



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. S1721E

Αθήνα, 14/10/2019

ΣΥΝΟΠΤΙΚΟΣ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΙΣΜΟΣ ΤΩΝ ΑΞΙΟΛΟΓΗΣΕΩΝ ΤΩΝ ΚΟΛΥΜΒΗΤΩΝ-ΤΡΙΩΝ ΑΠΟ ΤΟ SPORTS EXCELLENCE.

Η Κολυμβητική Ομοσπονδία Ελλάδος (ΚΟΕ) έχει συνάψει συμφωνητικό συνεργασίας με την «Αναγέννηση και Πρόοδο» (Α&Π) με σκοπό την επιστημονική και διαχρονική υποστήριξη νεαρών ταλαντούχων αθλητών μέσω του προγράμματος «Sports excellence» (SE) που υλοποιεί η Α&Π, υπό την επιστημονική επίβλεψη της Α΄ Ορθοπαιδικής Κλινικής της Ιατρικής Σχολής του ΕΚΠΑ και με αποκλειστική δωρεά από το Ίδρυμα Σταύρος Νιάρχος (ΙΣΝ).

Στο πλαίσιο αυτής της συνεργασίας θα υλοποιηθεί:

α) εργαστηριακή αξιολόγηση (Α.Ν. «Σουκάκειο», Ρίμινι 1, Χαϊδάρι) για τους αθλητές του Level 2 στις εξής ημερομηνίες 21,24,25,29,31 Οκτωβρίου και 1 Νοεμβρίου. Οι αθλητές θα προσέλθουν απογευματινές ώρες. Σε νεότερη ανακοίνωση θα αναρτηθούν τα γκρούπ προσέλευσης, η επεξήγηση των διαδικασιών, τα απαραίτητα έγγραφα προς συμπλήρωση και η προσκόμιση της κάρτας υγείας αθλητή.

β) Στα μέσα Οκτωβρίου θα παραχωρηθεί κολυμβητική δεξαμενή στα Νότια Προάστια, στην οποία θα υλοποιούνται πρωινές προπονητικές συναντήσεις των αθλητών Level 3 και 4 με μελλοντική προσθήκη τους αθλητές του Level 2. Οι πρωινές προπονήσεις θα γίνονται 2 φορές τη βδομάδα (Τρίτη και Πέμπτη), με προαιρετική συμμετοχή των σωματειακών προπονητών. Οι αθλητές πέραν από την ατομική τους προπόνηση, θα κάνουν προπόνηση ισχύος με τη χρήση του Motion 1080, με πρωτόκολλο το οποίο θα ανακοινωθεί.

γ) Στις 19-20/10, θα πραγματοποιηθούν αξιολογήσεις πεδίου για τους αθλητές Level 3 και 4. Οι αθλητές θα εκτελέσουν ένα βαθμωτό πρωτόκολλο αυξανόμενης έντασης (Step Test, 7*200m). Στη συνέχεια έπειτα από 2 εβδομάδες θα πραγματοποιηθεί σετ επιβεβαίωσης των προπονητικών ζωνών (2-3 Νοεμβρίου 2019). Σε νεότερη ανακοίνωση θα υπάρξει λεπτομερής ενημέρωση.

δ) Εργαστηριακή αξιολόγηση από αρχές Νοεμβρίου, για τους αθλητές του Level 3 και 4 κατόπιν ραντεβού, σε ώρες που εξυπηρετούν το εργαστήριο Φυσιολογίας της Άσκησης και τον αθλητή.

Επιπροσθέτως, παρακαλούμε όπως γνωστοποιήσετε στην Ομάδα του Sports Excellence για όλα τα Level: α) τον Επικεφαλής προπονητή ο οποίος θα λαμβάνει τα αποτελέσματα των αθλητών του (email & τηλέφωνο επικοινωνίας), β) τα στοιχεία του αθλητή (email και τηλέφωνο επικοινωνίας) στο e-mail: smessinis@randp.gr

Από φέτος τα αποτελέσματα θα δίνονται αποκλειστικά μέσω της ειδικής πλατφόρμας (Athletes Monitoring) στην οποία θα έχει πρόσβαση ο αθλητής και ο προπονητής του. Για την δημιουργία κωδικού χρήστη είναι απαραίτητη η αποστολή των email.

Για οποιαδήποτε διευκρίνιση μην διστάσετε να επικοινωνήσετε μαζί μας στα τηλέφωνα 6947524369, (Μεσσήνης Σπήλιος, Συντονιστής Κολύμβησης SE) και 6951800652, (Τσολάκης Χάρης, Sports Excellence, Sports Director). Θα ακολουθησει ενημέρωσή σας με ωρολόγιο πρόγραμμα προσελεύσεων των ανωτέρω αξιολογήσεων.

Για το Δ.Σ

Ο Γενικός Γραμματέας

ΔΗΜΗΤΡΗΣ ΣΑΡΑΚΑΤΣΑΝΗΣ

