



## ΠΡΟΚΗΡΥΞΗ ΑΓΩΝΑ 31<sup>ος</sup> ΠΑΧΩΝ 2025

### 1. ΟΡΓΑΝΩΤΙΚΗ ΑΡΧΗ

Ο ΝΑΥΤΙΚΟΣ ΟΜΙΛΟΣ ΠΑΧΩΝ προκηρύσσει τον αγώνα με την ονομασία: ΑΓΩΝΑΣ 31<sup>ος</sup> ΠΑΧΩΝ 2025 την Κυριακή 15 Ιουνίου του 2025 .

### 2. ΚΑΝΟΝΙΣΜΟΙ

- 2.1 Η ιστιοδρομία του ΑΓΩΝΑ 31<sup>ος</sup> ΠΑΧΩΝ 2025 θα διεξαχθεί σύμφωνα με τους παρακάτω κανονισμούς, όπως αυτοί ισχύουν κατά την περίοδο διεξαγωγής του αγώνα.
- 2.1.1 Οι Διεθνείς κανονισμοί ιστιοδρομιών της WORLD SAILING (R.R.S) 2025-2028.
- 2.1.2 Ο Διεθνής Κανόνας O.R.C. Rating Systems Rules 2025 -ORCi & ORC club.
- 2.1.3 Ο Διεθνής Κανόνας καταμέτρησης IMS Rule 2025.
- 2.1.4 Ο Διεθνής Κανονισμός IRC 2025.
- 2.1.5 Ο Ειδικός Κανονισμός Ασφαλείας για αγώνες ιστιοπλοΐας ανοικτής θαλάσσης της WORLD SAILING (Offshore Special Regulations Governing Offshore Racing 2025-2028) **Ο αγώνας κατατάσσεται στην κατηγορία 4 του παραπάνω κανονισμού. Όλα τα σκάφη θα πρέπει να έχουν VHF με τα κανάλια 16 και 72. Υποχρεωτικά.**
- 2.1.6 Οι Κανόνες Εξοπλισμού Ιστιοπλοΐας της WORLD SAILING 2025-2028 (Equipment Rules of Sailing , ERS).
- 2.1.7 Η παρούσα προκήρυξη αγώνων, οι οδηγίες πλου του αγώνα και οι τυχόν τροποποιήσεις τους. Σε περίπτωση αντίφασης υπερισχύουν οι Οδηγίες πλου.
- 2.1.8 Οι Προσθήκες της Εθνικής Αρχής E.A.Θ./Ε.Ι.Ο. 2025 στους Διεθνείς Κανονισμούς Ιστιοδρομιών 2021–2024 για τους Αγώνες Ανοικτής Θαλάσσης για κάθε σύστημα καταμέτρησης.
- 2.1.9 Οι Διατάξεις της Εθνικής Αρχής (Ε.Ι.Ο.).
- 2.1.10 Από τη δύση έως την ανατολή του ηλίου, ο Διεθνής Κανονισμός Αποφυγής Συγκρούσεων στη Θάλασσα (1972) όπως τροποποιήθηκε το Νοέμβριο 1981, αντικαθιστά το Μέρος 2 των RRS.
- 2.1.11 Ο ισχύον Αθλητικός Νόμος.

### 3. ΔΙΑΦΗΜΙΣΕΙΣ

- 3.1 Ισχύουν τα οριζόμενα από τον Κώδικα Διαφήμισης της WORLD SAILING (WORLD SAILING Advertising Code) και ως εκ τούτου τα σκάφη που επιθυμούν να φέρουν ατομική διαφήμιση κατά την διάρκεια του αγώνα πρέπει να είναι σύμφωνα με τις απαιτήσεις του προαναφερόμενου κανονισμού και επιπλέον σύμφωνα με όσα ορίζει σχετικά η Εθνική τους Αρχή, καθώς και η σχετική εγκύκλιος της Ε.Α.Θ./Ε.Ι.Ο.
- 3.2 Η εφαρμογή των διατάξεων του Κανονισμού Διαφήμισης της WORLD SAILING ( W.S. advertising Code) θα ισχύσει από την Παρασκευή 13/06/2025 και ώρα 07:00 μέχρι Δευτέρα 16/06/2025 και ώρα 18:00.
- 3.3 Σκάφη που φέρουν ατομική διαφήμιση πρέπει να έχουν σχετική γραπτή έγκριση της ΕΑΘ/ ΕΙΟ την οποία οφείλουν να καταθέσουν μαζί με τη δήλωση συμμετοχής.

### 4. ΔΙΚΑΙΩΜΑ ΣΥΜΜΕΤΟΧΗΣ

- 4.1 Στους αγώνες γίνονται δεκτά σκάφη που διαθέτουν έγκυρο πιστοποιητικό καταμέτρησης 2025 ORC I ή ORC club ή IRC.
- 4.2 Τα σκάφη IRC μπορούν να συμμετέχουν και να βαθμολογηθούν παράλληλα και στην κατηγορία ORCi. Εφόσον διαθέτουν αντίστοιχο πιστοποιητικό.
- 4.3 Το δικαίωμα συμμετοχής σε μία κατηγορία ισοζυγισμού ορίζεται σε 15,00 €.

## **5 ΔΗΛΩΣΕΙΣ ΣΥΜΜΕΤΟΧΗΣ**

- 5.1 Οι δηλώσεις συμμετοχής πρέπει να υποβληθούν στην γραμματεία του ΝΟ ΡΑΧΩΝ το **αργότερο μέχρι την Παρασκευή 13/06/2025 και ώρα 15.00** (τηλεφωνικά ή με mail).
- 5.2 Η διεύθυνση της Γραμματείας και της Επιτροπής Αγώνων μέχρι την έναρξη των αγώνων είναι η ακόλουθη:  
**ΠΑΡΑΛΙΑ ΡΑΧΩΝ 35300 ΡΑΧΕΣ ΦΘΙΩΤΙΔΑΣ** τηλ. **22380-31317 – 6976010669**- fax 22380-31317 & email: **no-rahon@hotmail.com**  
Πληροφορίες επίσης δίνονται και από την Θεοδώρα Ανδρούτσου καθημερινά από 18.00- 21.30 στα τηλέφωνα **22380-31317** και **6976010669**.
- 5.3 Οι δηλώσεις συμμετοχής πρέπει να είναι γραμμένες στο ειδικό έντυπο που διατίθεται στη γραμματεία του ΝΟ ΡΑΧΩΝ.
- 5.4 Κάθε δήλωση συμμετοχής θα συνοδεύεται από την κατάσταση πληρώματος με ονοματεπώνυμο, όμιλο και αρ. αθλητικού δελτίου, το αντίγραφο του έγκυρου πιστοποιητικού καταμέτρησης, το εν ισχύ ασφαλιστήριο συμβόλαιο του σκάφους, το αντίτιμο του δικαιώματος συμμετοχής, καθώς και από την έγκριση της χορηγίας εφ' όσον το σκάφος φέρει διαφήμιση.  
**Ειδικά για τα εκτός Ραχών σκάφη τα οποία έχουν κάνει εμπρόθεσμα τη δήλωση συμμετοχής τους, τηλεφωνικά ή με email, τα ανωτέρω αναφερόμενα θα προσκομισθούν στις Ράχες στη συνάντηση κυβερνητών, όπου θα γίνει και η παραλαβή των οδηγιών πλου.**
- 5.5 **Δεν θα γίνει δεκτή συμμετογή σκάφους στον αγώνα αν δεν είναι σύμφωνη με τις προϋποθέσεις των προαναφερόμενων άρθρων.**

## **6 ΣΥΓΧΩΝΕΥΣΗ ΚΛΑΣΕΩΝ – ΣΥΓΧΩΝΕΥΣΗ ΚΑΤΗΓΟΡΙΩΝ**

- 6.1 Η Επιτροπή Αγώνων θα διαχωρίσει τα συμμετέχοντα σκάφη στις κλάσεις ORC.
- 6.2 Στην κλάση ORC συμμετέχουν τα σκάφη που διαθέτουν πιστοποιητικό ORC I και ORC Club.
- 6.3 Η Επιτροπή Αγώνων διατηρεί το δικαίωμα να υποδιαιρέσει σε κατηγορίες τα σκάφη κάθε κλάσης ανάλογα με τη συμμετοχή, σύμφωνα με τους ισχύοντες κανονισμούς. Η υποδιαίρεση των κλάσεων θα δοθεί στη συνάντηση κυβερνητών.

## **7 ΥΠΟΛΟΓΙΣΜΟΣ ΔΙΟΡΘΩΣΕΩΣ ΧΡΟΝΟΥ**

- 7.1 Για τα καταμετρημένα κατά ORC International και ORC club σκάφη θα εφαρμοσθεί το σύστημα «Time on Time Coastal/ Long Distance».
- 7.2 Για τα καταμετρημένα κατά IRC σκάφη θα εφαρμοσθεί ο τύπος time-on-time.
- 7.3 Τα δεδομένα των μετρήσεων της Επιτροπής Αγώνα σχετικά με το μήκος της διαδρομής, δεν επιδέχονται αίτηση για αποκατάσταση από τους αγωνιζόμενους.

## **8 ΣΥΣΤΗΜΑ ΒΑΘΜΟΛΟΓΙΑΣ**

- 8.1 Θα εφαρμοστεί το σύστημα χαμηλής βαθμολογίας για κάθε κλάση και κάθε κατηγορία της κλάσης χωριστά σύμφωνα με το Παράρτημα A4 των Διεθνών Κανονισμών Ιστιοδρομιών της WORLD SAILING 2025-2028.  
Στις Οδηγίες πλου θα καθορισθεί ο τρόπος επίλυσης τυχόν ισοβαθμιών.

## **9 ΣΥΣΤΗΜΑ ΠΟΙΝΩΝ**

- 9.1 Για παράβαση κανονισμών του Μέρους 2 και του κανόνα 31 των RRS «Επαφή με Σημείο», θα ισχύσουν οι κανόνες 44.1, 44.2 των RRS (ποινή μίας στροφής) αυτό αποτελεί τροποποίηση του 44.1.
- 9.2 Για παραβάσεις άλλες από εκείνες του Μέρους 2 ή του Κανόνα 31 των RRS, θα ισχύσουν τα οριζόμενα από το άρθρο 14 του κανονισμού αγώνων 2024 της ΕΑΘ/ΕΙΟ.

## **10 ΟΔΗΓΙΕΣ ΠΛΟΥ**

- 10.1 Οι οδηγίες πλου θα δοθούν στους κυβερνήτες των συμμετεχόντων σκαφών στη συνάντηση κυβερνητών στις Ράχες.

## **11 ΕΛΕΓΧΟΣ ΚΑΤΑΜΕΤΡΗΣΕΩΝ ΚΑΙ ΕΠΙΘΕΩΡΗΣΗ ΣΥΜΜΕΤΕΧΟΝΤΩΝ ΣΚΑΦΩΝ**

- 11.1 Θα γίνει έλεγχος των σκαφών σύμφωνα με όσα ορίζονται στο άρθρο 6 του Κανονισμού αγώνων της Ε.Α.Θ./Ε.Ι.Ο. 2025.

- 11.2** Όλα τα σκάφη θα παραμείνουν στη διάθεση της Επιτροπής ελέγχου καταμετρήσεων και επιθεωρήσεων σκαφών για τη διενέργεια ελέγχων και επιθεωρήσεων, από την Παρασκευή 13/06/2025 και από ώρα 15.00, μέχρι την Κυριακή 15/06/2025 αμέσως μετά το τέλος του αγώνα. Θα ελεγχθεί το 10% των συμμετεχόντων σκαφών κατόπιν κληρώσεως, καθώς και το 1ο σκάφος κάθε ιστιοδρομίας για κάθε κατηγορία καταμέτρησης.
- 11.3** Οι έλεγχοι και οι επιθεωρήσεις θα διενεργηθούν την Κυριακή 15/06/2025 στο χώρο ελλιμενισμού των σκαφών στο λιμάνι των Ραχών.
- 11.4** Η Επιτροπή Αγώνων διατηρεί το δικαίωμα ελέγχου και οποιουδήποτε άλλου σκάφους απροειδοποίητα.
- 11.5** Στη διάθεση της Επιτροπής πρέπει να υπάρχει σε κάθε σκάφος αντίγραφο έγκυρου πιστοποιητικού καταμέτρησης, καθώς και ένα μέλος του πληρώματός τους διαθέσιμο.
- 11.6** Ο Ιδιοκτήτης/Κυβερνήτης κάθε σκάφους υποχρεούται πριν από την έναρξη της επιθεώρησης να καταθέσει στην Επιτροπή ελέγχου κατάλογο των πανιών που βρίσκονται στο σκάφος.
- 11.7** Ο κυβερνήτης ή ο ιδιοκτήτης κάθε σκάφους πρέπει να γνωρίζει ότι σύμφωνα με τον κανονισμό R.R.S. 78.1 έχει την ευθύνη να διατηρεί το σκάφος σύμφωνα με τους κανονισμούς της κλάσης.
- 11.8** Τα σκάφη οφείλουν να χρησιμοποιήσουν στον αγώνα μόνο καταμετρημένα πανιά.

## **12 ΚΑΤΑΣΤΑΣΗ ΠΛΗΡΩΜΑΤΟΣ – ΑΛΛΑΓΗ ΠΛΗΡΩΜΑΤΟΣ**

- 12.1** Οι κυβερνήτες / ιδιοκτήτες των συμμετεχόντων σκαφών οφείλουν να καταθέσουν γραπτή κατάσταση με τα ονόματα όλων των επιβαινόντων, με τον αριθμό μητρώου αθλητή της ΕΙΟ καθώς και τον όμιλο στον οποίον ανήκει, σε ειδικό έντυπο που διατίθεται από τη γραμματεία μαζί με τη δήλωση συμμετοχής, το αργότερο πριν από την έναρξη της συνάντησης κυβερνητών.
- 12.2** Αλλαγές στη σύνθεση των πληρωμάτων επιτρέπονται μόνον εφόσον ενημερωθεί γραπτά η Επιτροπή Αγώνων, σε ειδικό έντυπο που διατίθεται στη γραμματεία, το αργότερο μία (1) ώρα πριν την έναρξη κάθε ιστιοδρομίας.
- 12.3** Για λόγους ασφάλειας και ευθύνης τόσο του Ιδιοκτήτη/Κυβερνήτη του σκάφους όσο και της Επιτροπής Αγώνων, η διαπίστωση λανθασμένης ή ελλιπούς κατάστασης πληρώματος μπορεί να επιφέρει ακύρωση του σκάφους στη συγκεκριμένη ιστιοδρομία.
- 12.4** Το σύνολο του βάρους του πληρώματος που επιβαίνει σε κάθε σκάφος ORC κατά τη διάρκεια των ιστιοδρομιών, δεν επιτρέπεται να υπερβαίνει το αναγραφόμενο στο πιστοποιητικό καταμέτρησης μέγιστο βάρος πληρώματος. Για τη ζύγιση θα χρησιμοποιηθούν ζυγαριές που θα προμηθεύσει η Οργανωτική Επιτροπή. Τα πληρώματα θα ζυγίζονται με γυμνά πόδια και σόρτς.
- 12.5** Για την κατηγορία IRC ισχύει ο Κανόνας IRC 22.4.2 (Μέγιστο επιτρεπόμενο βάρος = ο αριθμός ατόμων πληρώματος αναγραφόμενος στο πιστοποιητικό X 85 kg)

## **13 ΕΥΘΥΝΗ**

- 13.1** Όλοι οι συμμετέχοντες αγωνίζονται σύμφωνα με τους θεμελιώδεις κανόνες 2,3 και 4 του Μέρους 1 R.R.S. των Διεθνών Κανονισμών Ιστιοδρομιών της WORLD SAILING «Απόφαση για την συμμετοχή σε ιστιοδρομία». Ανήκει στην δικαιοδοσία του ιδιοκτήτη/κυβερνήτη του κάθε σκάφους να κρίνει το βαθμό εκπαίδευσης του πληρώματος, την κατάσταση του σκάφους, την ένταση του ανέμου, την κατάσταση της θάλασσας, και τις μετεωρολογικές προγνώσεις και είναι δική του απόλυτα ευθύνη η απόφαση για να εκκινήσει μία ιστιοδρομία και να παραμείνει στον αγώνα. Όλοι οι συμμετέχοντες στον Αγώνα 31<sup>ος</sup> PAXΩΝ 2025 αποδέχονται ότι διέπονται από τους Διεθνείς Κανονισμούς Ιστιοδρομικών της WORLD SAILING τις Οδηγίες Πλου και την Προκήρυξη του Αγώνα.
- 13.2** Ειδικότερα τονίζεται ότι είναι αρμοδιότητα και αποκλειστική ευθύνη του ιδιοκτήτη/κυβερνήτη του σκάφους, να εξασφαλίσει την καλή κατάσταση της γάστρας, της εξαρτίας και όλου του εξοπλισμού του. Επίσης πρέπει να εξασφαλίζει ότι αυτό είναι απόλυτα αξιόπλοο, ότι όλος ο εξοπλισμός ασφαλείας συντηρείται κατάλληλα και ότι όλο το πλήρωμα γνωρίζει που βρίσκεται αυτός και πως χρησιμοποιείται.
- Όλοι οι συμμετέχοντες αποδέχονται να αναλάβουν εξ' ολοκλήρου οποιαδήποτε ευθύνη για ζημιές που μπορεί να προκληθούν σε τρίτα άτομα ή στα υπάρχοντά τους, στους εαυτούς τους ή τα υπάρχοντά τους, τόσο στη στεριά όσο και στη θάλασσα ως συνέπεια της συμμετοχής τους στον αγώνα, απαλλάσσοντας από κάθε ευθύνη τον ΝΟ Ραχών, την Επιτροπή Αγώνα, την Επιτροπή Ενστάσεων, την Τεχνική Επιτροπή και οποιονδήποτε εμπλεκόμενο στην διοργάνωση.

Αποδέχονται επίσης εξ' ολοκλήρου την ευθύνη για τη συμπεριφορά των πληρωμάτων, των αντιπροσώπων καθώς και των φιλοξενούμενων τους.

- 13.3** Τόσο ο ΝΟ Ραχών, η Οργανωτική Αρχή, η Επιτροπή Αγώνα, η Επιτροπή Ενστάσεων, η Τεχνική Επιτροπή, όσο και οποιοσδήποτε εμπλεκόμενος στην οργάνωση του αγώνα δεν φέρει καμία ευθύνη για ολική απώλεια, ζημία του σκάφους ή του εξοπλισμού, σωματικό τραυματισμό ή οτιδήποτε άλλο συμβεί στους αγωνιζόμενους ή στα σκάφη τους πριν, μετά ή κατά τη διάρκεια του αγώνα, τόσο στη στεριά όσο και στη θάλασσα. Οι αγωνιζόμενοι συμμετέχουν με δική τους ευθύνη και πλήρη επίγνωση των συνεπειών. Όλοι οι συμμετέχοντες αποδέχονται να αναλάβουν εξ' ολοκλήρου οποιαδήποτε ευθύνη για ότι και αν συμβεί.
- 13.4** Είναι αποκλειστική ευθύνη του ιδιοκτήτη/κυβερνήτη η ασφάλεια του σκάφους και η διαχείριση του, συμπεριλαμβανομένης της ασφάλειας προς τρίτους, είναι αποκλειστική ευθύνη του ιδιοκτήτη/κυβερνήτη να εξασφαλίσει ότι το σκάφος είναι απόλυτα αξιόπλοο και κυβερνάται από πλήρωμα ικανό σε αριθμό και εμπειρία και το οποίο βρίσκεται σε κατάλληλη φυσική κατάσταση για να αντιμετωπίσει και δύσκολες καιρικές συνθήκες.

#### **14 ΑΣΦΑΛΙΣΤΙΚΗ ΚΑΛΥΨΗ**

- 14.1** Όλα τα συμμετέχοντα σκάφη στον αγώνα οφείλουν να διαθέτουν την ελάχιστη προβλεπόμενη από τον νόμο Ν.2743/99, έγκυρη ασφαλιστική κάλυψη έναντι τρίτων. Αντίγραφο του ασφαλιστηρίου συμβολαίου του σκάφους οφείλει να συνοδεύει τη δήλωση συμμετοχής του σκάφους στους ανωτέρω αγώνες.
- 14.2** Το ασφαλιστήριο συμβόλαιο πρέπει να καλύπτει ρητά την αστική ευθύνη έναντι τρίτων κατά την συμμετοχή του σκάφους σε αγώνες ιστιοπλοΐας.  
Οι Ιδιοκτήτες/Κυβερνήτες ή όσοι χειρίζονται τα συμμετέχοντα στον αγώνα σκάφη, ευθύνονται για κάθε ατύχημα ή ότι άλλο ήθελε συμβεί στα σκάφη ή στα πληρώματα. Κατά συνέπεια αυτοί οφείλουν να υπογράφουν τα συμβόλαια για τις ολικές ασφάλειες καθώς και τις ασφάλειες έναντι τρίτων.

#### **15 ΣΥΓΚΕΝΤΡΩΣΗ ΚΥΒΕΡΝΗΤΩΝ**

- 15.1** Η συγκέντρωση κυβερνητών, η παραλαβή των δηλώσεων συμμετοχής από την Επιτροπή και η παραλαβή από τους κυβερνήτες του πλήρους φακέλου του αγώνα θα γίνει το Σάββατο **14/06/2025 και από ώρα 19.00 - 21.00** στις Ράχες.

#### **16 ΕΠΑΘΛΑ**

- 16.1** Θα απονεμηθούν έπαθλα στους 3 (τρεις) πρώτους νικητές της Ιστιοδρομίας.

#### **17 ΑΠΟΝΟΜΗ ΕΠΑΘΛΩΝ**

- 17.1** Η απονομή επάθλων στους νικητές θα γίνει την Κυριακή 15/06/2025 και ώρα 21.00 στις Ράχες.

#### **18 ΗΜΕΡΟΜΗΝΙΕΣ – ΔΙΑΔΡΟΜΕΣ – ΧΡΟΝΟΔΙΑΓΡΑΜΜΑΤΑ ΑΓΩΝΩΝ ΚΑΙ ΕΚΔΗΛΩΣΕΩΝ**

##### **18.1 Παρασκευή 13/06/2025 και ώρα 15.00**

Λήξη χρονικού ορίου υποβολής δήλωσης συμμετοχής

- 18.2 Παρασκευή 13/06/2025 από 15.00 έως 22.00, Σάββατο 14/06/2025 και Κυριακή 15/06/2025** μετά το τέλος της ιστιοδρομίας, έλεγχος καταμετρήσεων και επιθεώρηση σκαφών.

##### **18.3 Σάββατο 14/06/2025 και από ώρα 19.00.-21.00**

Συγκέντρωση Κυβερνητών.

##### **18.4 Κυριακή 15/06/2025 και ώρα 11.00**

**Ιστιοδρομία:** ΡΑΧΕΣ – ΑΓΙΟΣ ΝΙΚΟΛΑΟΣ –ΡΑΧΕΣ (ΠΟΡΤΑ) – ΚΑΡΑΒΟΜΥΛΟΣ – ΡΑΧΕΣ

**Εκκίνηση:** Ράχες

**Διαδρομή:** Ράχες - δεξιά της νησίδας του Αγίου Νικολάου – Αριστερά την σημαδούρα εκκίνησης και ΠΟΡΤΑ – Αριστερά την σημαδούρα Σ2 Καραβομύλου – Παραλία Ραχών (Τερματισμός).

**Απόσταση:** 27 ν.μ.

**Εναλλακτική Διαδρομή:** ΡΑΧΕΣ – ΑΓΙΟΣ ΝΙΚΟΛΑΟΣ –ΡΑΧΕΣ (ΠΟΡΤΑ)

**Εκκίνηση:** Ράχες

**Διαδρομή:** Ράχες - δεξιά της νησίδας του Αγίου Νικολάου – σημαδούρα εκκίνησης Παραλία Ραχών (Τερματισμός).

**Απόσταση:** 17 ν.μ.

**(Σε περίπτωση άπνοιας και εφ'όσον η Επιτροπή Αγώνα το κρίνει σκόπιμο)**

**18.5 Κυριακή 15/06/2025 και ώρα 21.00**

Απονομή επάθλων- Λοιπές εκδηλώσεις.

**19 ΧΑΡΤΕΣ ΚΑΙ ΒΟΗΘΗΤΙΚΕΣ ΕΚΔΟΣΕΙΣ**

**19.1** Συνιστάται η χρήση των παρακάτω χαρτών:

Αριθμοί 313, 313/2 και 3131 της Υδρογραφικής Υπηρεσίας του Πολεμικού Ναυτικού

**19.2** Συνιστάται η χρήση των ακόλουθων εκδόσεων:

Πλοηγός Ελληνικών ακτών Γ' τόμος.

Ράχες 09/06/2025

Η ΟΡΓΑΝΩΤΙΚΗ ΕΠΙΤΡΟΠΗ