



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. 3175/Ε

Αθήνα, 27/6/2018

Προς

**ΕΝΔΙΑΦΕΡΟΜΕΝΑ**  
**ΣΩΜΑΤΕΙΑ ΚΟΛΥΜΒΗΣΗΣ**

Κύριε Πρόεδρε,

Συνημμένα σας αποστέλλουμε πληροφορίες σχετικά με τις  
Επιστημονικές αξιολογήσεις στο Εθνικό Πρωτάθλημα Ανδρών-  
Γυναικών ΑΛΙΜΟΣ 29/6/-1/7/2018.

Για το Δ.Σ.  
Ο Γενικός Γραμματέας  
  
ΔΗΜΗΤΡΗΣ ΣΑΡΑΚΑΤΣΑΝΗΣ

## Το Sports Excellence στο Πανελλήνιο Πρωτάθλημα Ανδρών-Γυναικών για αξιολογήσεις αθλητών, σε συνεργασία με την ΚΟΕ.

Κατά το Πανελλήνιο Πρωτάθλημα Ανδρών-Γυναικών με τόπο διεξαγωγής το κολυμβητήριο Αλίμου, θα υλοποιηθούν μετρήσεις σύστασης σώματος, ευλυγισίας και ανθρωπομετρικών χαρακτηριστικών σε όλους τους αθλητές και αθλήτριες που συμμετέχουν στο Πρωτάθλημα, και επιθυμούν να αξιολογηθούν.

Οι αξιολογήσεις διεξάγονται στο πλαίσιο συνεργασίας της ΚΟΕ με την ΑΜΚΕ «Αναγέννηση & Πρόοδος» και το πρόγραμμα Sports Excellence που υλοποιείται υπό την επιστημονική επίβλεψη της Α' Ορθοπαιδικής Κλινικής του Εθνικού και Καποδιστριακού Πανεπιστημίου Αθηνών με αποκλειστική δωρεά από το Ίδρυμα Σταύρος Νιάρχος.

Σκοπός των αξιολογήσεων είναι η επιστημονική διαχρονική υποστήριξη νεαρών ταλαντούχων αθλητών καθώς και αθλητών υψηλού επιπέδου.

Τα πρωτογενή αποτελέσματα θα είναι διαθέσιμα στο info desk μέχρι το τέλος της κάθε αγωνιστικής ενότητας.

Η επιστημονική ομάδα του Sports Excellence θα είναι διαθέσιμη για τους αθλητές και τις αθλήτριες στο κολυμβητήριο του Αλίμου, σε ειδικό χώρο, όπου μπορούν να προσέρχονται οι κολυμβητές-τριες: **Πέμπτη απόγευμα (16:00-19:00), Παρασκευή, Σάββατο & Κυριακή πρωί (07:00-10:00), καθώς και Παρασκευή, Σάββατο απόγευμα (16:00-18:00)**, κατόπιν συνεννόησης εκπροσώπων των συλλόγων με τον κ. Μεσσήνη Σπήλιο, υπεύθυνο του Sports Excellence για το άθλημα της κολύμβησης στο κολυμβητήριο και στο τηλέφωνο επικοινωνίας: **6947524369**.

Οι μετρήσεις θα διαρκέσουν ανά αθλητή 5 έως 6 λεπτά. Τα αποτελέσματα θα δίδονται σε εκπρόσωπο του κάθε συλλόγου (Εφορο ή προπονητή ή τεχνικό σύμβουλο) από τις 10:30 έως την περάτωση της κάθε αγωνιστικής ενότητας. Σύμφωνα με τον γενικό κανονισμό προσωπικών δεδομένων όλοι οι δοκιμαζόμενοι θα υπογράψουν έγγραφο συγκατάθεσης που εκτός των άλλων δηλώνει το σκοπό και τη διαδικασία των μετρήσεων. Για τους ανήλικους αθλητές ήτοι κάτω των 16 ετών θα πρέπει να υπογράψει ο κηδεμόνας τους.

Υπό την επιστημονική επίβλεψη

Με αποκλειστική δωρεά



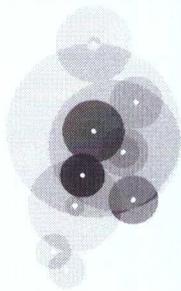
ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΔΗΜΟΚΡΑΤΙΑ  
Εθνικό και Καποδιστριακό  
Πανεπιστήμιο Αθηνών  
Α' Ορθοπαιδική Κλινική, Ιατρική Σχολή  
Μονάδα Αθλητιατρικής - Τμήμα Αθλητικής Αριστείας



Ορθοπαιδικό Κέντρο Έρευνας & Εκπαίδευσης  
«Π.Ν. ΣΟΥΚΑΚΟΣ»  
Ρίμνι 1, Τ.Κ. 124 62, Χαϊδάρι, Αθήνα



ΙΔΡΥΜΑ ΣΤΑΥΡΟΣ ΝΙΑΡΧΟΣ  
STAVROS NIARCHOS  
FOUNDATION



## Έντυπο Ενημέρωσης και Συναίνεσης Αθλητή

Όνοματεπώνυμο:
Ημερομηνία Γέννησης:
Όνοματεπώνυμο Κηδεμόνα:
Σύλλογος / Σωματείο:
Προπονητής:
Τόπος: ΑΛΙΜΟΣ
Ημερομηνία: 29/6-1/7/2018
Άθλημα: ΚΟΛΥΜΒΗΣΗ

### 1. Ενημέρωση για τις μετρήσεις.

Θα εκτελέσεις ανθρωπομετρική αξιολόγηση (ύψος, βάρος, άνοιγμα χεριών και καθιστό ανάστημα), σύσταση σώματος (με ζυγό βιοηλεκτρικής εμπέδησης, δερματοπτυχομέτρηση) και τεστ ευλυγισίας (sit & reach). Είναι σημαντικό να κατανοήσεις ότι μπορείς να σταματήσεις οποιαδήποτε στιγμή επιθυμείς. Τα αποτελέσματα θα τα παραλάβει ο εκπρόσωπος του συλλόγου σου αυθημερόν.

### 2. Προσδοκώμενες Ωφέλειες

Τα ευρήματα από τις μετρήσεις μπορούν να βοηθήσουν στην αξιολόγηση του προφίλ του κολυμβητή υψηλού επιπέδου και ιδιαιτέρως με την ανάλυση σύστασης σώματος θα δοθεί η δυνατότητα να αξιολογηθεί το ποσοστό λίπους, η μυϊκή μάζα και τα υγρά, τα οποία είναι χρήσιμες πληροφορίες ώστε να σχεδιαστεί εξατομικευμένο διαιτολόγιο ανταποκρινόμενο στις πραγματικές ανάγκες του κάθε οργανισμού, μεγιστοποιώντας την απόδοση στην προπόνηση ή τον αγώνα.

Μη διστάσεις να κάνεις οποιαδήποτε ερώτηση για το σύνολο των μετρήσεων ή τα αποτελέσματα που θα προκύψουν. Αν έχεις κάποιες αμφιβολίες ή ερωτήσεις, είμαστε στη διάθεσή σου, ώστε να σου δοθούν επιπρόσθετες εξηγήσεις.

### 3. Χρήση σωματομετρικών Ευρημάτων

Τα προσωπικά σου δεδομένα και τα ευρήματα από τις μετρήσεις είναι άκρως εμπιστευτικά και κοινοποιούνται στους ομοσπονδιακούς προπονητές και τον σωματειακό σου προπονητή, με σκοπό να αξιολογηθεί η σύσταση σώματος σου, η ευλυγισία σου και τα σωματομετρικά χαρακτηριστικά σου. Μπορούν επίσης να χρησιμοποιηθούν για



στατιστική ανάλυση, ερευνητικούς σκοπούς και παρουσίαση σε επιστημονικά συνέδρια ή περιοδικά, αλλά με πλήρη απόκρυψη και προστασία των προσωπικών σου δεδομένων.

#### **4. Χρήση Οπτικοακουστικού υλικού**

Με τη συμμετοχή σου στην εργομετρική αξιολόγηση, δίνεις την άδεια σου στο πρόγραμμα «Sports Excellence», που διοργανώνεται και υλοποιείται από την ΑΜΚΕ «Αναγέννηση και Πρόοδος» καθώς και στους δωρητές του προγράμματος, να μπορούν να χρησιμοποιήσουν την φωτογραφία, το όνομα, τη φωνή και τις λέξεις σου στην τηλεόραση, το ραδιόφωνο, σε φιλμ, εφημερίδες, περιοδικά και άλλα Μέσα Μαζικής Ενημέρωσης οποιασδήποτε μορφής, με σκοπό τη διάδοση και προβολή των στόχων και των εκδηλώσεων του Προγράμματος, καθώς και των υποστηρικτών θεσμικών φορέων και Δωρητών αυτού.

#### **5. Ελευθερία Συναίνεσης**

Δίνω τη συγκατάθεση μου, για την εθελοντική συμμετοχή μου, στις μετρήσεις, ώστε να προσδιοριστεί η σύσταση σώματος μου, τα σωματομετρικά μου χαρακτηριστικά και η ευλυγισία μου. Κατανοώ ότι είμαι ελεύθερος/η να διακόψω τις μετρήσεις οποιαδήποτε στιγμή επιθυμώ.

Διάβασα το έντυπο αυτό και κατανοώ τις διαδικασίες στις οποίες θα υποβληθώ. Έχοντας την ευκαιρία να κάνω ερωτήσεις, στις οποίες έλαβα ικανοποιητικές απαντήσεις, συναινώ στις μετρήσεις.

**Υπογραφή Αθλητή / αθλήτριας**  
(Κάτω από 16 ετών υπογράφει ο Κηδεμόνας)