



KITHAIRONAS
TRAIL

SUNDAY 12
OCTOBER 2025



moschopodiexperience.gr



Δήμος
Μάνδρας - Ειδυλλίας

ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΔΙΟΡΓΑΝΩΣΗΣ "KITHAIRONAS TRAIL 2025"

Σας καλωσορίζουμε θερμά για 2η συνεχόμενη χρονιά στο Kithaironas Trail! Ετοιμαστείτε να ζήσετε μια μοναδική εμπειρία σε μια πανέμορφη διαδρομή βουνό Κιθαιρώνα. Το Kithaironas Trail δεν είναι απλά ένας αγώνας, είναι μια γιορτή αθλητισμού!

We warmly welcome you to the 2th annual Kithaironasi Trail! Get ready for a unique experience along the beautiful trails of Kithaironas Mount.

Παραλαβή Αγωνιστικού Πακέτου - Race Pack Pickup

Η γραμματεία της διοργάνωσης

Θα βρίσκεται στον χώρο εκκίνησης – τερματισμού των αγώνων στην οδό Κύπρου – Ερυθρές Αττικής και θα λειτουργεί την Κυριακή 12-10-2025 τις παρακάτω ώρες για την παραλαβή των πακέτων συμμετοχής αθλητών και για γενικές πληροφορίες των αγώνων.

The organization secretariat will be located at the start - finish area of the competitions on the road of kyprou - erythres, attica and will be open on sunday 12-10-2025 at the following hours for the receipt of athletes' participation packages and for general information on the competitions.

ΔΙΑΧΕΙΡΙΣΗ ΙΜΑΤΙΣΜΟΥ - CLOTHING

Οι συμμετέχοντες δρομείς θα πρέπει να παραδίδουν τους σάκους με τα προσωπικά τους αντικείμενα στον ειδικά διαμορφωμένο χώρο παράδοσης (στο χώρο της εκκίνησης), από που και θα τον παραλαμβάνουν μετά τον τερματισμό τους, με την επίδειξη του αριθμού συμμετοχής (bib number).

Participants must drop off their bags with their personal belongings at the designated drop-off area (at the start), where they will be able to pick them up after the finish line, upon presentation of their 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.

Attention! Upon receiving your race packet, you will also receive a sticker with your participation number, which you must stick on your bag.

ΩΡΕΣ ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΑΣ - OPENING HOURS

07:00 - 08:45 (25K SKY)

07:00 - 09:00 (16K MOUNTAIN)

07:00 - 09:15 (11K ACTIVE RUN & WALK)

07:00 - 09:30 (JUNIOR & KIDS RACE)



ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΕΚΚΙΝΗΣΕΩΝ ΑΓΩΝΩΝ - RACE START SCHEDULE

- **SKY 25K:** 09:00
- **MOUNTAIN 16K:** 09:20
- **ACTIVE 11K:** 09:35
- **1000m KIDS:** 09:40
- **500m KIDS:** 09:50
- **JUNIOR 3.5K:** 10:00
- **ΑΠΟΝΟΜΕΣ:** 13:00

Στα παρακάτω link μπορείτε να δείτε τις διαδρομές του αγώνα KithaironasTrail και να κατεβάσετε τα gpx αρχεία.

24χλμ

<https://connect.garmin.com/modern/course/407789849>

16χλμ

<https://connect.garmin.com/modern/course/407790966>

11χλμ

<https://connect.garmin.com/modern/course/407791492>

LOCATION – ΤΟΠΟΘΕΣΙΑ

<https://maps.app.goo.gl/xdyeQRY5wVzC1H316>

ΠΑΡΕΧΟΜΕΝΕΣ ΥΠΗΡΕΣΙΕΣ 25KM ΚΙΤΗΑΙΡΟΝΑΣ TRAIL 2025

ΣΤΑΘΜΟΣ	ΥΠΗΡΕΣΙΕΣ					ΠΟΣΟΤΗΤΕΣ
Εκκίνηση	MED		ΝΕΡΟ ΜΠΟΥΚΑΛΙ			
1,6km ΒΑΣΗ ΑΜΕΡΙΚΑΝΙΚΗ	MED		ΝΕΡΟ ΠΟΤΗΡΙ			
4,9km ΟΡΟΠΕΔΙΟ	MED		ΝΕΡΟ ΠΟΤΗΡΙ	ΙΣΟΤΟΝΙΚΟ ΠΟΤΟ ΣΕ ΠΟΤΗΡΙ	ΜΠΑΝΑΝΑ , ΣΝΑΚ ΑΛΜΥΡΟ & COLA	
7,2km ΚΑΤΑΦΥΓΙΟ	MED		ΝΕΡΟ ΠΟΤΗΡΙ	ΙΣΟΤΟΝΙΚΟ ΠΟΤΟ ΣΕ ΠΟΤΗΡΙ	ΜΠΑΝΑΝΑ , ΣΝΑΚ ΑΛΜΥΡΟ & COLA	
10,5km ΠΡΟΦΗΤΗΣ ΗΛΙΑΣ	MED		ΝΕΡΟ ΠΟΤΗΡΙ	ΙΣΟΤΟΝΙΚΟ ΠΟΤΟ ΣΕ ΠΟΤΗΡΙ	ΜΠΑΝΑΝΑ , ΣΝΑΚ ΑΛΜΥΡΟ & COLA	
14,2km ΚΑΤΑΦΥΓΙΟ	MED		ΝΕΡΟ ΠΟΤΗΡΙ	ΙΣΟΤΟΝΙΚΟ ΠΟΤΟ ΣΕ ΠΟΤΗΡΙ	ΜΠΑΝΑΝΑ , ΣΝΑΚ ΑΛΜΥΡΟ & COLA	
18,3km ΟΡΟΠΕΔΙΟ	MED		ΝΕΡΟ ΠΟΤΗΡΙ	ΙΣΟΤΟΝΙΚΟ ΠΟΤΟ ΣΕ ΠΟΤΗΡΙ	ΜΠΑΝΑΝΑ , ΣΝΑΚ ΑΛΜΥΡΟ & COLA	
21,9km ΒΑΣΗ ΑΜΕΡΙΚΑΝΙΚΗ	MED		ΝΕΡΟ ΠΟΤΗΡΙ			
25 km Τερματισμός	MED		ΝΕΡΟ ΜΠΟΥΚΑΛΙ	ΓΕΥΜΑ ΑΠΟΚΑΤΑΣΤΑΣΗΣ BANANA		

ΠΑΡΕΧΟΜΕΝΕΣ ΥΠΗΡΕΣΙΕΣ 16 KM RUN ΚΙΤΗΑΙΡΟΝΑΣ TRAIL 2025

ΣΤΑΘΜΟΣ	ΥΠΗΡΕΣΙΕΣ					ΠΟΣΟΤΗΤΕΣ
Εκκίνηση	MED		ΝΕΡΟ ΜΠΟΥΚΑΛΙ			
1,7km ΒΑΣΗ ΑΜΕΡΙΚΑΝΙΚΗ	MED		ΝΕΡΟ ΠΟΤΗΡΙ			
4,9km ΟΡΟΠΕΔΙΟ	MED		ΝΕΡΟ ΠΟΤΗΡΙ	ΙΣΟΤΟΝΙΚΟ ΠΟΤΟ ΣΕ ΠΟΤΗΡΙ ΠΛΑΣΤΙΚΟ	ΜΠΑΝΑΝΑ , ΣΝΑΚ ΑΛΜΥΡΟ & COLA	
7,2km ΚΑΤΑΦΥΓΕΙΟ	MED		ΝΕΡΟ ΠΟΤΗΡΙ	ΙΣΟΤΟΝΙΚΟ ΠΟΤΟ ΣΕ ΠΟΤΗΡΙ ΠΛΑΣΤΙΚΟ	ΜΠΑΝΑΝΑ , ΣΝΑΚ ΑΛΜΥΡΟ & COLA	
10,5km ΟΡΟΠΕΔΙΟ	MED		ΝΕΡΟ ΠΟΤΗΡΙ	ΙΣΟΤΟΝΙΚΟ ΠΟΤΟ ΣΕ ΠΟΤΗΡΙ ΠΛΑΣΤΙΚΟ	ΜΠΑΝΑΝΑ , ΣΝΑΚ ΑΛΜΥΡΟ & COLA	
14,2km ΒΑΣΗ ΑΜΕΡΙΚΑΝΙΚΗ	MED		ΝΕΡΟ ΠΟΤΗΡΙ			
16km Τερματισμός	MED		ΝΕΡΟ ΜΠΟΥΚΑΛΙ	ΓΕΥΜΑ ΑΠΟΚΑΤΑΣΤΑΣΗΣ BANANA		

**ΠΑΡΕΧΟΜΕΝΕΣ ΥΠΗΡΕΣΙΕΣ 11 KM RUN & WALK KITHAIRONAS TRAIL
2025**

ΣΤΑΘΜΟΣ	ΥΠΗΡΕΣΙΕΣ					ΠΟΣΟΤΗΤΕΣ
Εκκίνηση	MED		ΝΕΡΟ ΜΠΟΥΚΑΛΙ			
1,7km ΒΑΣΗ ΑΜΕΡΙΚΑΝΙΚΗ	MED		ΝΕΡΟ ΠΟΤΗΡΙ			
4,9km ΟΡΟΠΕΔΙΟ	MED		ΝΕΡΟ ΠΟΤΗΡΙ	ΙΣΟΤΟΝΙΚΟ ΠΟΤΟ ΣΕ ΠΟΤΗΡΙ ΠΛΑΣΤΙΚΟ	ΜΠΑΝΑΝΑ , ΣΝΑΚ ΑΛΜΥΡΟ & COLA	
9,2km ΒΑΣΗ ΑΜΕΡΙΚΑΝΙΚΗ	MED		ΝΕΡΟ ΠΟΤΗΡΙ			
11km Τερματισμός	MED		ΝΕΡΟ ΜΠΟΥΚΑΛΙ	ΓΕΥΜΑ ΑΠΟΚΑΤΑΣΤΑΣΗΣ BANANA		

Πληροφορίες για Συνοδούς & Θεατές

Ο πεζόδρομος Κύπρου προσφέρει ένα ιδανικό σημείο για να παρακολουθήσετε τον αγώνα, με άνετους χώρους θέασης και καφετέριες .

Επικοινωνία Για οποιαδήποτε ερώτηση ή διευκρίνιση, επικοινωνήστε με:

- Νίκος Γκιόκας: 6977204329
- Χρήστος Μπουντούλης: 6983147931
- Email: hello@moschopodiexperience.gr
- Website: moschopodiexperience.g
- Social Media: @kithaironastrail

Καλή επιτυχία σε όλους τους αθλητές! Ανυπομονούμε να σας καλωσορίσουμε στο Kithaironas Trail 2025!

ΚΑΛΗ ΕΠΙΤΥΧΙΑ! GOOD LUCK! BONNE CHANCE!

