



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

Αθήνα 18 Ιουλίου 2022

Αριθμ. Πρωτοκ. 3560/ε

Προς: Σωματεία Κολύμβησης, Περιφερειακές Επιτροπές

Θέμα: Οδηγίες διεξαγωγής για το Εθνικό Πρωτάθλημα Κολύμβησης Ανοικτής Κατηγορίας, 19-22 Ιουλίου 2022, ΟΑΚΑ

Κύριε Πρόεδρε,

Σε συνέχεια των διατάξεων που θα ισχύσουν για το Εθνικό Πρωτάθλημα Κολύμβησης Ανοικτής Κατηγορίας (OPEN), το οποίο πρόκειται να διεξαχθεί στο κλειστό κολυμβητήριο ΟΑΚΑ 19-22.07.2022, σας γνωστοποιούμε τα εξής:

Πρόγραμμα- Ώρες έναρξης:

Το Εθνικό Πρωτάθλημα Κολύμβησης Ανοικτής Κατηγορίας θα διεξαχθεί στην κολυμβητική δεξαμενή (P1 – εσωτερική 50μ.) και τις παρακάτω μέρες και ώρες:

Αγωνιστικές	Προκριματικοί	Τελικοί
Τρίτη 19/08	09:30	18:00
Τετάρτη 20/08	09:30	18:00
Πέμπτη 21/08	09:30	18:00
Παρασκευή 22/08	09:30	17:00

Προθέρμανση:

Η προθέρμανση θα διεξάγεται στις πισίνες: P1 , πριν την έναρξη των αγωνισμάτων όπου θα ολοκληρώνεται 15 λεπτά νωρίτερα της έναρξης των αγώνων (P1).

Οι διαδρομές 1 και 8 μπορούν να χρησιμοποιούνται για εκκινήσεις.

Σε όλη τη διάρκεια των αγώνων θα είναι διαθέσιμη για προθέρμανση η υπαίθρια πισίνα P4.

Διαγραφές: Έως και 30λεπτά πριν την έναρξη της κάθε αγωνιστικής ενότητας.- Με την ολοκλήρωση των διαγραφών σε κάθε αγωνιστική ενότητα θα ανακοινώνονται οι τελικές σειρές των αγωνισμάτων.

Κολυμβητής ή Ομάδα που προκρίνεται, υποχρεούται να συμμετέχει στους τελικούς. Εάν δεν μπορεί για οποιοδήποτε λόγο να συμμετέχει, οφείλει να το δηλώσει στον Αλυτάρχη των αγώνων εγγράφως το πολύ εντός 30' από την διεξαγωγή του αγωνίσματος.

Στο ίδιο αυτό χρονικό διάστημα μπορεί αν θέλει να ανακαλέσει την παραίτησή του από τους τελικούς.

Στην περίπτωση παραίτησης, ο αμέσως επόμενος ή επόμενοι κολυμβητές ή Ομάδα καταλαμβάνουν αντίστοιχα τις θέσεις για τους τελικούς, των κολυμβητών-τριων που αποχώρησαν.

Δηλώσεις ομαδικών αγωνισμάτων: Οι δηλώσεις των ομαδικών αγωνισμάτων θα πρέπει να κατατίθενται μέχρι 30 λεπτά πριν την έναρξη των αγωνιστικών ενοτήτων. Επιπλέον, μπορούν να κατατίθενται και από την προηγούμενη αγωνιστική ενότητα.

Υγειονομικά μέτρα:

Σύμφωνα με την επιστολή της 6/7/2022 με αρ.πρωτ.: 3466/Ε καθώς και με την διευκρινιστική οδηγία της 7/7/2022 με αρ.πρ.: 3493/Ε.

Ο υπεύθυνος covid του συλλόγου θα καταθέσει ονομαστικό κατάλογο αθλητών, προπονητών και εκπροσώπων κατά την έναρξη της πρώτης αγωνιστικής ενότητας. Τα αποτελέσματα των rapid ή pcr τεστ να υπάρχουν διαθέσιμα σε έντυπη ή ηλεκτρονική μορφή.

Σύσταση για χρήση μάσκας όπου παρατηρείται συνωστισμός.

Κατά τα άλλα ισχύουν τα αναφερόμενα στην ειδική προκήρυξη της 6^{ης} Ιουλίου 2022.

Διαθεσιμότητα διαδρομών για την 18^η Ιουλίου 2022 για τους μετακινούμενους από την Περιφέρεια κολυμβητές-τριες.

			ΔΙΑΔΡΟΜΕΣ
16:00 - 20:00	ΔΕΞΑΜΕΝΗ Ρ1	εσωτερική_50μ.	4-5-6
18:00 - 19:00	ΔΕΞΑΜΕΝΗ Ρ4	υπαίθρια_50μ. (προθέρμανσης)	4-5-6
16:00 - 17:00	ΔΕΞΑΜΕΝΗ Ρ5	υπαίθρια_50μ. (ολυμπιακή)	3-4
18:00 - 19:00	ΔΕΞΑΜΕΝΗ Ρ5	υπαίθρια_50μ. (ολυμπιακή)	1-2-3-4-5

*Η διαθεσιμότητα των διαδρομών έχει γίνει σε συνεργασία με τους συλλόγους που εδρεύουν στο ΟΑΚΑ. Ως εκ τούτου παρακαλούμε να τηρηθεί το παραπάνω ωράριο.

Με τιμή,

Ο ΓΕΝΙΚΟΣ ΓΡΑΜΜΑΤΕΑΣ



ΣΤΕΦΑΝΟΣ Γ. ΑΥΓΟΥΛΕΑΣ

Ενδεικτικό Χρονοδιάγραμμα Εθνικού πρωταθλήματος κολύμβησης Ανδρών - Γυναϊκών (OPEN) 19-22.7.2022

Α1' Αγωνιστική ημέρα - Τρίτη 19.7.2022 (πρωί 09.30) - Ρ1 (κλειστό)
Προθέρμανση : 08.00 - 09.20 (Ρ1) & 08.30 - 11.30 (Ρ4)

Α/α	Αγώνισμα	Κατηγορία	Συμμετοχές	Σειρές	Διαρκ.	Ώρα έναρ.
101.	50μ. ΕΛΕΥΘΕΡΟ	Ανδρών	79	10	11'	09.30
102.	50μ. ΕΛΕΥΘΕΡΟ	Γυναϊκών	58	8*	9'	09.41
103.	200μ. ΥΠΤΙΟ	Ανδρών	36	5	16'	09.50
104.	200μ. ΥΠΤΙΟ	Γυναϊκών	41	6*	19'	10.06
105.	100μ. ΠΕΤΑΛΟΥΔΑ	Ανδρών	81	11*	19'	10.25
106.	100μ. ΠΕΤΑΛΟΥΔΑ	Γυναϊκών	41	6*	11'	10.44
119.	1500μ. ΕΛΕΥΘΕΡΟ	Ανδρών	12	2 αργ.	35'	10.55
120.	800μ. ΕΛΕΥΘΕΡΟ	Γυναϊκών	14	2 αργ.	20'	11.30
Χρονική διάρκεια 140'						

Στα αγωνίσματα 50μ. ΕΛΕΥΘΕΡΟ Γυναϊκών, 200μ. ΥΠΤΙΟ Γυναϊκών, 100 Πεταλούδα Ανδρ.-Γυναϊκών μετά τις διαγραφές είναι πιθανό να μειωθούν οι αναγραφόμενες σειρές

Α2' Αγωνιστική ημέρα - Τρίτη 19.7.2022 (απογ. 18.00) - Ρ1 (κλειστό)
Προθέρμανση : 16.30 - 17.50 (Ρ1) & 16.30 - 20.30 (Ρ4)

Α/α	Αγώνισμα	Κατηγορία	Συμμετοχές	Τελικοί	Διαρκ.	Ώρα έναρ.
107.	50μ. ΕΛΕΥΘΕΡΟ	Ανδρών	8	B	3'	18.00
108.	50μ. ΕΛΕΥΘΕΡΟ	Ανδρών	8	A	4'	18.03
109.	50μ. ΕΛΕΥΘΕΡΟ	Γυναϊκών	8	B	3'	18.07
110.	50μ. ΕΛΕΥΘΕΡΟ	Γυναϊκών	8	A	4'	18.10
111.	200μ. ΥΠΤΙΟ	Ανδρών	8	B	5'	18.14
112.	200μ. ΥΠΤΙΟ	Ανδρών	8	A	6'	18.19
113.	200μ. ΥΠΤΙΟ	Γυναϊκών	8	B	5'	18.25
114.	200μ. ΥΠΤΙΟ	Γυναϊκών	8	A	6'	18.30
Απονομές 108 - 110						
115.	100μ. ΠΕΤΑΛΟΥΔΑ	Ανδρών	8	B	4'	18.36
116.	100μ. ΠΕΤΑΛΟΥΔΑ	Ανδρών	8	A	4'	18.40
117.	100μ. ΠΕΤΑΛΟΥΔΑ	Γυναϊκών	8	B	5'	18.44
118.	100μ. ΠΕΤΑΛΟΥΔΑ	Γυναϊκών	8	A	4'	18.49
119.	1500μ. ΕΛΕΥΘΕΡΟ	Ανδρών	8	A	5'	18.53
120.	800μ. ΕΛΕΥΘΕΡΟ	Ανδρών	8	Γρηγ. σειρά	19'	18.58
		Γυναϊκών	8	Γρηγ. σειρά	12'	19.17
Απονομές 112 - 114 - 116 - 118						
121.	4Χ100μ. ΜΙΚΤΗ ΟΜΑΔΙΚΗ	Ανδρών		τελ. σειρά	8'	19.29
122.	4Χ100μ. ΜΙΚΤΗ ΟΜΑΔΙΚΗ	Γυναϊκών		τελ. σειρά	18'	19.37
Απονομές 119 - 120 - 121 - 122						
						10'
Χρονική διάρκεια						144'
						20.14
						20.24

Η διάρκεια στα ομαδικά αγωνίσματα, θα εξαρτηθεί από τις τελικές συμμετοχές

Εθνικό προπονητικό πρόγραμμα Εθνικό πρωταθλήματος καλαθοσφαίρισης Ανδρών - Γυναίκων (OPEN) 19-22.7.2022

B1' Αγωνιστική ημέρα - Τετάρτη 20.7.2022 (πρωί 09.30) - P1 (κλειστό)									
Προθέριμανση : 08.00 - 09.20 (P1) & 08.00 - 11.30 (P4)									
A/α	Αγώνισμα	Κατηγορία	Συμμετοχές	Σειρές	Διαρκ.	Ώρα εναρ.			
201.	400μ.	ΜΙΚΤΗ ΑΤΟΜΙΚΗ	Γυναίκων	31	4	24'	09.30		
202.	400μ.	ΜΙΚΤΗ ΑΤΟΜΙΚΗ	Ανδρών	23	3	17'	09.54		
203.	50μ.	ΥΠΤΙΟ	Γυναίκων	45	6	7'	10.11		
204.	50μ.	ΥΠΤΙΟ	Ανδρών	50	7*	8'	10.18		
205.	200μ.	ΕΛΕΥΘΕΡΟ	Γυναίκων	48	6	18'	10.26		
206.	200μ.	ΕΛΕΥΘΕΡΟ	Ανδρών	38	5	13'	10.44		
207.	100μ.	ΠΡΟΣΘΙΟ	Γυναίκων	41	6*	12'	10.57		
208.	100μ.	ΠΡΟΣΘΙΟ	Ανδρών	51	7	13'	11.09		
209.	200μ.	ΠΕΤΑΛΟΥΔΑ	Γυναίκων	24	3	10'	11.22		
210.	200μ.	ΠΕΤΑΛΟΥΔΑ	Ανδρών	44	6	17'	11.32		
							Χρονική διάρκεια	139'	11.49

Στα αγωνίσματα 50μ. ΥΠΤΙΟ Ανδρών και 100μ. ΠΡΟΣΘΙΟ Γυναίκων, μετά τις διαγραφές, είναι πιθανό να μειωθούν οι αναγραφόμενες σειρές

B2' Αγωνιστική ημέρα - Τετάρτη 20.7.2022 (απογ. 18.00) - P1 (κλειστό)									
Προθέριμανση : 16.30 - 17.50 (P1) & 16.30 - 20.30 (P4)									
A/α	Αγώνισμα	Κατηγορία	Συμμετοχές	Τελικοί	Διαρκ.	Ώρα εναρ.			
211.	400μ.	ΜΙΚΤΗ ΑΤΟΜΙΚΗ	Γυναίκων	8	B	8'	18.00		
212.	400μ.	ΜΙΚΤΗ ΑΤΟΜΙΚΗ	Γυναίκων	8	A	9'	18.08		
213.	400μ.	ΜΙΚΤΗ ΑΤΟΜΙΚΗ	Ανδρών	8	B	8'	18.17		
214.	400μ.	ΜΙΚΤΗ ΑΤΟΜΙΚΗ	Ανδρών	8	A	9'	18.25		
215.	50μ.	ΥΠΤΙΟ	Γυναίκων	8	B	3'	18.34		
216.	50μ.	ΥΠΤΙΟ	Γυναίκων	8	A	4'	18.37		
217.	50μ.	ΥΠΤΙΟ	Ανδρών	8	B	3'	18.41		
218.	50μ.	ΥΠΤΙΟ	Ανδρών	8	A	4'	18.44		
Απονομές 212 - 214									
219.	200μ.	ΕΛΕΥΘΕΡΟ	Γυναίκων	8	B	5'	18.52		
220.	200μ.	ΕΛΕΥΘΕΡΟ	Γυναίκων	8	A	6'	18.57		
221.	200μ.	ΕΛΕΥΘΕΡΟ	Ανδρών	8	B	5'	19.03		
222.	200μ.	ΕΛΕΥΘΕΡΟ	Ανδρών	8	A	6'	19.08		
223.	100μ.	ΠΡΟΣΘΙΟ	Γυναίκων	8	B	4'	19.14		
224.	100μ.	ΠΡΟΣΘΙΟ	Γυναίκων	8	A	5'	19.18		
225.	100μ.	ΠΡΟΣΘΙΟ	Ανδρών	8	B	4'	19.23		
226.	100μ.	ΠΡΟΣΘΙΟ	Ανδρών	8	A	5'	19.27		
Απονομές 216 - 218									
227.	200μ.	ΠΕΤΑΛΟΥΔΑ	Γυναίκων	8	B	5'	19.32		
228.	200μ.	ΠΕΤΑΛΟΥΔΑ	Γυναίκων	8	A	6'	19.36		
229.	200μ.	ΠΕΤΑΛΟΥΔΑ	Ανδρών	8	B	5'	19.47		
230.	200μ.	ΠΕΤΑΛΟΥΔΑ	Ανδρών	8	A	6'	19.52		
Απονομές 220 - 222 - 224 - 226									
231.	4X100μ.	ΕΛΕΥΘΕΡΟ	Γυναίκων		τελ. σειρά.	8'	19.58		
232.	4X100μ.	ΕΛΕΥΘΕΡΟ	Ανδρών		τελ. σειρά.	12'	20.06		
							Χρονική διάρκεια	166'	20.46

Η διάρκεια στα ομαδικά αγωνίσματα, θα εξαρτηθεί από τις τελικές συμμετοχές

Εβδομαδιαίο Πρόγραμμα Αγώνων - Γυναικών - Ανδρών - Γυναικών (ΟΡΕΝ) 19-22.7.2022

Γ1' Αγωνιστική ημέρα - Πέμπτη 21.7.2022 (πρωί 09.30) - Ρ1 (κλειστό)
Προβόριμανση : 08.00 - 09.20 (Ρ1) & 08.00 - 11.30 (Ρ4)

Α/α	Αγώνισμα	Κατηγορία	Συμμετοχές	Σειρές	Διαρκ.	Ώρα έναρ.
301.	50μ. ΠΡΟΣΘΙΟ	Γυναικών	50	7*	8'	09.30
302.	50μ. ΠΡΟΣΘΙΟ	Ανδρών	49	7*	8'	09.38
303.	100μ. ΕΛΕΥΘΕΡΟ	Γυναικών	52	7	12'	09.46
304.	100μ. ΕΛΕΥΘΕΡΟ	Ανδρών	85	11	17'	09.58
305.	200μ. ΜΙΚΤΗ ΑΤΟΜΙΚΗ	Γυναικών	38	5	16'	10.15
306.	200μ. ΜΙΚΤΗ ΑΤΟΜΙΚΗ	Ανδρών	52	7	20'	10.31
320.	1500μ. ΕΛΕΥΘΕΡΟ	Γυναικών	8	1 αργ.	20'	10.51
321.	800μ. ΕΛΕΥΘΕΡΟ	Ανδρών	12	2 αργ.	19'	11.11
Χρονική διάρκεια 120'						

Στα αγωνίσματα 50μ. ΠΡΟΣΘΙΟ Ανδρών & Γυναικών, μετά τις διαγραφές είναι πιθανό να μειωθούν οι αναγραφόμενες σειρές

Γ2' Αγωνιστική ημέρα - Πέμπτη 21.7.2022 (απογ. 18.00) - Ρ1 (κλειστό)
Προβόριμανση : 16.30 - 17.50 (Ρ1) & 16.30 - 20.30 (Ρ4)

Α/α	Αγώνισμα	Κατηγορία	Συμμετοχές	Τελικοί	Διαρκ.	Ώρα έναρ.
307.	50μ. ΠΡΟΣΘΙΟ	Γυναικών	8	B	3'	18.00
308.	50μ. ΠΡΟΣΘΙΟ	Γυναικών	8	A	4'	18.03
309.	50μ. ΠΡΟΣΘΙΟ	Ανδρών	8	B	3'	18.07
310.	50μ. ΠΡΟΣΘΙΟ	Ανδρών	8	A	4'	18.10
311.	100μ. ΕΛΕΥΘΕΡΟ	Γυναικών	8	B	4'	18.14
312.	100μ. ΕΛΕΥΘΕΡΟ	Γυναικών	8	A	5'	18.18
313.	100μ. ΕΛΕΥΘΕΡΟ	Ανδρών	8	B	4'	18.23
314.	100μ. ΕΛΕΥΘΕΡΟ	Ανδρών	8	A	5'	18.27
Απονομές 308 - 310						
315.	200μ. ΜΙΚΤΗ ΑΤΟΜΙΚΗ	Γυναικών	8	B	4'	18.32
316.	200μ. ΜΙΚΤΗ ΑΤΟΜΙΚΗ	Γυναικών	8	A	5'	18.36
317.	200μ. ΜΙΚΤΗ ΑΤΟΜΙΚΗ	Ανδρών	8	B	6'	18.41
318.	200μ. ΜΙΚΤΗ ΑΤΟΜΙΚΗ	Ανδρών	8	A	5'	18.47
319.	4X100μ. ΕΛΕΥΘΕΡΟ	Mixed	8	τελ. σειρά	6'	18.52
Απονομές 312 - 314 - 316 - 318						
320.	1500μ. ΕΛΕΥΘΕΡΟ	Γυναικών	8	Γρηγ. σειρά	8'	19.15
321.	800μ. ΕΛΕΥΘΕΡΟ	Ανδρών	8	Γρηγ. σειρά	21'	19.23
Απονομές 319 - 320						
322.	4X100μ. ΜΙΚΤΗ ΟΜΑΔΙΚΗ	Mixed		τελ. σειρά	11'	19.44
Απονομές 321 - 322						
Χρονική διάρκεια 143'						

Η διάρκεια στα ομαδικά αγωνίσματα, θα εξαρτηθεί από τις τελικές συμμετοχές

Δ1' Αγωνιστική ημέρα - Παρασκευή 22.7.2022 (πρωί 09.30) - P1 (κλειστό)

A/α	Αγώνισμα	Κατηγορία	Συμμετοχές	Σειρές	Διαρκ.	Ώρα έναρ.
401.	50μ. ΠΕΤΑΛΟΥΔΑ	Ανδρών	82	11*	12'	09.30
402.	50μ. ΠΕΤΑΛΟΥΔΑ	Γυναϊκών	48	6	7'	09.42
403.	400μ. ΕΛΕΥΘΕΡΟ	Ανδρών	43	6	29'	09.49
404.	400μ. ΕΛΕΥΘΕΡΟ	Γυναϊκών	36	5	26'	10.18
405.	100μ. ΥΠΤΙΟ	Ανδρών	42	6*	10'	10.44
406.	100μ. ΥΠΤΙΟ	Γυναϊκών	45	6	11'	10.54
407.	200μ. ΠΡΟΣΘΙΟ	Ανδρών	45	6	19'	11.05
408.	250μ. ΠΡΟΣΘΙΟ	Γυναϊκών	32	5	17'	11.24
Χρονική διάρκεια 131'						11.41

Στα αγωνίσματα 50μ. ΠΕΤΑΛΟΥΔΑ Ανδρών και 100μ. ΥΠΤΙΟ Ανδρών, μετά τις διαγραφές, είναι πιθανό να μειωθούν οι αναγραφόμενες σειρές

Δ2' Αγωνιστική ημέρα - Παρασκευή 22.7.2022 (απογ. 17.00) - P1 (κλειστό)							
A/α	Αγώνισμα	Κατηγορία	Συμμετοχές	Τελικοί	Διαρκ.	Ώρα έναρ.	
409.	50μ. ΠΕΤΑΛΟΥΔΑ	Ανδρών	8	B	3'	17.00	
410.	50μ. ΠΕΤΑΛΟΥΔΑ	Ανδρών	8	A	4'	17.03	
411.	50μ. ΠΕΤΑΛΟΥΔΑ	Γυναϊκών	8	B	3'	17.07	
412.	50μ. ΠΕΤΑΛΟΥΔΑ	Γυναϊκών	8	A	4'	17.10	
413.	400μ. ΕΛΕΥΘΕΡΟ	Ανδρών	8	B	7'	17.14	
414.	400μ. ΕΛΕΥΘΕΡΟ	Ανδρών	8	A	8'	17.21	
415.	400μ. ΕΛΕΥΘΕΡΟ	Γυναϊκών	8	B	8'	17.29	
415.	400μ. ΕΛΕΥΘΕΡΟ	Γυναϊκών	8	A	9'	17.37	
Απονομές 410 - 412							
417.	100μ. ΥΠΤΙΟ	Ανδρών	8	B	4'	17.46	
418.	100μ. ΥΠΤΙΟ	Ανδρών	8	A	4'	17.50	
419.	100μ. ΥΠΤΙΟ	Γυναϊκών	8	A	5'	17.54	
420.	100μ. ΥΠΤΙΟ	Γυναϊκών	8	B	4'	17.59	
421.	200μ. ΠΡΟΣΘΙΟ	Ανδρών	8	A	5'	18.03	
422.	200μ. ΠΡΟΣΘΙΟ	Ανδρών	8	B	5'	18.08	
423.	200μ. ΠΡΟΣΘΙΟ	Γυναϊκών	8	A	6'	18.13	
424.	200μ. ΠΡΟΣΘΙΟ	Γυναϊκών	8	B	6'	18.19	
424.	200μ. ΠΡΟΣΘΙΟ	Γυναϊκών	8	A	7'	18.25	
Απονομές 414 - 416 - 418 - 420							
425.	4Χ200μ. ΕΛΕΥΘΕΡΟ	Ανδρών		Τελ. σειρ.	8'	18.32	
426.	4Χ200μ. ΕΛΕΥΘΕΡΟ	Γυναϊκών		Τελ. σειρ.	20'	18.40	
Απονομές 422 - 424 - 425 - 426							
Ειδικές απονομές						10'	19.20
Χρονική διάρκεια						15'	19.35
Χρονική διάρκεια						165'	19.45

Η διάρκεια στα ομαδικά αγωνίσματα, θα εξαρτηθεί από τις τελικές συμμετοχές