



**ΕΘΝΙΚΟ ΠΡΩΤΑΘΛΗΜΑ
ΑΝΔΡΩΝ - ΓΥΝΑΙΚΩΝ
ΤΕΧΝΙΚΗΣ ΚΟΛΥΜΒΗΣΗΣ
ΒΟΛΟΣ 05 - 07 ΜΑΪΟΥ 2023**

ΕΙΔΙΚΗ ΠΡΟΚΗΡΥΞΗ

1. Τόπος διεξαγωγής

Το Εθνικό Πρωτάθλημα Ανδρών – Γυναικών Τεχνικής Κολύμβησης θα διεξαχθεί στο Δημοτικό Κλειστό Κολυμβητήριο Νέας Ιωνίας «Βασίλης Πολύμερος» (Διεύθυνση: Δοξοπούλου 35, Νέα Ιωνία, Βόλος).

2. Δηλώσεις Συμμετοχής

Οι δηλώσεις συμμετοχής ατομικών & ομαδικών αγωνισμάτων πρέπει να αποσταλούν μέχρι την Παρασκευή 28 Απριλίου στις 15:30 στο email: swimmingthessaly@yahoo.gr

Την Τρίτη 02 Μαΐου θα αναρτηθούν οι λίστες συμμετοχής στην ιστοσελίδα της ΚΟΕ (www.koe.org.gr), καθώς και τα γκρουπ προπόνησης & προθέρμανσης. Τα οριστικά φύλλα αγώνων θα αναρτηθούν την Τετάρτη 03 Μαΐου.

3. Προπόνηση Ομάδων

Την Πέμπτη 04 Μαΐου 17:30 – 19:45, θα διεξαχθεί προπόνηση των ομάδων σε 3 γκρουπ ανά 45 λεπτά. Μετά το τέλος των δηλώσεων συμμετοχής θα ενημερωθείτε αναλυτικότερα. Μετά το τέλος της προπόνησης θα πραγματοποιηθεί Τεχνική σύσκεψη στην αίθουσα Τύπου του κολυμβητηρίου.

4. Γέμισμα φιαλών

Το πρόγραμμα γεμίσματος φιαλών:

Πέμπτη (04/05/2023): 17:30 – 18:30

Παρασκευή – Κυριακή (05 – 07/05/2023): 07:00 – 09:00 και 15:00 – 16:00

5. Έλεγχος Υλικών

Θα πραγματοποιηθεί έλεγχος των υλικών ΜΟΝΟ γι' αυτά, που δεν φέρουν ήδη την ειδική σήμανση κατά την διάρκεια της προπόνησης την Πέμπτη 04/05/2023 και κατά την προθέρμανσης την Παρασκευή 05/05/2023 στον χώρο της πισίνας. Υπενθυμίζουμε ότι σε όλα τα μονοπέδιλα με βάση τους κανονισμούς της Παγκόσμιας Ομοσπονδίας CMAS, θα πρέπει υποχρεωτικά να υπάρχει η σχετική πιστοποίηση (αυτοκόλλητο CMAS).

6. Ωράριο Αγώνων:

Έναρξη Πρωινών Αγωνιστικών: 09:15

Έναρξη Απογευματινών Αγωνιστικών: 17:15

7. Υγειονομικό Πρωτόκολλο:

Για το υγειονομικό πρωτόκολλο που θα ισχύσει κατά την διάρκεια του Πανελληνίου Πρωταθλήματος μπορείτε να ενημερωθείτε στο παρακάτω link της Γ.Γ.Α.

<https://gga.gov.gr/component/content/article/278-covid/2981-covid19-sports>

8. Παράβολο Συμμετοχής:

Για όλους τους συμμετέχοντες στο Εθνικό Πρωτάθλημα Ανδρών – Γυναικών Τεχνικής Κολύμβησης, ορίζεται παράβολο 15€.

Τα παράβολα συμμετοχής θα πρέπει να κατατεθούν στον λογαριασμό της ΚΟΕ

- **ΕΘΝΙΚΗ ΤΡΑΠΕΖΑ – IBAN: GR66 0110 0800 0000 0804 8090 172**
- **EUROBANK – IBAN: GR82 0260 2770 0007 0020 1520 045**
- **ALPHA BANK – IBAN: GR15 0140 1470 1470 0232 0003 260**
- **ΤΡΑΠΕΖΑ ΠΕΙΡΑΙΩΣ-IBAN: GR91 0171 7270 0067 2716 3708 450**

όπου θα αναφέρεται το σωματείο και η διοργάνωση, έως και 3 ημέρες πριν την έναρξη του Εθνικού Πρωταθλήματος Ανδρών – Γυναικών Τεχνικής Κολύμβησης, ενώ ταυτόχρονα θα πρέπει να αποστέλλεται στην ΚΟΕ και το σχετικό αντίγραφο της κατάθεσης.

Σημ.: Οι αγώνες θα διεξαχθούν σύμφωνα με τους ισχύοντες κανονισμούς της CMAS, για το άθλημα της Τεχνικής Κολύμβησης, καθώς και τον κανονισμό ηθικής ακεραιότητας (Code of Ethics) της CMAS.

ΓΕΝΙΚΕΣ ΔΙΑΤΑΞΕΙΣ

1. Το Εθνικό Πρωτάθλημα Ανδρών - Γυναικών θα γίνει σε Πανελλήνια βάση.
2. Επιτρέπεται η συμμετοχή οποιουδήποτε κολυμβητή-τριας ανεξαρτήτου ηλικίας (εκτός των προαγωνιστικών κατηγοριών), εφόσον έχει επιτύχει το προβλεπόμενο όριο στο συγκεκριμένο ατομικό ή ομαδικό αγώνισμα που θα συμμετέχει.
3. Κάθε σύλλογος έχει δικαίωμα να συμμετέχει με πέντε (5) κολυμβητές-τριες σε κάθε αγώνισμα και κάθε κολυμβητής-τρια έχει το δικαίωμα να συμμετέχει το πολύ μέχρι τέσσερα (4) ατομικά αγωνίσματα.
4. Οι αγώνες θα διεξαχθούν σε δύο φάσεις, το πρώι οι προκριματικοί και το απόγευμα οι τελικοί (οι οκτώ (8) καλύτεροι χρόνοι των προκριματικών). Η τοποθέτηση των κολυμβητών-τριών σε σειρές στους προκριματικούς θα γίνει σύμφωνα με τους Διεθνείς κανονισμούς (πυραμίδα) και η θέση των κολυμβητών-τριών στους τελικούς θα καθορίζεται από τους χρόνους που πραγματοποίησαν στους προκριματικούς.
5. Στα 400μ. – 800μ. – 1500μ. Επιφάνεια, στα 400μ. Υποβρύχιο και στα 400μ. Διπλά Πέδιλα, δεν διεξάγονται προκριματικοί αγώνες. Οι σειρές με τις οκτώ (8) καλύτερες επιδόσεις, που έχουν επιτευχθεί σε προηγούμενους επίσημους αγώνες από την αρχή της αγωνιστικής χρονιάς (2022 - 2023), για τα παραπάνω αγωνίσματα θα διεξάγονται το απόγευμα.
6. Κολυμβητής - τρια ή Ομάδα που θα προκρίνεται, υποχρεούται να συμμετέχει στους τελικούς. Εάν δεν μπορεί, για οποιοδήποτε λόγο να συμμετέχει, οφείλει να το δηλώσει εγγράφως στον Αλυτάρχη ή την Γραμματεία των αγώνων το πολύ εντός (30 λεπτών) από την διεξαγωγή του αγωνίσματος. Στη περίπτωση παραίτησης, ο αμέσως επόμενος ή επόμενοι κολυμβητές-τριες ή Ομάδα καταλαμβάνουν αντίστοιχα τις θέσεις των αποχωρούντων για τους τελικούς όπου και βαθμολογούνται. Αντίθετα ο σύλλογος που ανήκει ο κολυμβητής-τρια ή Ομάδα του συλλόγου που απουσιάζει αυθαίρετα από τους τελικούς, χάνει τους συγκεκριμένους βαθμούς της οκτάδας και επιβαρύνεται με χρηματικό πρόστιμο ύψους 150 EURO.
7. Βαθμολογούνται οι οκτώ (8) πρώτοι χρόνοι σε κάθε αγώνισμα.

8. Ομαδικά Αγωνίσματα

Καθίσταται υποχρεωτική η υποβολή δήλωσης συμμετοχής στα ομαδικά αγωνίσματα ταυτόχρονα με αυτή για τα ατομικά.

Τα σωματεία που δεν θα το εφαρμόσουν, δεν θα επιτρέπεται η συμμετοχή τους σε ομαδικό αγώνισμα, στο οποίο δεν έχει προηγουμένως υποβληθεί αυτή η δήλωση.

Οι συνθέσεις των ομαδικών αγωνισμάτων μπορεί να είναι διαφορετικές στους προκριματικούς και τελικούς αντίστοιχα και πρέπει να υποβάλλονται στη Γραμματεία των αγώνων το πολύ μέχρι την έναρξη της κάθε αγωνιστικής περιόδου. Μετά την υποβολή των συνθέσεων δεν επιτρέπεται καμία αλλαγή εκτός των περιπτώσεων εξαιρετικής ανάγκης (ασθένεια, τραυματισμός).

9. Οι φιάλες θα γεμίζονται από την ομοσπονδία και οι έφοροι των ομάδων θα πρέπει:

Να προσκομίσουν στον τεχνικό της ομοσπονδίας, πιστοποιητικό υδροστατικού ελέγχου.

Να αναγράφεται επάνω στην φιάλη το όνομα του σωματείου

Να είναι εντοπισμένα τα σημεία (με μαρκαδόρο) του τεστ και του αριθμού φιάλης.

Οι φιάλες να είναι αριθμημένες κατά αύξοντα αριθμό σύμφωνα με το πιστοποιητικό ελέγχου.

Η ευθύνη ελέγχου σωστής πληρότητας των φιαλών βαραινεί τον προπονητή κάθε ομάδας.

Απαγορεύονται οι αυτοσχέδιοι μετατροπείς για το γέμισμα των φιαλών.

Επιτρέπεται η χρήση φιαλών κατασκευασμένες από χάλυβα και αλουμίνιο.

10. Εάν κολυμβητής μετέχει στο Πανελλήνιο Πρωτάθλημα Ανοιχτής Κατηγορίας (OPEN), με το όριο να έχει επιτευχθεί σε κολυμβητήριο 25μ., τότε ο χρόνος του δεν λογίζεται για τη θέση του σε σειρά. Ο εν λόγω κολυμβητής θα μετέχει χωρίς χρόνο.

11. Καθιερώνεται η βράβευση του καλύτερου αθλητή-τριας του πρωταθλήματος. Η βράβευση θα γίνεται σύμφωνα με τον διεθνή πίνακα αξιολόγησης των επιδόσεων. Θα υπολογίζεται η βαθμολογία στο καλύτερο αγώνισμα του κάθε αθλητή – τριας.

12. Οι αθλητές-τριες της κατηγορίας βετεράνων δεν έχουν δικαίωμα συμμετοχής.

13. Κατά τα λοιπά ισχύουν οι διατάξεις της Γενικής Προκήρυξης αγώνων Τεχνικής Κολύμβησης 2022 – 2023.

1η ΑΓΩΝΙΣΤΙΚΗ: Παρασκευή Πρωί 05/05/2023

1.	200μ. Επιφάνεια	(Προκριματικοί)	Ανδρών – Γυναικών
2.	200μ. Διπλά Πέδιλα	(Προκριματικοί)	Ανδρών – Γυναικών
3.	50μ. Άπνοη	(Προκριματικοί)	Ανδρών – Γυναικών
4.	1500μ. Επιφάνεια	(Αργές Σειρές)	Ανδρών – Γυναικών
5.	4X100μ. Διπλά Πέδιλα	(Προκριματικός)	Μικτή Ομάδα
6.	4X50μ. Επιφάνεια	(Προκριματικός)	Μικτή Ομάδα

2η ΑΓΩΝΙΣΤΙΚΗ: Παρασκευή Απόγευμα 05/05/2023

1.	200μ. Επιφάνεια	(Τελικοί)	Ανδρών – Γυναικών
2.	200μ. Διπλά Πέδιλα	(Τελικοί)	Ανδρών – Γυναικών
3.	50μ. Άπνοη	(Τελικοί)	Ανδρών – Γυναικών
4.	1500μ. Επιφάνεια	(Γρήγορη Σειρά)	Ανδρών – Γυναικών
5.	4X100μ. Διπλά Πέδιλα	(Τελικός)	Μικτή Ομάδα
6.	4X50μ. Επιφάνεια	(Τελικός)	Μικτή Ομάδα

3η ΑΓΩΝΙΣΤΙΚΗ: Σάββατο Πρωί 06/05/2023

1.	50μ. Επιφάνεια	(Προκριματικοί)	Ανδρών – Γυναικών
2.	50μ. Διπλά Πέδιλα	(Προκριματικοί)	Ανδρών – Γυναικών
3.	400μ. Επιφάνεια	(Αργές Σειρές)	Ανδρών – Γυναικών
4.	400μ. Διπλά Πέδιλα	(Αργές Σειρές)	Ανδρών – Γυναικών
5.	100μ. Υποβρύχιο	(Προκριματικοί)	Ανδρών – Γυναικών
6.	4X200μ. Επιφάνεια	(Προκριματικοί)	Ανδρών – Γυναικών

4η ΑΓΩΝΙΣΤΙΚΗ: Σάββατο Απόγευμα 06/05/2023

1.	50μ. Επιφάνεια	(Τελικοί)	Ανδρών – Γυναικών
2.	50μ. Διπλά Πέδιλα	(Τελικοί)	Ανδρών – Γυναικών
3.	400μ. Επιφάνεια	(Γρήγορη Σειρά)	Ανδρών – Γυναικών
4.	400μ. Διπλά Πέδιλα	(Γρήγορη Σειρά)	Ανδρών – Γυναικών
5.	100μ. Υποβρύχιο	(Τελικοί)	Ανδρών – Γυναικών
6.	4X200μ. Επιφάνεια	(Τελικοί)	Ανδρών-Γυναικών

5η ΑΓΩΝΙΣΤΙΚΗ: Κυριακή Πρωί 07/05/2023

1.	100μ. Επιφάνεια	(Προκριματικοί)	Ανδρών – Γυναικών
2.	100μ. Διπλά Πέδιλα	(Προκριματικοί)	Ανδρών – Γυναικών
3.	800μ. Επιφάνεια	(Αργές Σειρές)	Ανδρών – Γυναικών
4.	400μ. Υποβρύχιο	(Αργές Σειρές)	Ανδρών – Γυναικών
5.	4X100μ. Επιφάνεια	(Προκριματικοί)	Ανδρών - Γυναικών

6η ΑΓΩΝΙΣΤΙΚΗ: Κυριακή Απόγευμα 07/05/2023

1.	100μ. Επιφάνεια	(Τελικοί)	Ανδρών – Γυναικών
2.	100μ. Διπλά Πέδιλα	(Τελικοί)	Ανδρών – Γυναικών
3.	800μ. Επιφάνεια	(Γρήγορη Σειρά)	Ανδρών – Γυναικών
4.	400μ. Υποβρύχιο	(Γρήγορη Σειρά)	Ανδρών – Γυναικών
5.	4X100μ. Επιφάνεια	(Τελικοί)	Ανδρών-Γυναικών

Πίνακας Ορίων για την συμμετοχή των κολυμβητών-τριων στο Πρωτάθλημα Ανοιχτής Κατηγορίας:

ΑΓΩΝΙΣΜΑ	ΑΝΔΡΕΣ	ΓΥΝΑΙΚΕΣ
50μ. Άπνοη	19.95	21.95
100μ. Υποβρύχιο	44.86	49.81
400μ. Υποβρύχιο	3:39.02	4:00.49
50μ. Επιφάνεια	20.22	23.90
50μ. Διπλά Πέδιλα	24.02	27.98
100μ. Επιφάνεια	45.39	52.21
100μ. Διπλά Πέδιλα	54.03	1:00.62
200μ. Επιφάνεια	1:46.91	1:55.21
200μ. Διπλά Πέδιλα	1:59.04	2:13.33
400μ. Επιφάνεια	3:48.57	4:02.10
400μ. Διπλά Πέδιλα	4:29.89	4:49.56
800μ. Επιφάνεια	7:52.11	8:28.12
1500μ. Επιφάνεια	14:58.22	15:59.59

ΗΜΕΡΟΜΗΝΙΕΣ ΕΘΝΙΚΟΥ ΠΡΩΤΑΘΛΗΜΑΤΟΣ ΑΝΔΡΩΝ – ΓΥΝΑΙΚΩΝ ΤΕΧΝΙΚΗΣ ΚΟΛΥΜΒΗΣΗΣ,
05 – 07 / 05 / 2023.

Δηλώσεις Συμμετοχής: 28 / 04 / 2023 15:30 μ.μ., E-mail: swimmingthessaly@yahoo.gr