



Ελληνικός  
Ερυθρός Σταυρός

Γραφείο Τύπου & Επικοινωνίας Ε.Ε.Σ.

Ιωάννινα, 26 Ιουνίου 2024

## ΔΕΛΤΙΟ ΤΥΠΟΥ

### Υγειονομική κάλυψη εκδήλωσης "Grammos Mountain Run"



Το Σώμα Εθελοντών Σαμαρειτών, Διασωστών και Ναυαγοσωστών του Περιφερειακού Τμήματος Ιωαννίνων του Ελληνικού Ερυθρού Σταυρού παρείχε υγειονομική κάλυψη στην αθλητική εκδήλωση αγώνα ορεινού τρεξίματος "Grammos Mountain Run".

Την Κυριακή 16 Ιουνίου 2024, στις κορυφογραμμές της οροσειράς του Γράμμου έλαβε μέρος ο ετήσιος αγώνας ορεινού τρεξίματος "6ος Grammos Mountain Run" υπό την αιγίδα της Περιφέρειας Ηπείρου σε συνεργασία με τον Δήμο Κόνιτσας, όπου περιελάμβανε δύο διαδρομές αποστάσεων 10 & 21 χιλιομέτρων.

Η εκκίνηση των 21 χιλιομέτρων δόθηκε την 10:00 π.μ. από την πλατεία του χωριού Πληκάτι μέσω μιας απαιτητικής διαδρομής όπου περιελάμβανε ανηφορικό μονοπάτι μεγάλης κλίσης 5 χιλιομέτρων στην κορυφογραμμή του Γράμμου και από εκεί στο παλιό στρατιωτικό φυλάκιο, σε υψόμετρο 1.970 μέτρων. Από εκεί η διαδρομή συνέχισε σε κατηφορική κλίση μέσα

από το φυσικό τοπικό κάλλος δασών με έλατα και οξιές και ρέματα μέχρι οι αθλητές να ξαναμπούν σε ανηφορικό μονοπάτι, μέσα από τα αλπικά μονοπάτια του Γράμμου, μέχρι τα 2.050 μέτρα. Η διαδρομή ολοκληρώθηκε κατηφορικά μέχρι το σημείο τερματισμού, την πλατεία Πληκατίου.

Η εκκίνηση των 10 χιλιομέτρων δόθηκε την 10:30 π.μ., αντιστοίχως από την πλατεία του χωριού Πληκατί, με τους αθλητές να διασχίζουν μια διαδρομή όπου περιελάμβανε το εκκλησάκι Αγίου Κωνσταντίνου, το ρέμα και πευκοδάσος του Πληκατίου μέχρι τις απέναντι πλαγιές του χωριού, σε ύψος 1.420 μέτρων. Από εκεί συνέχισαν κατηφορικά για τα τελευταία χιλιόμετρα του αγώνα μέσω μιας διαδρομής με εναλλαγές στην μορφολογία του τοπίου, με τελική κατάληξη την πλατεία Πληκατίου.

Το Περιφερειακό Τμήμα Ιωαννίνων του Ελληνικού Ερυθρού Σταυρού και οι Εθελοντές Σαμαρείτες του, μέσα τον σχεδιασμό, προετοιμασία και φυσική κατάσταση των εθελοντών του, κάλυψαν υγειονομικά ακόμα έναν απαιτητικό ορεινό αγώνα και διοργάνωση, τοποθετούμενοι στα σημεία τροφοδοσίας αθλητών και σε σημεία κλειδιά κατά μήκος της οροσειράς του Γράμμου συμβάλλοντας στην ασφαλή, συνεχόμενη και απρόσκοπτα ομαλή διεξαγωγή του, δεχόμενο για ακόμα μια χρονιά τις ευχαριστίες από αθλητές και διοργανωτές για το έργο και την ετοιμότητα στο εθελοντικό καθήκον.