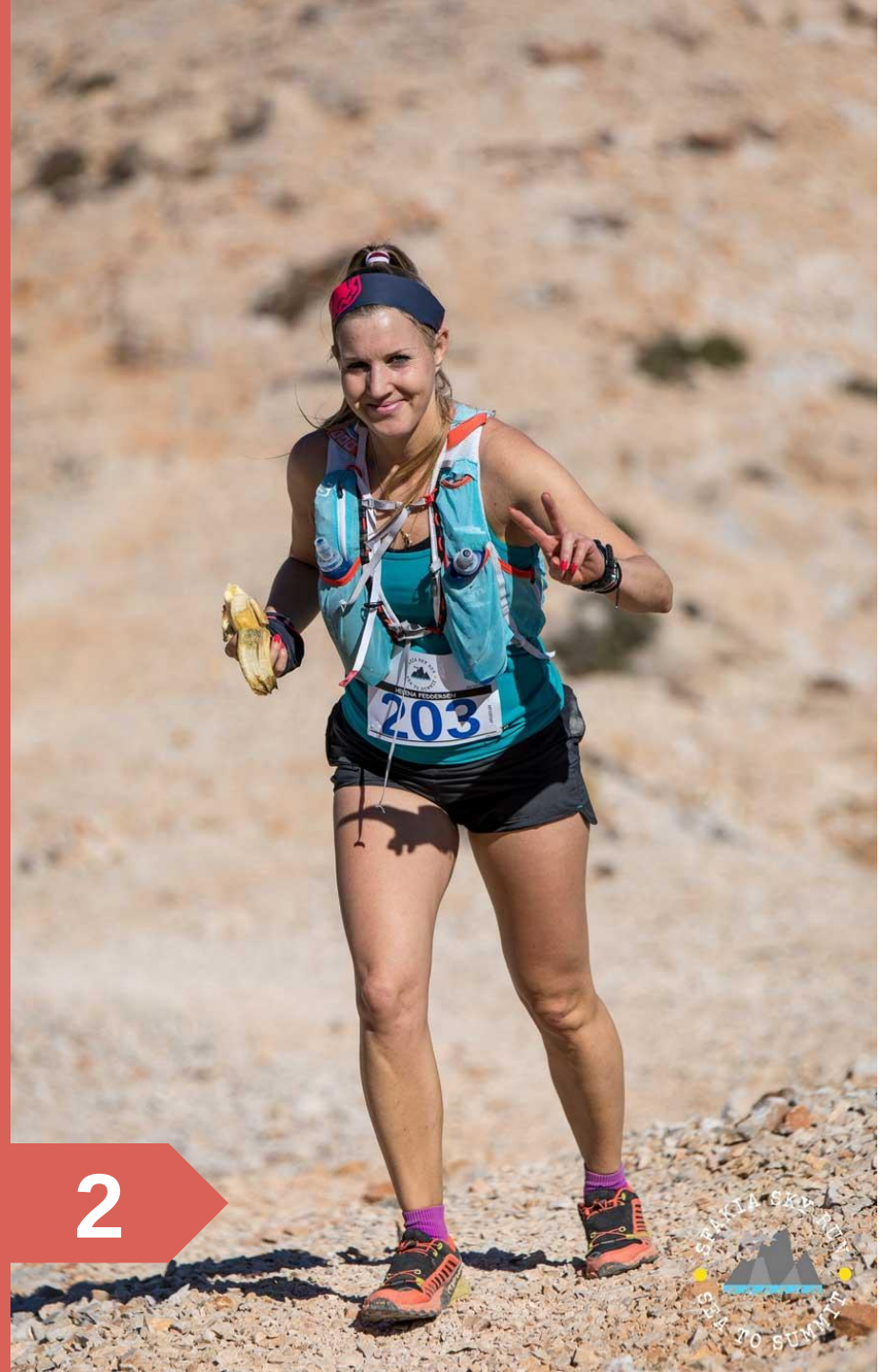

SFAKIA SKY MARATHON
SEA TO SUMMIT
23-25.10.2026
Sfakia Sky Marathon
Τεχνική ενημέρωση



Ημερομηνία και ώρα

- **Sfakia Sky Marathon – 24.10.2026 / 8.00**
- **Aradena Trail – 24.10.2026 / 14.00**
- **Vertical Run – 25.10.2026 / 10.50**

Παραλαβή αριθμών συμμετοχής

- **Παρασκευή 23.10 > 18.00-20.00 Ανώπολη**
- **Σάββατο 24.10 > 6.30-7.15 Χώρα Σφακίων**
- **Σάββατο 24.10 > 11.00-13.00 Ανώπολη**
- **Κυριακή 25.10 > 8.30-10.00 Χώρα Σφακίων**

3 Αναλυτικό πρόγραμμα

Παρασκευή 23/10
18:00 - 20:00: Παραλαβή αριθμών για το Sfakia Sky Marathon από τη γραμματεία στην Ανώπολη.
19:30: Pasta Party (Ταβέρνα Anopolis, Ανώπολη).

Σάββατο 24/10
6:00: Μεταφορά Αθλητών από Ανώπολη στη Χώρα Σφακίων
6:30-7:15: Παραλαβή Αριθμών για το Sfakia Sky Marathon από τη γραμματεία στη Χώρα Σφακίων (Λιμάνι)
7:15: Επιβίβαση στο ferry boat για Λουτρό
7:30: Αποβίβαση στο Λουτρό.
8:00: Εκκίνηση Sfakia Sky Marathon 44k
11:00-13:00: Παραλαβή Αριθμών γραμματεία στη Ανώπολη για το Aradena trail
12:50: Αναμενόμενος τερματισμός 1ου αθλητή στην Ανώπολη
14:00: Εκκίνηση Aradena Trail 10k
16:00-17:00 Οι γυναίκες της Ανώπολης φτιάχνουν για σας Σφακιανές Πίτες (Πλατεία Ανώπολης)
17:30: Απονομές (Πλατεία Ανώπολης)
18:00: Λεωφορείο απο Ανώπολη για Χώρα Σφακίων για δρομείς
18:30: Προβολή ταινίας στο προαύλιο χώρο του δημοτικού σχολείου
19:30: Λήξη Αγώνα.
Με το τερματισμό του κάθε αθλητή, θα δοθεί παραδοσιακό κέρασμα, με την επίδειξη του αριθμού του κάθε αθλητή σε μια από τις δύο ταβέρνες του χωριού.

Κυριακή 25/10
8:00: Μεταφορά Αθλητών από την Ανώπολη στη Χώρα Σφακίων.
8:30-10:00: Γραμματεία για παραλαβή των αριθμών των αθλητών στο λιμάνι της Χώρας Σφακίων.
10:20: Επιβίβαση για Λουτρό Σφακίων.
10:30: Δωρεάν περιπατητική διαδρομή γύρω από την αρχαία Ανώπολη μήκους 3 χιλιομέτρων (πλατεία Ανώπολης).
10:35: Άφιξη στο Λουτρό.
10:50: Εκκίνηση σε γκρούπ των 50 ατόμων μέσα από το ferry boat!
13:00: Έναρξη του δωρεάν παιδικού αγώνα, ARKALAKI 2026 μήκους 1000m.
14:00: Απονομές
14:30: Παραδοσιακό γεύμα από τον Πολιτιστικό σύλλογο Ανώπολης και απεριόριστη βαρελίσια μπύρα Σολο Your Cretan Craft Beer ! Δηλαδή, το τέλειο Πιλάφι party!!!
15:30: Μεταφορά Αθλητών από την Ανώπολη στη Χώρα Σφακίων.
16:00: Λήξη εκδήλωσης!

4



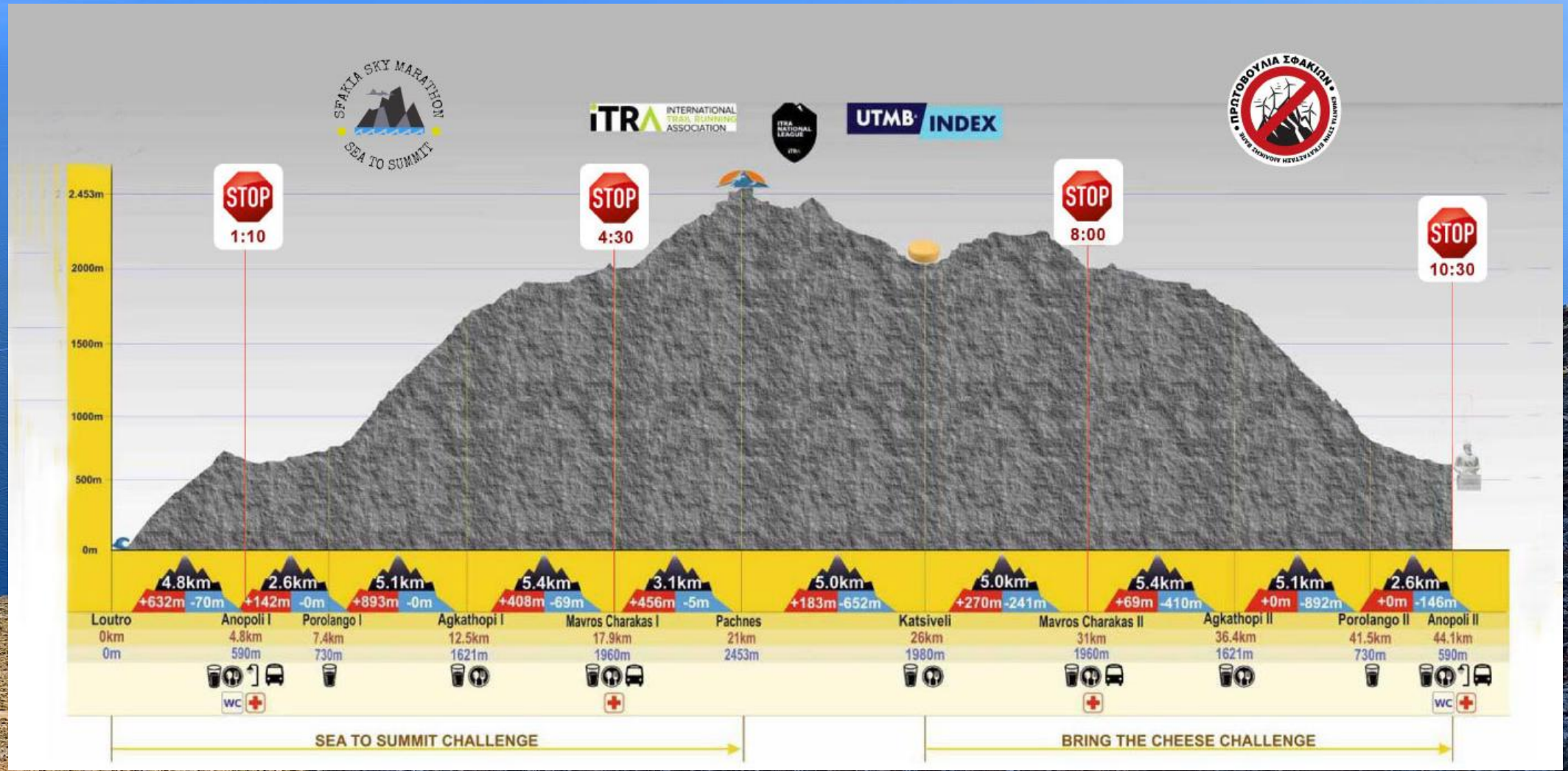
Διαδικασία εκκίνησης

- **Aradena Trail:** εκκίνηση και τερματισμός στην Ανώπολη
- **Sfakia Sky Marathon και Vertical Run:** εκκίνηση από το Λουτρό, τερματισμός στην Ανώπολη

Επειδή δεν υπάρχει ασφάλτινος δρόμος προς το Λουτρό, οι συμμετέχοντες στο Sfakia Sky Marathon και στο Vertical Run συγκεντρώνονται στη Χώρα Σφακίων και μεταβαίνουν στο Λουτρό με πλοίο.

5 Sfakia Sky Marathon

– απόσταση, θετική υψομετρική, χρονικά όρια

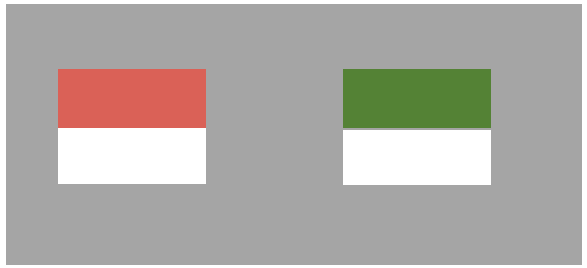




6

Σήμανση διαδρομής

Σχεδόν όλες οι διαδρομές του Sfakia Sky Marathon είναι σηματοδοτημένες με πορτοκαλί-λευκά σήματα.
Η μόνη εξαίρεση είναι ένα τμήμα 5 χιλιομέτρων μεταξύ της κορυφής Πάχνες και του σταθμού τροφοδοσίας στο Κατσιβέλι, το οποίο είναι σηματοδοτημένο με πράσινα-λευκά σήματα.



7

Σημεία ελέγχου και τροφοδοσίας

ΣΤΟΙΧΕΙΑ ΔΙΑΔΡΟΜΗΣ · SFAKIA SKY MARATHON 2026 (44,1 χλμ. | +3.050 μ.)								
Σταθμός / σημείο ελέγχου	Συνολική απόσταση (χλμ.)	Συνολική ανάβαση (μ.)	Συνολική κατάβαση (μ.)	Απόσταση τμήματος (χλμ.)	Ανάβαση τμήματος (μ.)	Κατάβαση τμήματος (μ.)	Υψόμετρο (μ.)	Χρονικό όριο (ώ:λεπτά)
Λουτρό	0	0	0	0	0	0	0	
Ανώπολη	4,8	632	70	4,8	632	70	590	01:10
Πορόλαγγος (είσοδος)	7,4	774	70	2,6	142	0	730	
Αγκαθωπή	12,5	1.667	70	5,1	893	0	1.621	
Μαύρος Χάρακας	17,9	2.075	139	5,4	408	69	1.960	04:30
Ρουσιές	18,9	2.221	139	1	146	0	2.108	
Πάχνες	21	2.573	144	2,1	352	5	2.453	
Μαύρος Γούργουθας	22,5	2.616	251	1,5	43	107	2.435	
Κατσιβέλι	26	2.704	791	3,5	88	540	1.980	
Ρουσιές	30	2.974	897	4	270	106	2.108	
Μαύρος Χάρακας	31	2.974	1.032	1	0	135	1.960	08:00
Αγκαθωπή	36,4	3.043	1.442	5,4	69	410	1.621	
Πορόλαγγος (έξοδος)	41,5	3.050	2.334	5,1	7	892	730	
Ανώπολη	44,1	3.050	2.480	2,6	0	146	590	10:30

8

Σταθμοί τροφοδοσίας

– ποτά και φαγητό

ΣΤΑΘΜΟΙ ΤΡΟΦΟΔΟΣΙΑΣ · SFAKIA SKY MARATHON 44,1 χλμ. | +3.050 μ.

Σταθμός / σημείο ελέγχου	Συνολική απόσταση (χλμ.)	ΝΕΡΟ	Coca-Cola	ΗΛΕΚΤΡΟ-ΛΥΤΕΣ	ΣΤΑΦΙΔΕΣ	ΑΠΟΞΗΡ. ΒΕΡΙΚΟΚΑ	ΑΛΜΥΡΑ ΚΡΑΚΕΡ	ΠΑΤΑΤΑΚΙΑ	Haribo	ΜΠΙΣΚΟΤΑ Miranta	ΜΠΙΣΚΟΤΑ Oreo	ΜΠΑΝΑΝΑ	ΒΡΑΣΤΗ ΠΑΤΑΤΑ	ΕΝΕΡΓΕΙΑΚΗ ΜΠΑΡΑ	ΕΝΕΡΓΕΙΑΚΟ ΤΖΕΛ
Λουτρό	0														
Ανώπολη	4,8	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓			
Πορόλαγγος (είσοδος)	7,4	✓													✓
Αγκαθωπή	12,5	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓			
Μαύρος Χάρακας	17,9	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	
Ρουσιές	18,9														
Πάχνες	21														
Μαύρος Γούργουθας	22,5														
Κατσιβέλι	26	✓			✓	✓	✓	✓		✓			✓		
Ρουσιές	30														
Μαύρος Χάρακας	31	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓		✓
Αγκαθωπή	36,4	✓	✓		✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓			
Πορόλαγγος (έξοδος)	41,5	✓													
Ανώπολη	44,1	✓										✓			

Υποχρεωτικός και προτεινόμενος εξοπλισμός

Για την ασφαλή κίνηση στο ορεινό πεδίο,

ο παρακάτω εξοπλισμός είναι υποχρεωτικός:

1. **Ειδικό σακίδιο (τύπου γιλέκο ή ζώνη) για τη μεταφορά παγουριών**
2. **Παγούρι τουλάχιστον 500 ml**
3. **Ισοθερμική κουβέρτα αλουμινίου**
4. **Ατομικό δοχείο για νερό (ΔΕΝ ΘΑ ΥΠΑΡΧΟΥΝ ΠΛΑΣΤΙΚΑ ΠΟΤΗΡΙΑ)**
5. **Κινητό τηλέφωνο**
6. **Αντιανεμικό μπουφάν**

Συνιστάται επίσης να έχετε μαζί σας:

γάντια, μπατόν, καπέλο ή ειδικό μαντήλι (buff) για τον λαιμό και το κεφάλι, αδιάβροχο μπουφάν, στερεά τροφή 600 kcal, φακό κεφαλής, επίδεσμο



10



Βραβεία

- και επιπλέον προκλήσεις του αγώνα

Οι τρεις πρώτοι στις κατηγορίες ανδρών και γυναικών θα βραβευτούν.
Επιπλέον, κατά τη διάρκεια του Sfakia Sky Marathon θα διεξαχθούν δύο προκλήσεις:

- **Sea to Summit Challenge – έπαθλο για τον πρώτο δρομέα που θα φτάσει στην κορυφή Πάχνες.**
- **Bring The Cheese Challenge – ένα παραδοσιακό κεφάλι γραβιέρας θα περιμένει στο Κατσιβέλι τον πρώτο δρομέα που θα αποφασίσει να το κουβαλήσει μέχρι τον τερματισμό (18 km).**
  Το Cheese Challenge δεν προσφέρει μόνο τυρί· το πλήρες πακέτο περιλαμβάνει επίσης ένα όμορφο, παραδοσιακό κρητικό μαχαίρι και ένα μικρό σακίδιο.

11

Έκτακτη Ανάγκη

– κάλυψη δικτύου και τηλέφωνα

Στο μεγαλύτερο μέρος της διαδρομής του Sfakia Sky Marathon δεν υπάρχει κάλυψη κινητής τηλεφωνίας. Ωστόσο, οι κλήσεις έκτακτης ανάγκης είναι δυνατές. Σε περίπτωση σοβαρού ατυχήματος, οι συμμετέχοντες πρέπει να καλέσουν τον αριθμό έκτακτης ανάγκης

112

Στις περιοχές με κάλυψη κινητής (τα πρώτα 8 km του αγώνα και η κορυφή Πάχνες), οι συμμετέχοντες μπορούν να καλέσουν τη διοργάνωση στο:

+30 697 404 5596



Ασφάλεια διαδρομής

-κίνηση στα μονοπάτια, προσπεράσεις

- **Στους δημόσιους δρόμους (ασφάλτινους ή χωματόδρομους), οι συμμετέχοντες πρέπει να κινούνται στην αριστερή πλευρά του δρόμου και να τηρούν τον Κώδικα Οδικής Κυκλοφορίας.**
- **Στα μονοπάτια, οι δρομείς πρέπει να αποφεύγουν τη δημιουργία μεγάλων ομάδων και να επιτρέπουν στους ταχύτερους να τους προσπεράσουν. Οι ταχύτεροι δρομείς προσπερνούν από την αριστερή πλευρά του μονοπατιού.**

Εγκατάλειψη από τον αγώνα

- **Λόγω του τεχνικά απαιτητικού και δύσβατου ορεινού πεδίου, τα χρονικά όρια σε κάθε σημείο ελέγχου είναι οριστικά και δεν επιδέχονται διαπραγμάτευση.**
- **Κάθε αθλητής που αποφασίζει να αποχωρήσει από τον αγώνα εκτός σημείου ελέγχου πρέπει να ενημερώσει τη διοργάνωση το συντομότερο δυνατό, καλώντας το τηλέφωνο που αναγράφεται στον αριθμό συμμετοχής του**
  +30 697 404 5596





Τερματισμός,

τελετή απονομής, επιπλέον εκδηλώσεις στον τερματισμό

- **Τερματισμός – Ανώπολη, κεντρική πλατεία**
- **Τελετή απονομής:**

  17:30, κεντρική πλατεία

- **Επιπλέον εκδηλώσεις:**

  16:00 – Εργαστήριο παραδοσιακής σφακιανής πίτας και γευσιγνωσία

  18:30 – Προβολή ταινίας για τις τοπικές παραδόσεις των Σφακίων

15

Στοιχεία επικοινωνίας

Διοργανωτής: Arkalos Team, Χανιά

Ιστοσελίδα: www.sfakiaskymarathon.com
Email: info@sfakiaskymarathon.com

Υπεύθυνοι επικοινωνίας



Βαγγέλης
+30 693 424 4000



Αντώνης
+30 697 404 5596