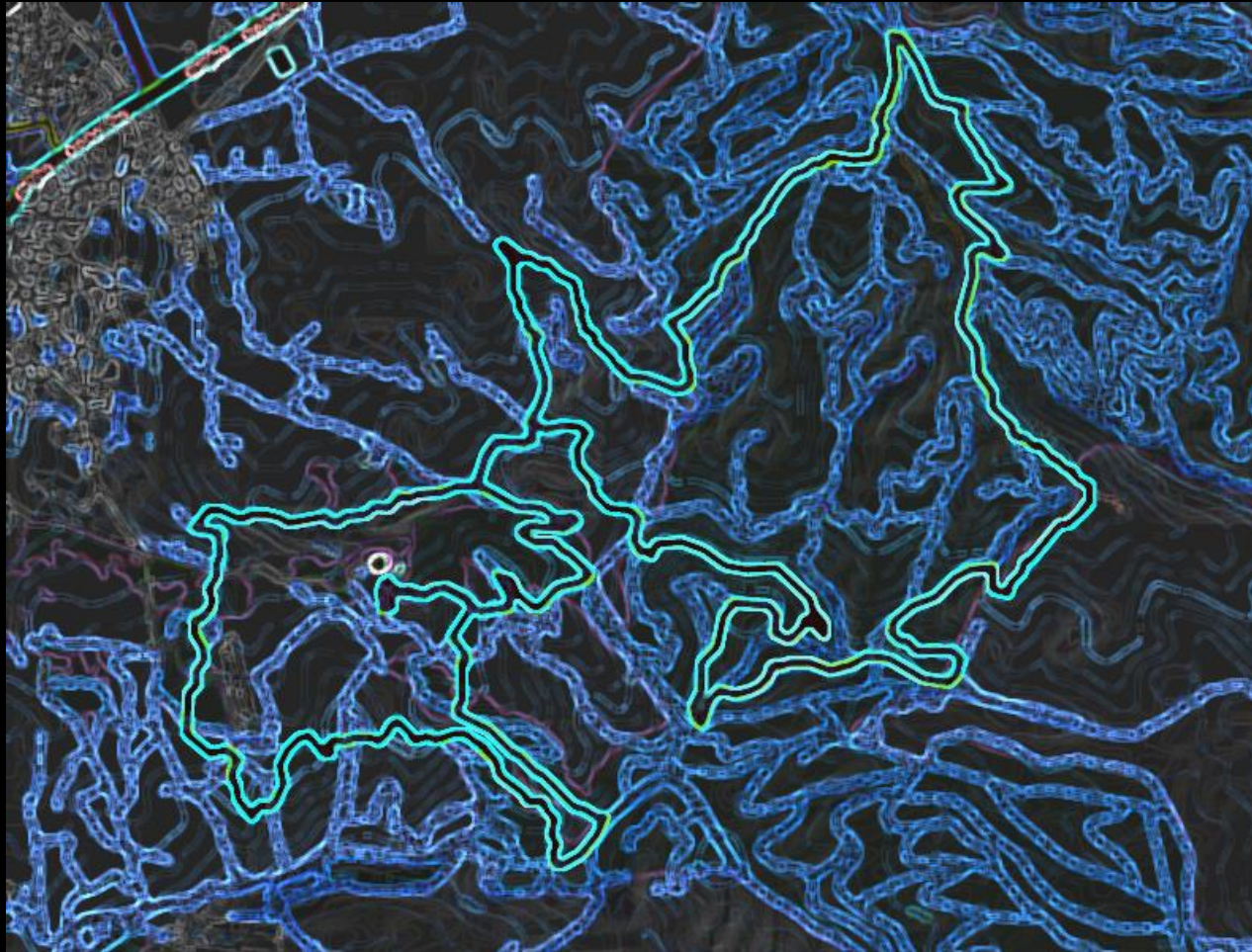
#INTOTHEFOREST



ROUTES

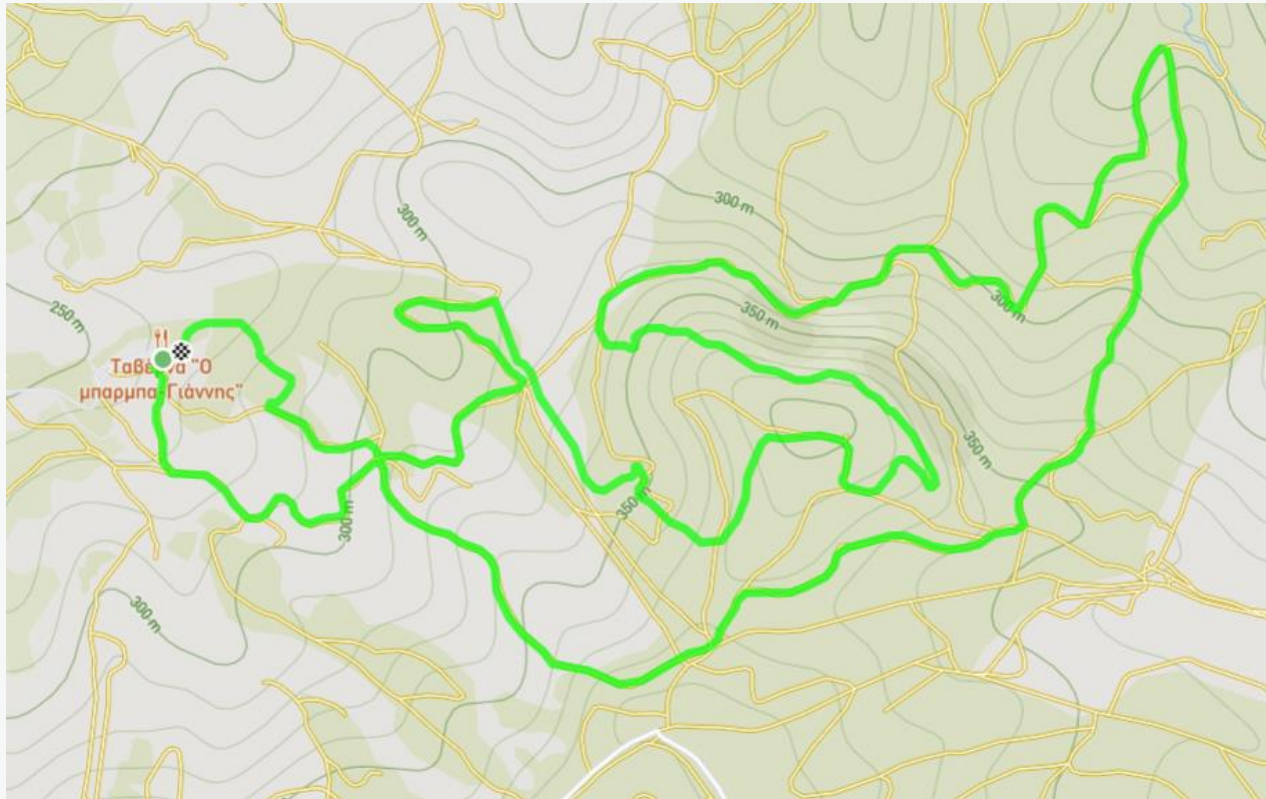
routes
slopes
paths

21K RUN



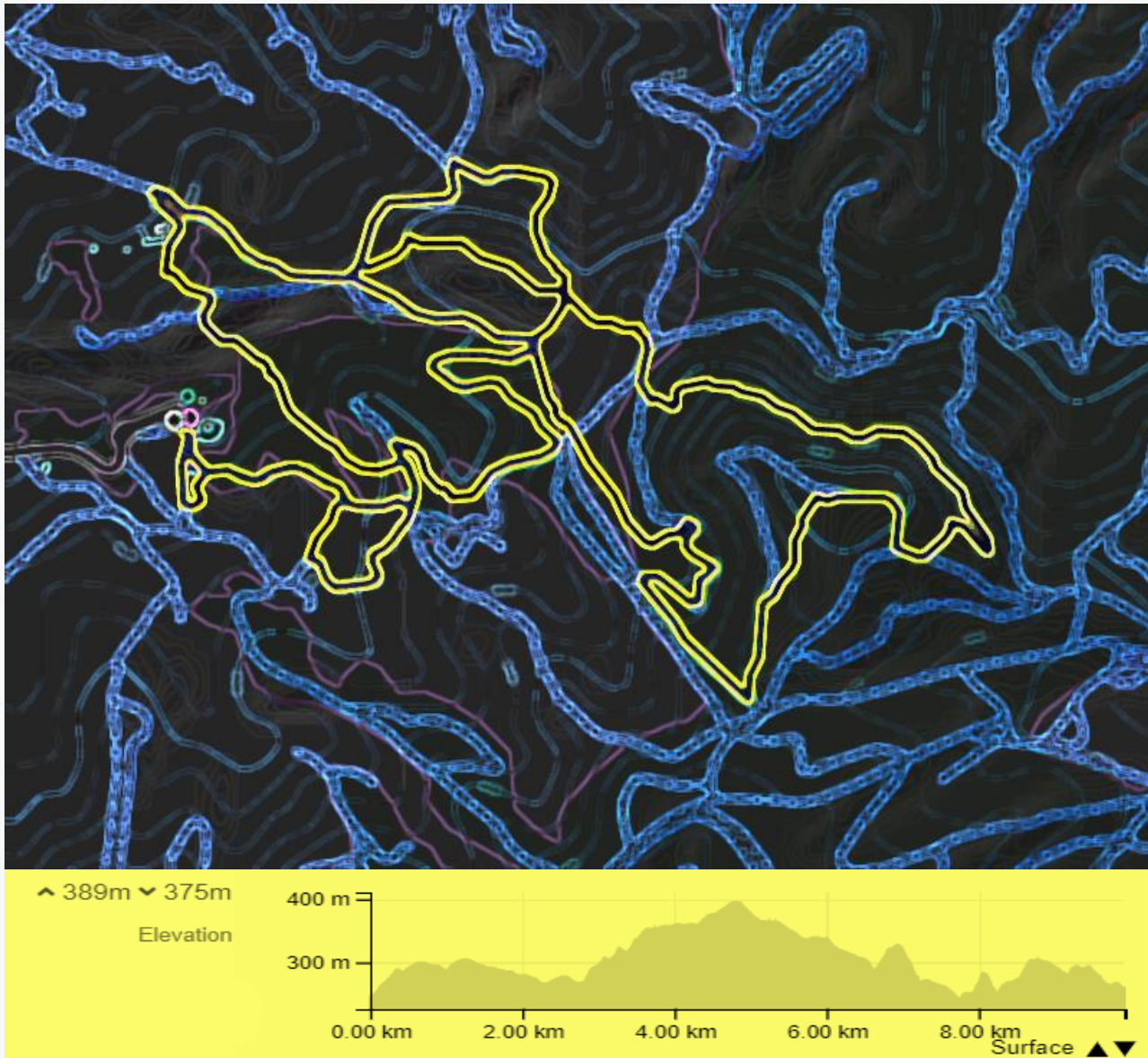
GPX FILE

30K MTB



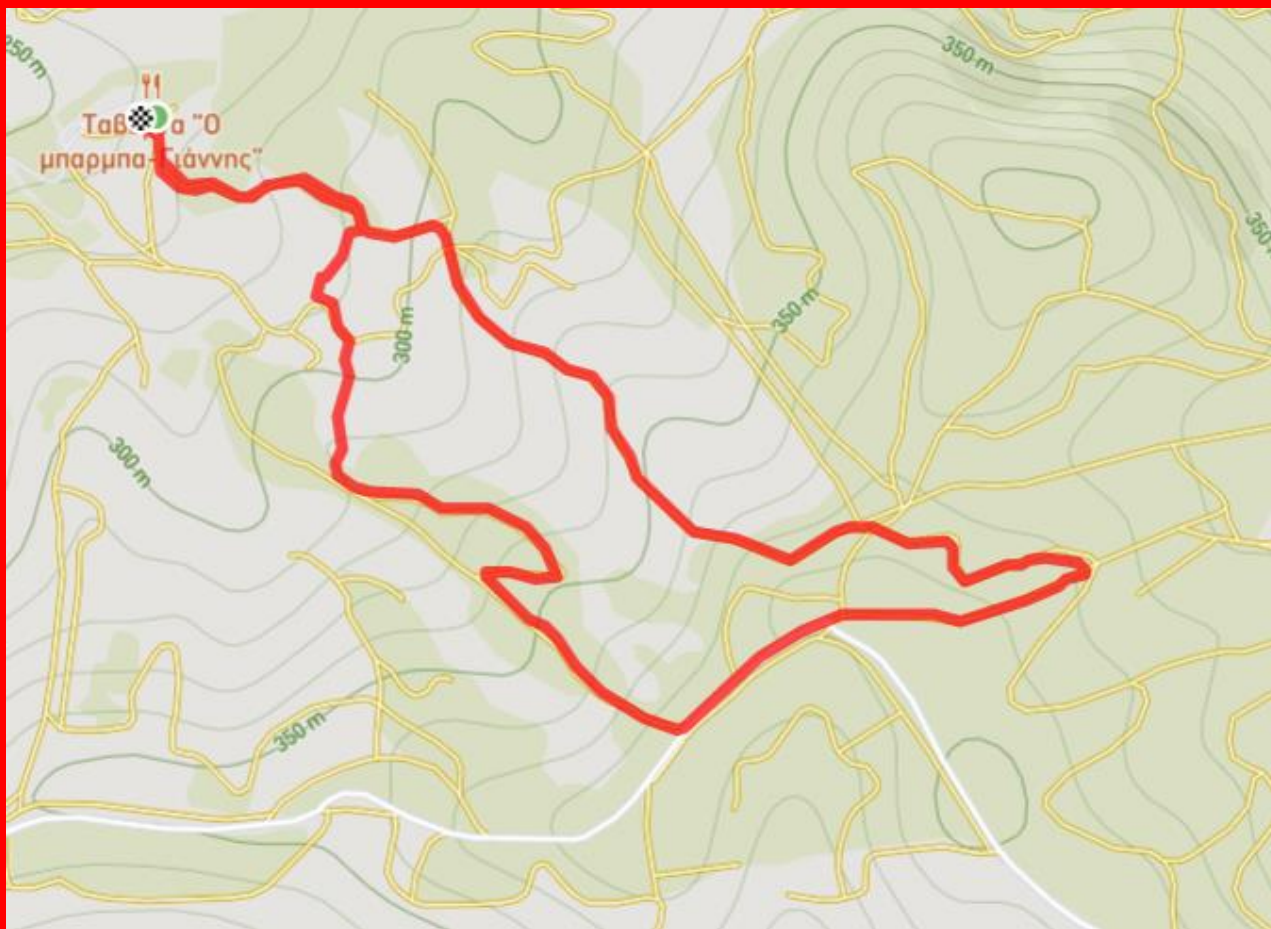
GPX FILE

10K RUN & WALK



ROUTES

[GPX FILE](#)



5K WALK

GPX FILE

ROUTES



ΣΤΑΘΜΟΙ
ΤΡΟΦΟΔΟΣΙΑΣ
FEED ZONES

#moschopoditrail

FEED ZONES	
START	  
4.5KM	  
10.5KM	   
14.8KM	   
18KM	   
FINAL	      

2

1













K

Προσοχή! Με την παραλαβή του αγωνιστικού σας πακέτου θα παραλάβετε και ένα κουπόνι όπου με την επίδειξη του θα μπορείτε να παραλάβετε, κρασί από την Sokos Wines, μύρα από τη ΦΙΞ ΕΛΛΑΣ και εδέσματα από την Vegan ML

FEED ZONES	
START	  
4.5KM	  
7.5KM	   
FINAL	      

1
0
K

Προσοχή! Με την παραλαβή του αγωνιστικού σας πακέτου θα παραλάβετε και ένα κουπόνι όπου με την επίδειξη του θα μπορείτε να παραλάβετε, κρασί από την Sokos Wines, μύρα από τη ΦΙΞ ΕΛΛΑΣ και εδέσματα από την Vegan ML

FEED ZONES	
START	  
4.5KM	 
FINAL	      

5

K

Προσοχή! Με την παραλαβή του αγωνιστικού σας πακέτου θα παραλάβετε και ένα κουπόνι όπου με την επίδειξη του θα μπορείτε να παραλάβετε, κρασί από την Sokos Wines, μύρα από τη ΦΙΞ ΕΛΛΑΣ και εδέσματα από την Vegan ML

How to come how to

come π

έρθετε



πως να

πως να

έρθετε how to come

LOCATION
ΤΟΠΟΘΕΣΙΑ

**MOSCHOPODI THEATRE "MELINA
MERKOURI"**

**ΘΕΑΤΡΟ ΜΟΣΧΟΠΟΔΙΟ "ΜΕΛΙΝΑ
ΜΕΡΚΟΥΡΗ"**

[CLICK ME](#)

VISIT
THIVA

[CLICK ME FOR MORE](#)

= VISIT THIVA =



Thebes (Thíva) is a city in Boeotia, Central Greece. It played an important role in Greek myths, as the site of the stories of Cadmus, Oedipus, Dionysus, Heracles and others. Archaeological excavations in and around Thebes have revealed a Mycenaean settlement and clay tablets written in the Linear B script, indicating the importance of the site in the Bronze Age.

VISIT THIVA

for more info
για περισσότερες
πληροφορίες

moschopodiexperience.gr

[Click me](#)

moschopodi
trail2023

ΚΑΛΗ ΕΠΙΤΥΧΙΑ!
GOOD LUCK!
BONNE CHANCE!



MOSCHOPODI TRAIL