

**ΠΡΟΣ: ΣΩΜΑΤΕΙΑ ΚΟΛΥΜΒΗΣΗΣ ΚΟΕ/ΑΤΤΙΚΗΣ
ΚΟΕ/ ΠΕΡΙΦΕΡΕΙΑΚΗ ΕΠΙΤΡΟΠΗ ΑΤΤΙΚΗΣ**

swimming
κολύμβηση
20 ΟΛΥΜΠΙΑΔΕΣ
1 Μετάλλιο

ΘΕΜΑ: Οδηγίες- Θερινοί Αγώνες Κολύμβησης (K11 & K12)

water polo
υδατοσφαίριση
20 ΟΛΥΜΠΙΑΔΕΣ
2 Μετάλλια

ΣΧΕΤ.: Εγκύκλιος/ Αρ. Πρωτ.: 2890/25 Απριλίου 25 (ΟΕ) /ΚΟΕ

artistic Swimming
καλλιτεχνική κολύμβηση
8 ΟΛΥΜΠΙΑΔΕΣ

Κύριε Πρόεδρε,

σας επισυνάπτουμε οδηγίες, που αφορούν στις ομάδες (γκρουπ), στο πρόγραμμα έναρξης και προθερμάνσεων, τις δηλώσεις συμμετοχής, τη διαδικασία και τις απονομές για τους Θερινούς Αγώνες Κολύμβησης Προαγωνιστικών Κατηγοριών (K11 & K12), οι οποίοι θα διεξαχθούν στο Ιλίσιο Κολυμβητήριο Δήμου Ζωγράφου από **21 έως 22 Ιουνίου 2025**.

diving
καταδύσεις
6 ΟΛΥΜΠΙΑΔΕΣ
1 Μετάλλιο

Επισημαίνεται, ότι για την ομαλή διεξαγωγή των προθερμάνσεων και την αποφυγή καθυστερήσεων, κρίνεται απαραίτητη η αυστηρή τήρηση των γκρουπ και του προγραμματισμού τους.

open Water
μεγάλες αποστάσεις
5 ΟΛΥΜΠΙΑΔΕΣ
1 Μετάλλιο

Παρακαλούμε για την ενημέρωση των εμπλεκομένων και συμμετεχόντων του σωματείου σας, επί των οδηγιών και της εφαρμογής τους.

finswimming
τεχνική κολύμβηση

Με Εκτίμηση



Ο ΓΕΝΙΚΟΣ ΓΡΑΜΜΑΤΕΑΣ

ΔΗΜΗΤΡΙΟΣ ΚΥΡΚΟΣ

Λεωφόρος
Συγγρού 236
17 672 Καλλιθέα
Τηλ. 210 98 51 020

236, Syngrou
Avenue
17 672 Kallithea
Athens Greece
Tel. 30 210 98 51 020

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

Πρόγραμμα- Ώρες έναρξης

1.1 K12

Σάββατο 21.06.2025, 08:30 & 18:00 & **Κυριακή 22.06.2025**, 08:30 & 18:00

1.2 K11

Σάββατο 21.06.2025, 11:15 & 18:00 & **Κυριακή 22.06.2025**, 11:05 & 18:00

**Προς αποφυγή ταλαιπωρίας του συνόλου των συμμετεχόντων (λόγω ζέστης και ήλιου) οι πρωινές αγωνιστικές θα διεξαχθούν σε 2 υπο-ενότητες, ξεχωριστά για κάθε ηλικιακή κατηγορία (11 και 12 ετών) και οι απογευματινές αγωνιστικές θα ξεκινούν 18.00 και θα είναι ενιαίες.*

Επισυνάπτεται **ενδεικτικό χρονοδιάγραμμα** των αγώνων βάσει των αρχικών δηλώσεων συμμετοχής.

ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΠΡΟΘΕΡΜΑΝΣΕΩΝ

1. K12

1.1 Σάββατο 21.06.2025

1.1.1 Α΄ Αγωνιστική ημέρα- Πρωινή Ενότητα, έναρξη: 08:30

- Προθέρμανση, Α΄ ΓΚΡΟΥΠ 07:40-08:00 & Β΄ ΓΚΡΟΥΠ 08:00- 08:20

1.1.2 Β΄ Αγωνιστική ημέρα- Απογευματινή Ενότητα, έναρξη: 18:00

- Προθέρμανση, Β΄ ΓΚΡΟΥΠ 17:10-17:30 & Α΄ ΓΚΡΟΥΠ 17:30-17:50

1.2 Κυριακή 22.06.2025

1.2.1 Γ΄ Αγωνιστική ημέρα- Πρωινή Ενότητα, έναρξη 08:30

- Προθέρμανση, Β΄ ΓΚΡΟΥΠ 07:40-08:00 & Α΄ ΓΚΡΟΥΠ 08:00-08:20

1.2.2 Δ΄ Αγωνιστική ημέρα- Απογευματινή Ενότητα, έναρξη 18:00

- Προθέρμανση, Α΄ ΓΚΡΟΥΠ 17:10-17:30 & Β΄ ΓΚΡΟΥΠ 17:30-17:50

2. K11

2.1 Σάββατο 21.06.2025

2.1.1 Α΄ Αγωνιστική ημέρα- Πρωινή Ενότητα, έναρξη: 11:15

- Προθέρμανση, Α΄ ΓΚΡΟΥΠ 10:30-10:50 & Β΄ ΓΚΡΟΥΠ 10:50- 11:10

2.1.2 Β΄ Αγωνιστική ημέρα- Απογευματινή Ενότητα, έναρξη: 18:00

- Προθέρμανση, Β΄ ΓΚΡΟΥΠ 17:10-17:30 & Α΄ ΓΚΡΟΥΠ 17:30-17:50

2.2 Κυριακή 22.06.2025

2.2.1 Γ΄ Αγωνιστική ημέρα- Πρωινή Ενότητα, έναρξη 11:05

- Προθέρμανση, Β΄ ΓΚΡΟΥΠ 10:20-10:40 & Α΄ ΓΚΡΟΥΠ 10:40-11:00

2.2.2 Δ΄ Αγωνιστική ημέρα- Απογευματινή Ενότητα, έναρξη 18:00

- Προθέρμανση, Α΄ ΓΚΡΟΥΠ 17:10-17:30 & Β΄ ΓΚΡΟΥΠ 17:30-17:50

Δηλώσεις ομαδικών αγωνισμάτων

Διευκρινίζεται ότι οι τελικές συνθέσεις με τις οποίες θα αγωνιστεί το κάθε Σωματείο στα ομαδικά αγωνίσματα, μπορούν να υποβληθούν στη γραμματεία των αγώνων, μέχρι 30' πριν την έναρξη της αγωνιστικής ενότητας στην οποία είναι προγραμματισμένη η διεξαγωγή τους.

Αγωνιστική διαδικασία

- i. Οι κολυμβητές/τριες μετά τον τερματισμό των αγωνισμάτων τους στις αποστάσεις 50μ. εξέρχονται το συντομότερο δυνατό από την πισίνα. Για τα αγωνίσματα απόστασης 100μ. και άνω παραμένουν στην άκρη της διαδρομής τους μέχρι να δοθεί η εκκίνηση της επόμενης σειράς του αγωνίσματος. Παρακαλούνται, οι προπονητές να ενημερώσουν τους κολυμβητές τους για τα ανωτέρω.
- ii. Μέχρι την Πέμπτη 19.06.2025 παρακαλείσθε να πραγματοποιήσετε το σύνολο των διαγραφών που προτίθεστε να καταθέσετε στην ηλεκτρονική πλατφόρμα της ΚΟΕ.
- iii. Στη συνέχεια, θα υπάρχει δυνατότητα διαγραφών για κάθε αγωνιστική ενότητα, έως 30 λεπτά πριν από την έναρξη της. Με την ολοκλήρωση των διαγραφών σε κάθε αγωνιστική ενότητα, θα ανακοινώνονται οι τελικές σειρές των αγωνισμάτων.
- iv. Για τα start lists και τα αποτελέσματα μπορείτε να ενημερώνεστε μέσω της εφαρμογής της ΚΟΕ Live Results
- v. Κατά τη διάρκεια των αγώνων θα διατίθεται εμφιαλωμένο νερό σε όλους τους συμμετέχοντες.

Απονομές

Παρακαλούνται οι προπονητές, να μεριμνούν για την έγκαιρη προσέλευση των κολυμβητών/τριων στον χώρο των Απονομών, για τη διευκόλυνση της ροής του προγράμματος.

ΘΕΡΙΝΟΙ ΑΓΩΝΕΣ ΚΟΛΥΜΒΗΣΗΣ ΠΡΟΑΓΩΝΙΣΤΙΚΩΝ (Κ12 & Κ11)
(ΓΚΡΟΥΠ ΠΡΟΘΕΡΜΑΝΣΕΩΝ)

Α ΓΚΡΟΥΠ	Β ΓΚΡΟΥΠ
Α.Ε.Κ.	Γ.Ν.Ο. ΝΙΚΑΙΑΣ ΑΡΗΣ
Α.Ο. ΠΕΤΡΟΥΠΟΛΗΣ ΟΛΥΜΠΙΑΔΑ 96	ΓΥΜΝΑΣΤΙΚΟΣ ΣΥΛΛΟΓΟΣ ΠΕΡΙΣΤΕΡΙΟΥ
Α.Ο.Π. ΦΑΛΗΡΟΥ	ΓΥΜΝΑΣΤΙΚΟΣ ΣΥΛΛΟΓΟΣ ΠΕΤΡΟΥΠΟΛΗΣ
Α.Σ. ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΗΡΙΩΝ ΚΩΣΤΕΑ-ΓΕΙΤΟΝΑ	ΔΟΞΑ ΑΝΟΙΞΗΣ
ΑΘΛΗΤΙΚΗ ΕΝΩΣΗ ΚΕΡΑΤΣΙΝΙΟΥ	Ε.Ν.Ο. ΑΙΓΥΠΤΙΩΤΩΝ
ΑΘΛΗΤΙΚΗ ΕΝΩΣΗ ΠΕΤΡΑΛΩΝΩΝ	ΕΘΝΙΚΟΣ Ο.Φ.Π.Φ.
ΑΘΛΗΤΙΚΗ ΕΝΩΣΗ ΧΑΙΔΑΡΙΟΥ	ΗΛΥΣΙΑΚΟΣ ΑΘΛΗΤΙΚΟΣ ΟΜΙΛΟΣ
ΑΘΛΗΤΙΚΗ ΠΑΙΔΙΚΗ ΑΚΑΔΗΜΙΑ	Κ.Σ. ΔΕΛΦΙΝΙΑ ΠΕΡΙΣΤΕΡΙΟΥ
ΑΘΛΗΤΙΚΟ ΣΩΜΑΤΕΙΟ ΚΟΛΥΜΒΗΣΗΣ ΑΛΜΠΑΤΡΟΣ	ΚΟΛΥΜΒΗΤΙΚΟΣ ΟΜΙΛΟΣ ΔΕΛΦΙΣ
ΑΘΛΗΤΙΚΟΣ ΚΟΛΥΜΒΗΤΙΚΟΣ ΟΜΙΛΟΣ ΒΑΡΗΣ-ΒΑΡΚΙΖΑΣ	ΚΟΛΥΜΒΗΤΙΚΟΣ ΟΜΙΛΟΣ ΠΕΙΡΑΙΑ
ΑΘΛΗΤΙΚΟΣ ΚΟΛΥΜΒΗΤΙΚΟΣ ΟΜΙΛΟΣ ΗΛΙΟΥΠΟΛΗΣ	ΚΟΛΥΜΒΗΤΙΚΟΣ ΟΜΙΛΟΣ ΠΕΙΡΑΙΑ ΥΠΕΡΗΡΩΕΣ
ΑΘΛΗΤΙΚΟΣ ΝΑΥΤΙΚΟΣ ΟΜΙΛΟΣ ΑΡΓΥΡΟΥΠΟΛΗΣ	ΚΟΛΥΜΒΗΤΙΚΟΣ ΟΜΙΛΟΣ ΠΕΡΙΣΤΕΡΙΟΥ ΓΛΑΥΚΟΣ
ΑΘΛΗΤΙΚΟΣ ΝΑΥΤΙΚΟΣ ΟΜΙΛΟΣ ΓΛΥΦΑΔΑΣ	ΚΟΛΥΜΒΗΤΙΚΟΣ ΟΜΙΛΟΣ ΠΟΣΕΙΔΩΝ ΙΛΙΣΙΩΝ
ΑΘΛΗΤΙΚΟΣ ΟΜΙΛΟΣ ΙΩΝΙΚΟΣ	ΝΑΥΤΙΚΟΣ ΓΥΜΝΑΣΤΙΚΟΣ ΣΥΛΛΟΓΟΣ ΑΡΤΕΜΙΣ 78
ΑΘΛΗΤΙΚΟΣ ΟΜΙΛΟΣ ΚΟΛΩΝΟΥ	ΝΑΥΤΙΚΟΣ ΟΜΙΛΟΣ ΒΟΥΛΙΑΓΜΕΝΗΣ
ΑΘΛΗΤΙΚΟΣ ΟΜΙΛΟΣ ΝΕΑΣ ΣΜΥΡΝΗΣ Ο ΜΙΛΩΝ	ΝΑΥΤΙΚΟΣ ΟΜΙΛΟΣ ΗΛΙΟΥΠΟΛΗΣ
ΑΘΛΗΤΙΚΟΣ ΟΜΙΛΟΣ ΠΕΝΤΕΛΙΚΟΥ	ΝΑΥΤΙΚΟΣ ΟΜΙΛΟΣ ΚΑΛΑΜΑΚΙΟΥ
ΑΘΛΗΤΙΚΟΣ ΟΜΙΛΟΣ ΩΚΕΑΝΟΣ	ΝΑΥΤΙΚΟΣ ΣΥΛΛΟΓΟΣ ΠΑΛΛΑΙΜΩΝ
ΑΘΛΗΤΙΚΟΣ ΣΥΛΛΟΓΟΣ ΚΟΛΛΕΓΙΟΥ ΝΤΕΡΗ	ΝΗΡΕΑΣ ΓΕΡΑΚΑ
ΑΘΛΗΤΙΚΟΣ ΣΥΛΛΟΓΟΣ ΠΕΡΑ	ΟΛΥΜΠΙΑΚΟΣ Σ.Φ.Π.
ΑΘΛΗΤΙΚΟΣ ΣΥΛΛΟΓΟΣ ΦΥΛΗΣ ΑΡΙΩΝ	ΟΛΥΜΠΙΑΣ 73 ΑΘΛΗΤΙΚΟΣ ΟΜΙΛΟΣ
ΑΙΓΑΛΕΩ ΑΘΛΗΤΙΚΟΣ ΟΜΙΛΟΣ	ΟΜΙΛΟΣ ΦΙΛΑΘΛΩΝ ΝΕΑΣ ΙΩΝΙΑΣ
ΑΙΟΛΟΣ Α.Ο. ΥΓΡΟΥ ΣΤΙΒΟΥ ΠΕΤΡΟΥΠΟΛΗΣ	ΠΑΝΑΘΗΝΑΪΚΟΣ ΑΘΛΗΤΙΚΟΣ ΟΜΙΛΟΣ
ΑΛΙΜΟΣ ΝΑΥΤΙΚΟΣ ΑΘΛΗΤΙΚΟΣ ΣΥΛΛΟΓΟΣ	ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΟΣ Γ.Σ.
ΓΥΜΝΑΣΤΙΚΟΣ ΑΘΛΗΤΙΚΟΣ ΣΥΛΛΟΓΟΣ ΙΑΣΟΝΑΣ ΝΙΚΑΙΑΣ	ΠΑΝΙΩΝΙΟΣ ΓΥΜΝΑΣΤΙΚΟΣ ΣΥΛΛΟΓΟΣ
ΓΥΜΝΑΣΤΙΚΟΣ ΣΥΛΛΟΓΟΣ ΑΙΓΑΛΕΩ	ΠΟΔΟΣΦΑΙΡΙΚΟΣ ΑΘΛΗΤΙΚΟΣ ΟΜΙΛΟΣ ΡΟΥΦ
ΓΥΜΝΑΣΤΙΚΟΣ ΣΥΛΛΟΓΟΣ ΗΛΙΟΥΠΟΛΗΣ	ΠΟΣΕΙΔΩΝ ΑΘΛΗΤΙΚΟΣ ΟΜΙΛΟΣ Ν. ΨΥΧΙΚΟΥ
ΠΟΣΕΙΔΩΝΑΣ ΜΕΣΟΓΕΙΩΝ	ΣΥΛΛΟΓΟΣ ΚΟΛΥΜΒΗΣΗΣ ΡΟΗ
ΣΥΛΛΟΓΟΣ ΑΠΟΦΟΙΤΩΝ ΚΟΛΛΕΓΙΟΥ ΑΘΗΝΩΝ	ΥΔΡΙΑ