

**ΠΡΟΣ**

- ΣΩΜΑΤΕΙΑ
- ΠΕΡΙΦΕΡΕΙΑΚΕΣ ΕΠΙΤΡΟΠΕΣ

**ΘΕΜΑ: «Προκήρυξη Πανελληνίου Πρωταθλήματος Κολύμβησης Μαραθώνιας -Μεγάλων Αποστάσεων OWS ΒΕΤΕΡΑΝΩΝ (MASTERS) 2023»**

swimming  
κολύμβηση

water polo  
υδατοσφαίριση

artistic swimming  
καλλιτεχνική κολύμβηση

diving  
καταδύσεις

finswimming  
τεχνική κολύμβηση

open water  
μεγάλες αποστάσεις

Η Κολυμβητική Ομοσπονδία Ελλάδας (Κ.Ο.Ε.), σε συνεργασία με τον Δήμο Βόρειας Κυνουρίας συνδιοργανώνουν το Πανελλήνιο Πρωτάθλημα Μαραθώνιας Κολύμβησης- Μεγάλων Αποστάσεων (OWS) ΒΕΤΕΡΑΝΩΝ (MASTERS), το οποίο θα διεξαχθεί στην **παράλια του Άστρους Β. Κυνουρίας στις 9.9.2023**.

**ΟΡΟΙ ΣΥΜΜΕΤΟΧΗΣ**

- Στο Πανελλήνιο Πρωτάθλημα Κολύμβησης Μαραθώνιας- Μεγάλων Αποστάσεων Βετεράνων (Masters) δικαίωμα συμμετοχής έχουν οι κολυμβητές-τριες που είναι μέλη Σωματείου της ΚΟΕ, με ενεργό δελτίο αθλητικής ιδιότητας που έχει εκδοθεί από την ΚΟΕ και των οποίων οι κάρτες υγείας και διαπίστευσης βρίσκονται σε ισχύ την περίοδο διεξαγωγής τους (πρέπει να ανανεώνονται κάθε χρόνο).
- Ο/η συμμετέχων κολυμβητής-τρια πέρα από το ενημερωμένο αθλητικό δελτίο υγείας, θα πρέπει οπωσδήποτε να υπογράψει τη συνημμένο στο τέλος της προκήρυξης, υπεύθυνη δήλωση για τη συμμετοχή του, στους αγώνες Masters.
- Το κάθε Σωματείο μπορεί να συμμετέχει με απεριόριστο αριθμό κολυμβητών-τριών σε κάθε ατομικό αγώνισμα και με μία ή περισσότερες ομάδες στο ομαδικό. Κάθε κολυμβητής-τρια μπορεί να συμμετέχει σε όλα τα ατομικά και στο ομαδικό αγώνισμα του προγράμματος.
- Οι συμμετέχοντες απαραίτητα, συνοδεύονται από υπεύθυνο εκπρόσωπο-προπονητή, ο οποίος τους εκπροσωπεί.

v.

**ΤΡΟΠΟΣ ΔΙΕΞΑΓΩΓΗΣ**

- Θα υπάρξει σχεδιάγραμμα της αθλητικής εγκατάστασης, οριοθέτησή της, και καταγραφή όλων των χρήσεων, όπως Γραμματεία Αγώνα, αποδυτήρια, κλήση αθλητών-τριων, απονομή αθλητών-τριων, προπονητών, παραγόντων

Λεωφόρος  
Συγγρού 137  
17 121 Νέα Σμύρνη  
Τηλ. 210 98 51 020

137, Syngrou  
Avenue  
17 121 Nea Smirni  
Athens Greece  
Tel. 30 210 98 51 020

κ.λ.π για τους συμμετέχοντες. Η είσοδος στην εγκατάσταση θα επιτρέπεται μόνο στους κολυμβητές, προπονητές και έναν εκπρόσωπο μόνο για κάθε Σωματείο.

- Ο αγωνιστικός στίβος θα διαμορφώνεται ανάλογα για κάθε ατομικό και ομαδικό αγώνισμα. Θα σηματοδοτηθεί με μεγάλες σημαδούρες ίδιου χρώματος στις γωνίες και με μικρότερες, πορείας διαφορετικού χρώματος θα αναπτύσσεται δε κατά μήκος της ακτής.
- Η εκκίνηση για κάθε αγώνισμα ίδιας απόστασης, θα γίνει από το σημείο της ακτής σε αβαθή νερά, σε κύματα βάσει του φύλου. Οι εκκινήσεις σε «κύματα» θα απέχουν χρονικά τρία (3) λεπτά.
- Οι κολυμβητές-τριες στα τελευταία μέτρα κάθε αγώνα, εισέρχονται σε οριοθετημένη περιοχή σε σχήμα χοάνης σε αβαθή νερά και τερματίζουν σε ειδική κατασκευή.
- Έως το τέλος της πρωινής αγωνιστικής ενότητας του Σαββάτου 9 Σεπτεμβρίου 2023, θα πρέπει να δηλωθούν οι οριστικές συνθέσεις των ομαδικών αγωνισμάτων καθώς και η σειρά που αγωνίζονται οι κολυμβητές-τριες.
- Σημειώνεται ότι οι αριθμοί που αποδίδονται για επικύρωση στους αγωνιζόμενους ισχύουν για όλα τα αγωνίσματα που συμμετέχει ο κολυμβητής.

**Οι αγώνες θα διεξαχθούν σύμφωνα με τους ισχύοντες κανονισμούς της WORLD AQUATICS για το άθλημα της κολύμβησης Μεγάλων Αποστάσεων, καθώς και τον κανονισμό ηθικής ακεραιότητας (Code of Ethics) της WORLD AQUATICS.**

## ΒΑΘΜΟΛΟΓΙΕΣ

Η βαθμολογία των αγωνισμάτων στο Πανελλήνιο Πρωτάθλημα καθορίζεται ως εξής:

ΘΕΣΗ	1η	2η	3η	4η	5η	6η	7η	8η
ΒΑΘΜΟΙ	9	7	6	5	4	3	2	1

- Στα ομαδικά αγωνίσματα η παραπάνω βαθμολογία διπλασιάζεται.

## ΕΠΑΘΛΑ

Η Κ.Ο.Ε. αθλοθετεί τα ακόλουθα έπαθλα για τους διακριθέντες κολυμβητές-τριες και τα αθλητικά Σωματεία- Συλλόγους που συμμετέχουν στο Πανελλήνιο Πρωτάθλημα Κολύμβησης Μαραθώνιας- Μεγάλων Αποστάσεων (OWS) Βετεράνων 2023, ως εξής:

- I. Μετάλλιο στον πρώτο (1<sup>ο</sup>), δεύτερο (2<sup>ο</sup>) και τρίτο (3<sup>ο</sup>) νικητή κάθε ατομικού και ομαδικού αγωνίσματος.
- II. Κύπελλα για τον πρώτο (1<sup>ο</sup>) νικητή Σύλλογο, ο οποίος αναδεικνύεται από το σύνολο των βαθμών που συγκεντρώνει ξεχωριστά στις βαθμολογίες:
  - Ανδρών
  - Γυναικών
  - Γενική

## ΚΑΤΗΓΟΡΙΕΣ ΒΕΤΕΡΑΝΩΝ ΚΟΛΥΜΒΗΤΩΝ-ΤΡΙΩΝ

Οι κολυμβητές-τριες θα αγωνισθούν και θα βραβευθούν ανά ηλικιακές κατηγορίες για τα Ατομικά και Ομαδικά αγωνίσματα σε άνδρες και γυναίκες.

ΚΑΤΗΓΟΡΙΑ	ΗΛΙΚΙΑ	ΕΤΟΣ ΓΕΝΝΗΣΗΣ
Α' ΚΑΤΗΓΟΡΙΑ	25-29.	1998-1994
Β' ΚΑΤΗΓΟΡΙΑ	30-34	1993-1989
Γ' ΚΑΤΗΓΟΡΙΑ	35-39	1988-1984
Δ' ΚΑΤΗΓΟΡΙΑ	40-44	1983-1979
Ε' ΚΑΤΗΓΟΡΙΑ	45-49	1978-1974
ΣΤ' ΚΑΤΗΓΟΡΙΑ	50-54	1973-1969
Ζ' ΚΑΤΗΓΟΡΙΑ	55-59	1968-1964
Η' ΚΑΤΗΓΟΡΙΑ	60-64	1963-1959
Θ' ΚΑΤΗΓΟΡΙΑ	65-69	1958-1954
Ι' ΚΑΤΗΓΟΡΙΑ	70-74	1953-1949
Κ' ΚΑΤΗΓΟΡΙΑ	75-79	1948-1944
Λ' ΚΑΤΗΓΟΡΙΑ	80-84	1943-1939
Μ' ΚΑΤΗΓΟΡΙΑ	85-89	1938-1934
Ν' ΚΑΤΗΓΟΡΙΑ	90-94	1933-1929

## ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΑΓΩΝΩΝ

---

### 1<sup>η</sup> Αγωνιστική ενότητα

**Σάββατο 9/9/2023 ώρα 11:00**

#### **Ατομικό Αγώνισμα 2.500μ. ή 5.000μ. Open Water Swimming**

- Οι κολυμβητές-τριες αγωνίζονται σε μορφή ανοικτής κατηγορίας, τα αποτελέσματα και οι βραβεύσεις, θα εκδίδονται ανά ηλικιακή κατηγορία των Βετεράνων.
- Οι αθλητές μπορούν να επιλέξουν μεταξύ των αγωνισμάτων 2.500μ. ή 5.000μ. τα οποία θα έχουν κοινή εκκίνηση.
- Διαμορφώνεται Αγωνιστικός Στίβος σε μορφή τετράπλευρου κατά μήκος της ακτής με περίμετρο 1.250μ. Οι κολυμβητές-τριες περνούν τις σημαδούρες με δεξί ώμο. Οι κολυμβητές-τριες στα τελευταία μέτρα κάθε αγώνα, εισέρχονται σε οριοθετημένη περιοχή σε σχήμα χοάνης σε αβαθή νερά και τερματίζουν σε ειδική κατασκευή αφού καλύψουν την αγωνιστική απόσταση.
- Ανάλογα με το πλήθος των συμμετεχόντων, η εκκίνηση μπορεί να δοθεί ξεχωριστά σε κύματα ξεχωριστά για άνδρες και γυναίκες.

Προθέρμανση: 09:30

### 2<sup>η</sup> Αγωνιστική ενότητα

**Σάββατο 9/9/2023 ώρα 17:30**

#### **Ομαδικό Αγώνισμα 4X750μ. MIX 1 άντρας + 1 γυναίκα.**

Κάθε άντρας και κάθε γυναίκα θα πρέπει να διανύσουν δύο (2) φορές την απόσταση των 750μ. εναλλάξ. Άρα ο αθλητής Α' μπορεί να διανύσει την απόσταση των 750μ. στον 1ο και 3ο γύρο, και ο αθλητής Β' αντίστοιχα, στον 2ο και 4ο. Σε περίπτωση που κάποιο σωματείο έχει δύο ή περισσότερους άνδρες και γυναίκες αντίστοιχα, μπορεί να συγκροτήσει και να συμμετέχει με περισσότερες από μία ομάδες, στο αγώνισμα.

- Οι συνθέσεις συγκροτούνται σε μορφή ανοικτής κατηγορίας με όλες τις ηλικίες μαζί για κάθε Ομάδα των Βετεράνων. Η ομάδα θα πρέπει να αποτελείται από κολυμβητές-τριες του ίδιου Σωματείου.
- Οι σημαδούρες μεταφέρονται και δημιουργείται παραλληλόγραμμο με απόσταση 750μ. προς διάνυση. Οι κολυμβητές-τριες περνούν τις σημαδούρες με δεξιό ώμο και πραγματοποιούν την αλλαγή αγγίζοντας με το χέρι τον συναθλητή-τρια τους. Οι κολυμβητές-τριες στα τελευταία μέτρα, εισέρχονται σε οριοθετημένη περιοχή σε σχήμα χοάνης σε αβαθή νερά και τερματίζουν σε ειδική κατασκευή αφού καλύψουν την αγωνιστική απόσταση των 4X750μ. MIX, 1 άντρας + 1 γυναίκα.
- Οι κολυμβητές-τριες της κάθε ομάδας πρέπει να φορούν το ίδιο χρώμα σκουφάκι ή το σκουφάκι με τα διακριτικά του σωματείου τους. Σε περίπτωση συμμετοχών περισσότερων από μία ομάδα από το ίδιο σωματείο, για την τελική κατάταξη θα ληφθούν υπόψη και οι αυτοκόλλητοι αριθμοί των κολυμβητών που συμμετέχουν.

Προθέρμανση: 15:45

- **Η ακριβής σειρά ενημέρωσης, προθέρμανσης και ελέγχων πριν την εκκίνηση όλων των αγωνισμάτων έχει ως εξής:**
- Παραλαβή από εκπρόσωπο ή προπονητή των αριθμών που αντιστοιχούν στην κατηγορία του και επικόλληση αυτών.
  - Προθέρμανση στον αγωνιστικό στίβο για τους συμμετέχοντες
  - Αλλαγή μαγιό και προετοιμασία
  - Κλήση κολυμβητών, έλεγχος, ενημέρωση για τον αγώνα
  - Εκκίνηση σε κύματα

## ΔΗΛΩΣΕΙΣ ΣΥΜΜΕΤΟΧΗΣ

Οι δηλώσεις συμμετοχής των ατομικών αγωνισμάτων, στο Πανελλήνιο Πρωτάθλημα Κολύμβησης Μαραθώνιας - Μεγάλων Αποστάσεων OWS BETEPANON (MASTERS) 2023, θα πρέπει να υποβληθούν ηλεκτρονικά μέχρι την **Τετάρτη 30.08.2023 και ώρα 14:00 (αυστηρά), ΜΟΝΟ** στο e-mail: [swimming@koe.org.gr](mailto:swimming@koe.org.gr).

Τη **Δευτέρα 4.9.2023**, θα αναρτηθούν στην ιστοσελίδα της ΚΟΕ οι αρχικές συμμετοχές και οι οριστικές ώρες προθέρμανσης & έναρξης αγώνων.

Μέχρι την **Τετάρτη βράδυ 6.9.2023**, παρακαλείσθε να αποστείλετε το σύνολο των διαγραφών που προτίθεστε να καταθέσετε στο [swimming@koe.org.gr](mailto:swimming@koe.org.gr), προκειμένου, να οριστικοποιηθεί και να ανακοινωθεί το οριστικό χρονοδιάγραμμα διεξαγωγής των αγωνισμάτων, καθώς και οι τελικές σειρές των προκριματικών (**starting list**).

## ΠΑΡΑΒΟΛΟ ΣΥΜΜΕΤΟΧΗΣ

Για όσους πρόκειται να λάβουν μέρος στο Πανελλήνιο Πρωτάθλημα Μαραθώνιας Κολύμβησης Μεγάλων Αποστάσεων (OWS) Βετεράνων (Masters) 2023, **ορίζεται παράβολο συμμετοχής 30€.**

Τα παράβολα συμμετοχής θα πρέπει να κατατεθούν σε έναν από τους λογαριασμούς της ΚΟΕ:

- **ΕΘΝΙΚΗ ΤΡΑΠΕΖΑ- IBAN:** GR66 0110 0800 0000 0804 8090 172
- **EUROBANK- IBAN:** GR82 0260 2770 0007 0020 1520 045
- **ALPHA BANK- IBAN:** GR15 0140 1470 1470 0232 0003 260
- **PIRAEUS BANK- IBAN:** GR91 0171 7270 0067 2716 3708 450

όπου θα αναφέρεται το σωματείο και η διοργάνωση, έως και 5 ημέρες πριν του Πρωταθλήματος.

Σας ενημερώνουμε, ότι θα πραγματοποιηθούν όλοι οι προβλεπόμενοι έλεγχοι καταλληλότητας νερού που προβλέπονται από την Παγκόσμια Ομοσπονδία WORLD AQUATICS.

- *Η ΚΟΕ επιφυλάσσεται να κάνει χρήση του δικαιώματος τροποποίησης των όρων της παρούσας προκήρυξης, αν και όποτε αυτό κριθεί αναγκαίο*
- *Για ό,τι δεν αναγράφεται ρητά στην παρούσα προκήρυξη, ισχύουν οι όροι και διατάξεις της Γενικής Προκήρυξης αγώνων κολύμβησης 2022-23*

Με τιμή,

Ο ΠΡΟΕΔΡΟΣ

ΚΥΡΙΑΚΟΣ ΓΙΑΝΝΟΠΟΥΛΟΣ



Ο ΓΕΝΙΚΟΣ ΓΡΑΜΜΑΤΕΑΣ

ΣΤΕΦΑΝΟΣ Γ. ΑΥΓΟΥΛΕΑΣ

**ΥΠΕΥΘΥΝΗ ΔΗΛΩΣΗ ΥΓΕΙΑΣ**

Ο/Η παρακάτω υπογράφων/υπογράφουσα .....

του ..... με αριθμό ταυτότητας ή διαβατηρίου

που συμμετέχω με ίδια πρωτοβουλία και ατομική μου ευθύνη στους αγώνες κολύμβησης με την επωνυμία.....

δηλώνω συνειδητά και υπεύθυνα ότι:

1. Έχω στην κατοχή μου επικαιροποιημένα ΚΑΡΤΑ ΥΓΕΙΑΣ και ΚΑΡΤΑ ΔΙΑΠΙΣΤΕΥΣΗΣ που έχουν εκδοθεί από την ΚΟΕ.

2. Βεβαιώνω ότι δεν αντιμετωπίζω κανένα πρόβλημα υγείας και δύναμαι να συμμετάσχω σε τέτοιου είδους αγώνες.

3. Οι διοργανωτές των αγώνων και οι εμπλεκόμενοι φορείς ή Αρχές δεν φέρουν καμία ευθύνη για οτιδήποτε προκύψει πριν κατά τη διάρκεια ή μετά το πέρας του αγώνα, όπως ενδεικτικά, σωματική ή πνευματική βλάβη της υγείας μου, προσωρινή ή μόνιμη, ακόμη και απώλεια ζωής, ότι έχω αποκλειστική ευθύνη για τη διαφύλαξη της υγείας ή της ζωής μου και ότι καμιά αξίωση δεν θα έχω από τις ως άνω αιτίες η οποιαδήποτε συναφή, προσωπικά ή οποιοδήποτε μέλος της οικογένειάς μου.

4. Παραχωρώ στους διοργανωτές το δικαίωμα χρήσης στοιχείών μου, όπως φωτογραφίες, βίντεο, ηχογραφήσεις και πάσης φύσεως καταγραφή του αγώνα με οπτικοακουστικά μέσα καθώς επίσης και για υλικό διαφημίσεων.

Για όλες τις παραπάνω περιπτώσεις απαλλάσσω τους διοργανωτές από κάθε είδους ευθύνη και παραιτούμαι του δικαιώματος οποιασδήποτε αποζημίωσης.

Ημερομηνία ...../...../.....

Ο – Η Δηλών/Δηλούσα