



## ΑΛΕΞΑΝΔΡΟΥΠΟΛΗ TEST EVENT 2014

*by Wetspot swimstore & more...*

### ΠΕΡΙΦΕΡΕΙΑΚΗ ΕΠΙΤΡΟΠΗ ΚΟΛΥΜΒΗΣΗΣ ΑΝ. ΜΑΚΕΔΟΝΙΑΣ & ΘΡΑΚΗΣ

#### ΠΡΟΚΗΡΥΞΗ ΚΟΛΥΜΒΗΤΙΚΩΝ ΑΓΩΝΩΝ

Ο ΟΜΙΛΟΣ ΦΙΛΩΝ ΘΑΛΑΣΣΗΣ ΑΛΕΞΑΝΔΡΟΥΠΟΛΗΣ σε συνεργασία με το ΑΘΛΗΤΙΚΟ – ΠΟΛΙΤΙΣΤΙΚΟ ΚΕΝΤΡΟ του ΔΗΜΟΥ ΑΛΕΞΑΝΔΡΟΥΠΟΛΗΣ και την ΠΕ.ΚΟ.ΑΝ.ΜΑ.Θ και υπό την αιγίδα της Κ.Ο.Ε. διοργανώνουν την Ημερίδα Κολύμβησης Αγωνιστικών-Προαγωνιστικών ηλικιών με την επωνυμία “ ΑΛΕΞΑΝΔΡΟΥΠΟΛΗ TEST EVENT 2014” που θα διεξαχθεί στην Αλεξανδρούπολη στις 22 Μαρτίου 2014.

Οι αγώνες θα διεξαχθούν στο Δημοτικό κολυμβητήριο Αλεξανδρούπολης 50μ. με 10 διαδρομές και θα γίνουν με χειρός χρονομέτρηση, σύμφωνα με τους διεθνείς κανονισμούς κολύμβησης.

#### ΓΕΝΙΚΟΙ ΟΡΟΙ ΣΥΜΜΕΤΟΧΗΣ

- Συμμετέχουν όλοι οι σύλλογοι που ανήκουν στη δύναμη της Κ.Ο.Ε. Καθώς και σύλλογοι της Αλλοδαπής που θα εκδηλώσουν ενδιαφέρον.
- Αθλητές-τριες που έχουν γεννηθεί τα έτη 2005 (9 ετών) και 2004 (10 ετών) δικαιούνται έως 2 ατομικά αγωνίσματα.,.
- Αθλητές-τριες που έχουν γεννηθεί τα έτη 2003 (11 ετών) & 2002 ( 12 ετών) δικαιούνται έως 2 ατομικά αγωνίσματα.
- Αθλητές-τριες που έχουν γεννηθεί τα έτη 2002 (13 ετών) και μεγαλύτεροι δικαιούνται έως 4 ατομικά αγωνίσματα.
- Οι αγώνες θα πραγματοποιηθούν σε 2 αγωνιστικές (Σάββατο πρωί και Σάββατο απόγευμα)
- Μετά το πέρας της πρωινής αγωνιστικής θα ακολουθήσει παιχνίδι στον φανταστικό στίβο μάχης Aquatraxx
- Οι ώρες διεξαγωγής των αγώνων έχουν ως εξής :

α. 22/3/ 2014 ΣΑΒΒΑΤΟ πρωί : προθέρμανση 09.00 , έναρξη αγώνων 10.00, απόγευμα : προθέρμανση 16.00 , έναρξη αγώνων 17.00

β. Μετά τη λήξη της πρωινής αγωνιστικής και μέχρι της 15.30 θα πραγματοποιηθεί το παιχνίδι στο στίβο μάχης Aquatraxx (οι προπονητές κάθε ομάδας θα είναι υπεύθυνοι για τα παιδιά τους στο χώρο της πισίνας). Θα υπάρχει και Ναυαγοσωστική κάλυψη από τη Ναυαγοσωστική Βορείου Ελλάδος Αλεξανδρούπολης.

➤ Κάθε ατομικό αγώνισμα θα διεξάγεται σε σειρές ΟΠΕΝ αρχίζοντας από την πιο αργή και τελειώνοντας με την πιο γρήγορη. Με την ολοκλήρωση του τερματισμού κάθε σειράς, θα δίδεται η εκκίνηση της επόμενης, ενώ οι κολυμβητές βρίσκονται ακόμη μέσα στο νερό. Για το λόγο αυτό οι προπονητές πρέπει να ενημερώσουν τους αθλητές τους, ότι μόλις τερματίζουν τα αγώνισμα, να περιμένουν ακίνητοι στην άκρη της διαδρομής του τερματισμού και να αποχωρούν από την πισίνα, αφού δοθεί η εκκίνηση της επόμενης σειράς, αποφεύγοντας να ακουμπούν τις πλάκες αφής τερματισμού.

### **ΔΗΛΩΣΕΙΣ ΣΥΜΜΕΤΟΧΗΣ**

Οι δηλώσεις συμμετοχής θα πρέπει να συνοδεύονται από ατομική βεβαίωση υγείας για τον κάθε κολυμβητή-τρια, εκτός και αν διαθέτουν θεωρημένο δελτίο αθλητικής ιδιότητας από την Κ.Ο.Ε.

### **ΟΡΙΣΤΙΚΗ ΔΗΛΩΣΗ ΣΥΜΜΕΤΟΧΗΣ**

Μέχρι τη Δευτέρα 17 Μαρτίου 2014. Στη δήλωση θα περιλαμβάνονται τα ονόματα, τηλ., email προπονητών και εφόρων που θα εκπροσωπούν το σωματείο στους αγώνες.

Το ποσό συμμετοχής του κάθε αθλητή -τριας ορίζεται στα 5 ευρώ. Το ποσό θα καταβάλλεται από το σωματείο στη γραμματεία των αγώνων. Το συνολικό ποσό για κάθε σύλλογο θα υπολογιστεί με βάση τις συμμετοχές την ημέρα των αγώνων.

Αποστολή δηλώσεων συμμετοχής στο email : [tasoswimmer1981@hotmail.com](mailto:tasoswimmer1981@hotmail.com) fax : 25510 23461.

Η κάθε δήλωση θα πρέπει να συνοδεύεται από ονομαστική κατάσταση των αθλητών και θα πρέπει να αναγράφεται η διεύθυνση ηλεκτρονικού ταχυδρομείου (email) του συλλόγου ή του δηλούντος για περαιτέρω αλληλογραφία, ενημερώσεις καθώς και τα ονόματα και τα τηλέφωνα του προπονητή και του εφόρου του σωματείου.

### **ΕΠΑΘΛΑ**

- Όλοι οι συμμετέχοντες αθλητές θα βραβευθούν με αναμνηστικό δίπλωμα.
- Ειδικό έπαθλο θα δοθεί στους καλύτερους κολυμβητές – τριες αγωνιστικών και προαγωνιστικών κατηγοριών.



**AQUATRAXX** by wetspot watresports



# ΑΛΕΞΑΝΔΡΟΥΠΟΛΗ TEST EVENT 2014

*by Wetspot swimstore & more...*

## ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΑΓΩΝΩΝ

**1η Αγωνιστική**  
**ΣΑΒΒΑΤΟ 22 / 3 / 2014**  
**Προθέρμανση 09.00 – έναρξη αγώνων 10.00**

|    |                 |           |               |        |
|----|-----------------|-----------|---------------|--------|
| 1. | 50μ.            | ΠΕΤΑΛΟΥΔΑ | 9 ετών & άνω  | K/A    |
| 2. | 100μ.           | ΥΠΤΙΟ     | 10 ετών & άνω | K/A    |
| 3. | 200μ.           | ΠΡΟΣΘΙΟ   | 11 ετών & άνω | K/A    |
| 4. | 100μ.           | ΕΛΕΥΘΕΡΟ  | 10 ετών & άνω | K/A    |
| 5. | 200μ.           | ΠΕΤΑΛΟΥΔΑ | 13 ετών & άνω | K/A    |
| 6. | 50μ.            | ΠΡΟΣΘΙΟ   | 9 ετών & άνω  | K/A    |
| 7. | 4x50μ. Συλλόγων | M.O.      | 9-12 ετών     | 2K/ 2A |
| 8. | 4x50μ. Συλλόγων | M.O.      | 13 ετών & άνω | 2K/ 2A |

**ΣΑΒΒΑΤΟ 22 / 3 / 2014**  
**Προθέρμανση 16.00 – έναρξη αγώνων 17.00**

|    |                 |           |               |        |
|----|-----------------|-----------|---------------|--------|
| 1. | 50μ.            | ΕΛΕΥΘΕΡΟ  | 9 ετών & άνω  | K/A    |
| 2. | 200μ.           | ΥΠΤΙΟ     | 11 ετών & άνω | K/A    |
| 3. | 100μ.           | ΠΡΟΣΘΙΟ   | 10 ετών & άνω | K/A    |
| 4. | 100μ.           | ΠΕΤΑΛΟΥΔΑ | 11 ετών & άνω | K/A    |
| 5. | 200μ.           | ΕΛΕΥΘΕΡΟ  | 10 ετών & άνω | K/A    |
| 6. | 50μ.            | ΥΠΤΙΟ     | 9 ετών & άνω  | K/A    |
| 7. | 200μ.           | M.A.      | 10 ετών & άνω | 2K/ 2A |
| 8. | 8x50μ. Συλλόγων | ΕΛΕΥΘΕΡΟ  | ΟΠΕΝ          | 4K/ 4A |

## ΞΕΝΟΔΟΧΕΙΑ

- **Thraki Palace Hotel & Conference Center** (25510 89100)

4<sup>ο</sup> χλμ.. Αλεξανδρούπολης - Θεσσαλονίκης, Αλεξανδρούπολη 68100, Ελλάδα

- **Alexander Beach Hotel & Spa** (25510 39290)

Νέα Χιλή, Αλεξανδρούπολη, 68100, Ελλάδα

- **Astir Egnatia Alexandroupolis** (25510 38000)

Πάρκο Εγνατία, Αλεξανδρούπολη, 68100, Ελλάδα

- **Nefeli Hotel** (25510 40401)

5<sup>ο</sup> χλμ. Αλεξανδρούπολης - Κομοτηνής, Αλεξανδρούπολη, 68100, Ελλάδα

Σπαγγέτι Μπολονέζ- Spaghetti Bolonese 5.30€

Σουβλάκι Κοτόπουλο – Chicken Skewers 6.30€

Φιλέτο Κοτόπουλο – Chicken Fillet 6.30€

Μοσχαράκι Κοκκινιστό – Braised Veal 6.80€

Γεμιστά – Stuffed Pepper 4.80€

- ΟΛΕΣ Η ΜΕΡΙΔΕΣ (εκτός από την σπαγγέτι και τα γεμιστά)  
ΣΥΝΟΔΕΥΟΝΤΑΙ ΑΠΟ ΠΑΤΑΤΕΣ ΤΗΓΑΝΙΤΕΣ Ή ΡΥΖΙ

ΚΑΘΩΣ ΚΑΙ ΑΠΟ ΑΤΟΜΙΚΗ ΣΑΛΑΤΑ ΕΠΟΧΗΣ

- ALL THE PORTIONS FOOD HAVE A FRIED POTATOES OR RICE  
AND BY INDIVIDUAL SALAD

ΓΙΑ ΠΛΗΡΟΦΟΡΙΕΣ, ΤΗΛ. 6977813066  
FOR INFO, PHONE +306977913066



ΚΥΛΙΚΕΙΟ ΝΕΟ ΚΛΕΙΣΤΟ ΚΟΛΥΜΒΗΤΗΡΙΟ ΑΛΕΞΑΝΔΡΟΥΠΟΛΗΣ

