



Κολυμβητική  
Ομοσπονδία  
Ελλάδας

Hellenic  
Swimming  
Federation

swimming  
κολύμβηση

water polo  
υδατοσφαίριση

synchro  
συγχρονισμένη

diving  
καταδύσεις

finswimming  
τεχνική κολύμβηση

open water  
μεγάλες αποστάσεις

Λεωφόρος  
Συγγρού 137  
17121 Νέα Σμύρνη

Τηλ. 210 98 51 020  
Fax. 210 98 50 964

137, Syngrou  
Avenue  
17121 Nea Smirni

Tel. 30 210 98 51 020  
Fax. 30 210 98 50 964

e-mail: info@koe.org.gr  
www.koe.org.gr

Αριθμ. Πρωτ.:.....26281ε.....

Αθήνα, 14 Ιουλίου 2020

Προς

- ΣΩΜΑΤΕΙΑ ΚΟΛΥΜΒΗΣΗΣ
- ΠΕΡΙΦΕΡΕΙΑΚΕΣ ΕΠΙΤΡΟΠΕΣ

Κύριε Πρόεδρε,

Σε συνέχεια των ανακοινώσεων και των διατάξεων που θα ισχύουν για την διεξαγωγή των Πανελληνίων πρωταθλημάτων Κολύμβησης περιόδου 2019-2020, γνωστοποιούμε τα εξής:

Όπως ήδη έχει ανακοινωθεί με το έγγραφο με ημερομηνία 2/6/2020 με την κατάθεση δηλώσεων συμμετοχής υποβάλλεται πλήρης δήλωση των Ομαδικών αγωνισμάτων (συμμετέχοντες, αριθμός μητρώου, σειρά με την οποία θα αγωνιστούν).

Η δήλωση αυτή είναι οριστική και δεν επαναλαμβάνεται κατά την διάρκεια των αγώνων.

Έως την 18<sup>η</sup> Ιουλίου 2020, είναι δυνατή η τροποποίηση σε ήδη δηλωθέν ομαδικό αγώνισμα μόνο, (συμμετέχοντες, σειρά που αγωνίζονται).

Κατά τη διάρκεια του Πρωταθλήματος, μπορούν να κατατεθούν αλλαγές σε ομαδικό αγώνισμα οι ελάχιστες δυνατές, στο τέλος της αγωνιστικής για την επόμενη.

Κατά την διάρκεια των αγώνων αντικατάσταση στην σύνθεση ομαδικού αγώνισματος μπορεί να αιτηθεί μόνο σε περίπτωση σοβαρής ανάγκης που αποδεικνύεται με ιατρική γνωμάτευση άρθρο SW 10.13 των κανονισμών Κολύμβησης.

Οι αλλαγές αυτές κατατίθενται στη γραμματεία της κάθε Περιφέρειας όπου εξελίσσονται τα πρωταθλήματα.

Επισημαίνεται ότι για λόγους Υγειονομικού Πρωτοκόλλου, δεν θα χρησιμοποιηθούν στο Ενιαίο πρωτάθλημα Παμπαίδων-Παγκορασίδων Α-Β, Παίδων-Κορασίδων, Εφήβων-Νεανίδων συσκευές εκκίνησης υπτίου touchpad.

Υπενθυμίζουμε ότι σύμφωνα με το Υγειονομικό Πρωτόκολλο κολύμβησης, οι Σύλλογοι υποχρεούνται να καταθέτουν φάκελο με τα συνημμένα έντυπα σύμφωνα με τις οδηγίες. Η μη κατάθεση των εντύπων επιφέρει αποκλεισμό από την διοργάνωση.

Τα Σωματεία θα πρέπει να αποστείλουν στην Περιφέρεια που αγωνίζονται, σχετική κατάσταση, που να αναγράφουν τα ονόματα των προπονητών τους και του ενός και μοναδικού εκπροσώπου τους έως την 16<sup>η</sup> Ιουλίου 2020.

Για τους ανωτέρω θα εκδοθούν κάρτες για την είσοδό τους στην εγκατάσταση. Για την Περιφέρεια Αττικής, οι κάρτες εισόδου θα παραληφθούν στις 23-24/7/2020 και ώρα 10.00-14.00 από τα γραφεία της Κ.Ο.Ε. τμήμα Μηχανογράφησης. Για τις άλλες Περιφέρειες θα παραληφθούν από τις Περιφερειακές επιτροπές τους.

Οι Περιφερειακές Επιτροπές, για την διεξαγωγή των αγώνων τους, μπορούν ενδεικτικά να ενημερωθούν από τον τρόπο τέλεσης των Αγώνων Περιφέρειας Αττικής.

Για το Δ.Σ.

Ο Γενικός Γραμματέας



<p>ΕΝΤΥΠΟ 1 :</p> <p>Δελτίο καταγραφής αθλούμενου για την ασφαλή επιστροφή στην αθλητική δραστηριότητα</p>	<p>Συμπληρώνεται από όλους που θα συμμετάσχουν στους αγώνες: αθλητές, προπονητές, κριτές, παράγοντες για μία μόνο φορά και παραδίδεται στην είσοδο της εγκατάστασης, την πρώτη αγωνιστική ενότητα</p>
<p>ΕΝΤΥΠΟ 2:</p> <p>Ιατρική βεβαίωση</p>	<p>Οι ιατρικές βεβαιώσεις των κολυμβητών-τριών και προπονητών-τριών τις καταθέτει το κάθε σωματείο όλες μαζί σε φάκελο στην είσοδο της εγκατάστασης την πρώτη αγωνιστική ενότητα</p>
<p>ΕΝΤΥΠΟ 3:</p> <p>Κατάλογος εισερχομένων – εξερχομένων στην αθλητική εγκατάσταση</p>	<p>Συμπληρώνεται και κατατίθεται κάθε ημέρα από το κάθε σωματείο πριν από την είσοδο στην εγκατάσταση σε κάθε αγωνιστική ενότητα.</p>



## ΙΑΤΡΙΚΗ ΒΕΒΑΙΩΣΗ

Ο/Η κάτωθι ιατρός.....

εξέτασε τον/την .....του.....

με ημερομηνία γέννησης....., παρέλαβε το έντυπο ιατρικού ιστορικού που συμπλήρωσε ο εξεταζόμενος και βεβαιώνει ότι κατά την ημέρα της κλινικής εξέτασης ...../...../2020 δεν εμφάνισε συμπτώματα πυρετού, βήχα, δύσπνοιας, πονόλαιμου, κόπωσης, μυαλγίας, ανοσμίας.

**Η παρούσα εκδίδεται για την είσοδο σε αθλητικές εγκαταστάσεις.**

Υπογραφή και Σφραγίδα Ιατρού

.....

\*Το έντυπο του σχετικού ιατρικού ιστορικού τηρείται στο ιατρείο του υπογράφοντος



# Δελτίο καταγραφής αθλούμενου για την ασφαλή επιστροφή στην αθλητική δραστηριότητα

Ημερομηνία: ...../...../.....

Επώνυμο:.....Όνομα:.....

Πατρώνυμο:..... Ημερομηνία Γέννησης: ...../...../.....

1. Έχετε νοσήσει από COVID-19 (νοσηλεία στο νοσοκομείο ή στο σπίτι);

ΝΑΙ  ΟΧΙ

Εάν έχετε νοσήσει θα πρέπει να επισκεφτείτε καρδιολόγο για βεβαίωση άθλησης.

2. Είχατε κάποιο από τα παρακάτω συμπτώματα τις τελευταίες 14 ημέρες;

πυρετό  
βήχα  
αίσθημα κόπωσης  
μυαλγίες / αρθραλγίες (πόνος στους μύες και στις αρθρώσεις)

ΝΑΙ  ΟΧΙ

Εάν έχετε συμπτώματα θα πρέπει να αποφύγετε την άσκηση για τουλάχιστον 14 ημέρες

3. Έχετε έρθει σε επαφή με ύποπτο ή επιβεβαιωμένο κρούσμα COVID-19 τις προηγούμενες 14 ημέρες;

ΝΑΙ  ΟΧΙ

Εάν ναι δεν θα πρέπει να αθληθείτε εντατικά για 14 ημέρες από την τελευταία επαφή.

Έχω απαντήσει σε όλα **ΟΧΙ** και έχω ενημερωθεί για τα μέτρα πρόληψης και προστασίας και για τους κινδύνους υγείας που μπορεί να προκαλέσει ο κορωνοϊός (COVID-19).

Ο/Η Δηλ....

.....  
(Υπογραφή)

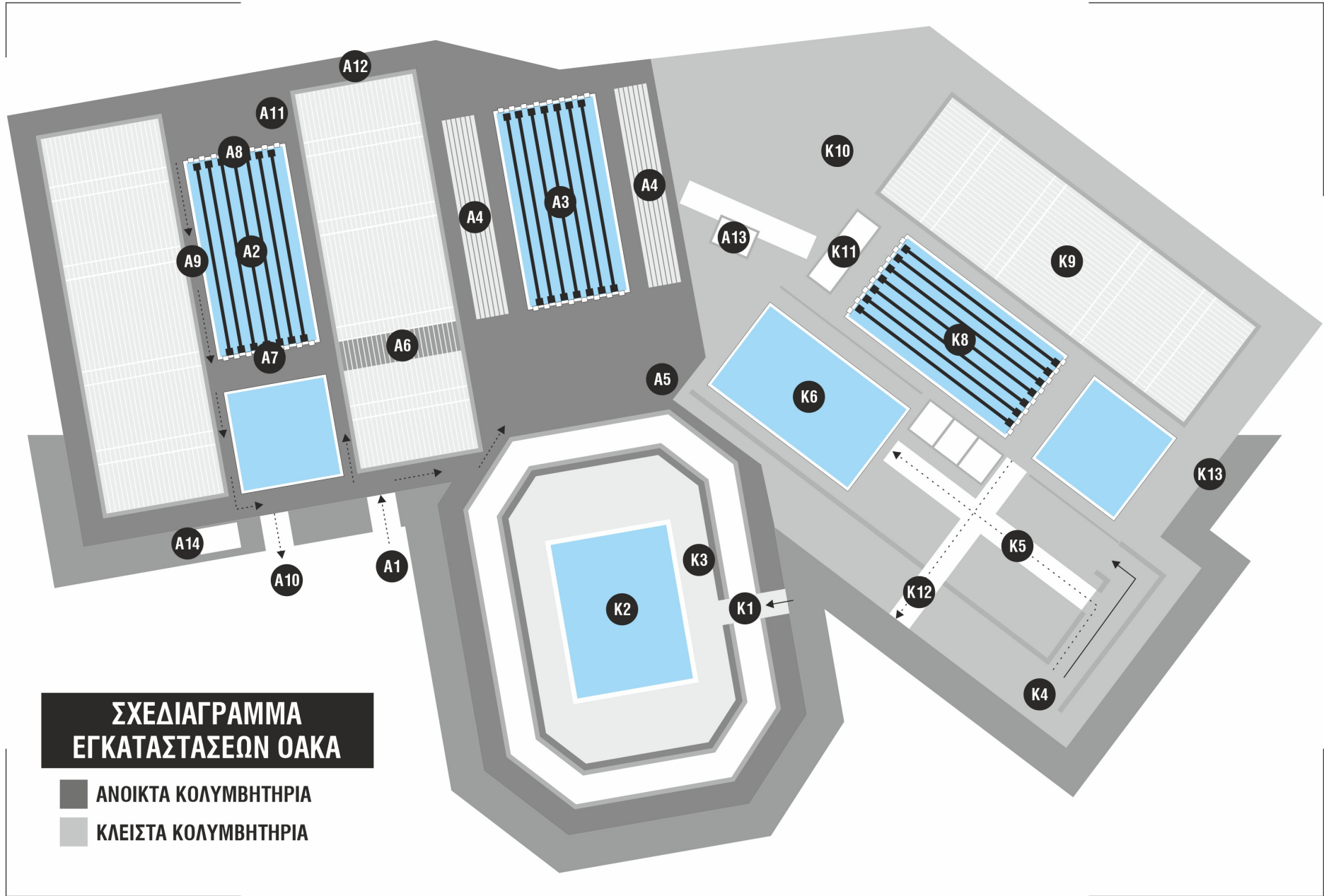
Ημερομηνία:

Κατάλογος εισερχομένων-εξερχομένων στην αθλητική εγκατάσταση για ενδεχόμενο ιχνηλάτησης επαφών λόγω COVID-19

#	Όνοματεπώνυμο	Ιδιότητα	Διεύθυνση κατοικίας	e-mail	Κινητό τηλ.	Ώρα εισόδου	Συμπτώματα	Υπογραφή**	Ώρα εξόδου
1									
2									
3									
4									
5									
6									
7									
8									
9									
0									

\* Προσδιορίστε αν έχετε κάποιο σύμπτωμα από τα επόμενα: Πυρετός, Βήχας, Δύσπνοια, Πονόλαιμος, Κόπωση/Μυαλγία, Διάρροια, Ανοσμία με ένα "ΝΑΙ", αλλιώς σημειώστε "ΟΧΙ!"

\*\* Η υπογραφή βεβαιώνει ότι τα στοιχεία είναι αληθή και υποδηλώνει την αποδοχή και τήρηση των όρων χρήσης της εγκατάστασης όπως έχουν τεθεί από την Πολιτεία και τους αρμόδιους φορείς για την τρέχουσα περίοδο



**ΣΧΕΔΙΑΓΡΑΜΜΑ  
ΕΓΚΑΤΑΣΤΑΣΕΩΝ ΟΑΚΑ**

- ΑΝΟΙΚΤΑ ΚΟΛΥΜΒΗΤΗΡΙΑ
- ΚΛΕΙΣΤΑ ΚΟΛΥΜΒΗΤΗΡΙΑ

# ΥΠΟΜΝΗΜΑ ΟΑΚΑ

## ΑΓΟΡΙΑ

<b>A1</b>	Είσοδος κολυμβητών-προπονητών-παραγόντων (είσοδος P5)
<b>A2</b>	Δεξαμενή αγώνων και 2 πρώτων group προθέρμανσης.
<b>A3</b>	Δεξαμενή προθέρμανσης.
<b>A4</b>	Χώρος αναμονής πριν την κλήση και πριν την προθέρμανση.
<b>A5</b>	Χώρος 1 <sup>ης</sup> κλήσης.
<b>A6</b>	Χώρος 2 <sup>ης</sup> κλήσης (υπόγεια διάβαση μεταξύ των 2 δεξαμενών)
<b>A7</b>	Εκκίνηση όλων των αγωνισμάτων και των αποστάσεων.
<b>A8</b>	Τερματισμός 50 μ.
<b>A9</b>	Διαδρομή προς έξοδο.
<b>A10</b>	Έξοδος.
<b>A11</b>	Χώρος προπονητών κάθε σειράς των αγωνιζομένων.
<b>A12</b>	Είσοδος-Έξοδος προπονητών.
<b>A13</b>	Χώρος αποδυτήριων.
<b>A14</b>	Χώρος αποδυτήριων.

## ΚΟΡΙΤΣΙΑ

<b>K1</b>	Είσοδος κολυμβητριών –προπονητών-παραγόντων. Είσοδος P10.
<b>K2</b>	Δεξαμενή προθέρμανσης
<b>K3</b>	Αποδυτήρια προθερμαντήριου.
<b>K4</b>	Είσοδος κολυμβητριών-προπονητών-παραγόντων για δεξαμενές αγώνων και προθέρμανσης.
<b>K5</b>	Διάδρομος πίσω από την γραμματεία που οδηγεί στην δεξαμενή προθέρμανσης των 25μ.
<b>K6</b>	Δεξαμενή προθέρμανσης.
<b>K8</b>	Δεξαμενή αγώνων και 2 πρώτων group προθέρμανσης.
<b>K9</b>	Εξέδρα χώρος αναμονής κοριτσιών πριν την κλήση, και πριν την προθέρμανση, προπονητών και παραγόντων.
<b>K10</b>	Χώρος κλήσης.
<b>K11</b>	Χώρος αποδυτηρίων.
<b>K12</b>	Έξοδος.
<b>K13</b>	Αποδυτήρια Εξόδου.



## ΟΔΗΓΙΕΣ

### ΚΟΛΥΜΒΗΤΕΣ

Η είσοδος θα γίνεται από το (Α1) και οι κολυμβητές ανάλογα με τα group προθέρμανσης κατ αγώνισμα, κατευθύνονται στο κολυμβητήριο που τους έχει ανακοινωθεί για την προθέρμανσή τους.

Πριν την έναρξη των αγώνων τα προθερμαντήρια είναι το (Α2) και το (Α3). Με την έναρξη των αγώνων προθέρμανση γίνεται μόνο στο (Α3), σύμφωνα με το πρόγραμμα των group αγωνισμάτων.

Η πρώτη κλήση του κάθε αγωνίσματος γίνεται στο (Α5), και μετά οι αθλητές οδηγούνται στον χώρο της 2<sup>ης</sup> κλήσης στην υπόγεια διάβαση (Α6) σε σειρές.

Οι εκκινήσεις γίνονται για όλα τα αγωνίσματα από το (Α7) και οι κολυμβητές φτάνοντας στην εκκίνηση θα πρέπει να έχουν μαζί τους όλα τα ατομικά τους είδη.

Ο τερματισμός των αγωνισμάτων 50μ γίνεται στο (Α8). Μετά τον τερματισμό, κάθε κολυμβητής υποχρεωτικά οδηγείται προς την έξοδο (Α10), παίρνοντας μαζί τα ατομικά του είδη και μπορεί αν θέλει να χρησιμοποιήσει τα αποδυτήρια (Α14).

Οι προπονητές των κολυμβητών της σειράς μόνο που αγωνίζονται, θα βρίσκονται στον χώρο (Α11).

Οι προπονητές κινούνται μεταξύ των κολυμβητηρίων -αγώνων και προθέρμανσης αποκλειστικά από την θέση (Α12).

Οι κολυμβητές που είναι σε αναμονή αγωνίσματος ή προθέρμανσης, παραμένουν στους χώρους(Α4).

### ΚΟΛΥΜΒΗΤΡΙΕΣ

Η είσοδος θα γίνεται από το (Κ4),και οι κολυμβήτριες ανάλογα με τα group προθέρμανσης κατ αγώνισμα, κατευθύνονται στο κολυμβητήριο που τους έχει ανακοινωθεί.

Πριν την έναρξη των αγώνων τα προθερμαντήρια είναι το (Κ8) το (Κ6) και το (Κ2). Για το κολυμβητήριο (Κ2) η είσοδος γίνεται από το (Κ1), και οι κολυμβήτριες μπορούν να χρησιμοποιήσουν τα αποδυτήρια (Κ3). Για το κολυμβητήριο (Κ6), οι κολυμβήτριες ακολουθούν το διάδρομο (Κ5). Προθέρμανση γίνεται μόνο στα (Κ2) και (Κ6) σύμφωνα με το πρόγραμμα των group αγωνισμάτων μετά την έναρξη των αγώνων.

Η κλήση του κάθε αγωνίσματος γίνεται στο (Κ10), οι κολυμβήτριες μπορούν να χρησιμοποιήσουν τα αποδυτήρια (Κ11).

Οι εκκινήσεις γίνονται για όλα τα αγωνίσματα από την πλευρά εκκινήσεων προς το καταδυτήριο (Κ13), και οι κολυμβήτριες πρέπει να έχουν μαζί τους όλα τα ατομικά τους είδη.

Μετά τον τερματισμό κάθε κολυμβήτρια μπορεί να χρησιμοποιήσει τα αποδυτήρια του κολυμβητηρίου (Κ13) και στην συνέχεια υποχρεωτικά οδηγείται προς την έξοδο. (Κ12).

Οι κολυμβήτριες που είναι σε αναμονή αγωνίσματος ή προθέρμανσης, παραμένουν στον χώρο (Κ9),καθώς και οι προπονητές τους.