

ΠΡΟΣ

1. Σωματεία Μέλη Κ.Ο.Ε. Αττικής
2. Περιφερειακή Επιτροπή Αττικής

ΘΕΜΑ: «Οδηγίες διεξαγωγής Περιφερειακών Πρωταθλημάτων Κολύμβησης Αττικής - 1^η Φάση Πανελληνίου Πρωταθλήματος 29-30.6.2024»

Κύριε Πρόεδρε,

Σε συνέχεια των εγκυκλίων για την 1^η Φάση του Πανελληνίου Πρωταθλήματος & των Περιφερειακών Πρωταθλημάτων Κολύμβησης 2024, με αριθμ. πρωτοκ. 7681/ε από 14.12.2023 και 7680/ε από 14.12.2023, σας γνωστοποιούμε επιπλέον τα εξής:

Πρόγραμμα- Ώρες έναρξης:

Τα Περιφερειακά Πρωταθλήματα Βορειο-Δυτικού & Νοτιο-Ανατολικού τομέα Αττικής- 1^η φάση του Πανελληνίου Πρωταθλήματος 2024 θα διεξαχθεί ταυτόχρονα σε δυο κολυμβητήρια, τις παρακάτω μέρες και ώρες:

Όμιλος Βορειο-Δυτικού Τομέα στο Δημοτικό Κολυμβητήριο Περιστερίου.**Σάββατο 29.6.2024**

Α' αγωνιστική, ώρα έναρξης 09:30

- προθέρμανση 08:20- 09:20

Β' Αγωνιστική, ώρα έναρξης 17:00

- Προθέρμανση για τα αγωνίσματα 200μ. Ελεύθερο, 50μ. Ύπτιο, 100μ. Πεταλούδα: Α' Γκρουπ 15:50-16:20 Β' ΓΚΡΟΥΠ 16:20-16:50
- Προθέρμανση για τα αγωνίσματα 50μ. Πρόσθιο, 400μ. Μικτή Ατομική: 18:42-19:15 (ένα γκρουπ).

Κυριακή 30.6.2024

Γ' αγωνιστική, ώρα έναρξης 08:40

- Προθέρμανση για τα αγωνίσματα 100μ. ελεύθερο, 100μ. Πρόσθιο, 200μ. Ύπτιο: Α' Γκρουπ 07:30-07:55 Β' ΓΚΡΟΥΠ 07:55-08:20
- Προθέρμανση για τα αγωνίσματα 50μ. Πεταλούδα, 200μ. Μικτή Ατομική, 800μ. Ελεύθερο: 10:35-11:10 (ένα γκρουπ).

Λεωφόρος
Συγγρού 137
17 121 Νέα Σμύρνη
Τηλ. 210 98 51 020

137, Syngrou
Avenue
17 121 Nea Smirni
Athens Greece
Tel. 30 210 98 51 020

Δ' Αγωνιστική, ώρα έναρξης 17:00

- Προθέρμανση για τα αγωνίσματα 50μ. Ελεύθερο, 200μ. Πεταλούδα, 100μ. Ύπτιο: Α' ΓΚΡΟΥΠ 15:50-16:20 Β' ΓΚΡΟΥΠ 16:20-16:50
- Προθέρμανση για τα αγωνίσματα 200μ. Πρόσθιο, 400μ. Ελεύθερο: 18:38-19:10 (ένα γκρουπ)

Σημείωση: Οι ώρες διεξαγωγής των ενδιάμεσων προθερμάνσεων είναι ενδεικτικές. Μετά τις διαγραφές, ενδέχεται ανάλογα με τη ροή των αγώνων, να μεταφερθούν έως 10' – 15' νωρίτερα, καθώς και η έναρξη των αγωνισμάτων που τις ακολουθεί.

Α ΓΚΡΟΥΠ	Β ΓΚΡΟΥΠ
Α.Σ. ΑΡΙΩΝ ΦΥΛΗΣ	Α.Ε.Κ.
ΑΕ ΧΑΙΔΑΡΙΟΥ	Α.Ο. ΠΕΝΤΕΛΙΚΟΥ
ΑΘΛΗΤΙΚΗ ΠΑΙΔΙΚΗ ΑΚΑΔΗΜΙΑ	Α.Ο. ΠΕΤΡΟΥΠΟΛΗΣ ΟΛΥΜΠΙΑΔΑ 96
ΑΙΓΑΛΕΩ ΑΟ	Α.Ο. ΩΚΕΑΝΟΣ
ΑΙΓΑΛΕΩ ΓΣ	ΑΙΟΛΟΣ ΠΕΤΡΟΥΠΟΛΗΣ
ΑΣΚΑΛ	ΑΚΟΔΕ.ΜΕΤ.
ΓΣ ΠΕΡΙΣΤΕΡΙΟΥ	ΓΣ ΝΙΚΟΣ ΚΥΡΙΑΖΟΠΟΥΛΟΣ
ΓΣ ΠΕΤΡΟΥΠΟΛΗΣ	ΔΑΣ ΑΡΑΦΗΝ
Κ.Σ. ΔΕΛΦΙΝΙΑ ΠΕΡΙΣΤΕΡΙΟΥ	ΔΟΞΑ ΑΝΟΙΞΗΣ
ΚΟΠ ΓΛΑΥΚΟΣ	ΝΗΡΕΑΣ ΓΕΡΑΚΑ
ΟΛΥΜΠΙΑΣ 73 ΑΟ	ΟΦΝΙ
ΠΑΛΛΑΙΜΩΝ	ΣΑΚΑ
ΠΑΟ	ΣΚ ΡΟΗ
ΥΔΡΙΑ	

Γενικές Πληροφορίες:

- Θα υπάρξει στις κερκίδες του κολυμβητηρίου οριοθετημένος χώρος προς χρήση από τους αθλητές και τους προπονητές τους.
- Παρακαλούνται τα σωματεία που θα χρησιμοποιήσουν δικές τους ομπρέλες σκίασης, να τις τοποθετήσουν στις ανώτερες σειρές των κερκίδων ώστε να μην εμποδίζεται η ορατότητα.
- Εμφιαλωμένο νερό, θα διατίθεται σε όλους τους συμμετέχοντες, τους προπονητές τους και τους γονείς.

Όμιλος Νοτιο-Ανατολικού Τομέα στο Ιλίοιο Κολυμβητήριο του Δήμου Ζωγράφου.

Σάββατο 29.06.2024

Α' αγωνιστική, ώρα έναρξης 09:30

- προθέρμανση 08:20- 09:20

Β' Αγωνιστική, ώρα έναρξης 17:00

- Προθέρμανση για τα αγωνίσματα 200μ. Ελεύθερο, 50μ. Ύπτιο, 100μ. Πεταλούδα: Α' Γκρουπ 15:50-16:20 Β' ΓΚΡΟΥΠ 16:20-16:50
- Προθέρμανση για τα αγωνίσματα 50μ. Πρόσθιο, 400μ. Μικτή Ατομική: 18:48-19:25 (ένα γκρουπ).

Κυριακή 30.06.2024

Γ' αγωνιστική, ώρα έναρξης 08:40

- Προθέρμανση για τα αγωνίσματα 100μ. ελεύθερο, 100μ. Πρόσθιο, 200μ. Ύπτιο: Α' Γκρουπ 07:30-08:00 Β' ΓΚΡΟΥΠ 08:00-08:30
- Προθέρμανση για τα αγωνίσματα 50μ. Πεταλούδα, 200μ. Μικτή Ατομική, 800μ. Ελεύθερο: 10:30-11:10 (ένα γκρουπ).

Δ' Αγωνιστική, ώρα έναρξης 17:00

- Προθέρμανση για τα αγωνίσματα 50μ. Ελεύθερο, 200μ. Πεταλούδα, 100μ. Ύπτιο: Α' ΓΚΡΟΥΠ 15:50-16:20 Β' ΓΚΡΟΥΠ 16:20-16:50
- Προθέρμανση για τα αγωνίσματα 200μ. Πρόσθιο, 400μ. Ελεύθερο: 18:35-19:05 (ένα γκρουπ)

Α ΓΚΡΟΥΠ	Β ΓΚΡΟΥΠ
ΑΕ ΚΕΡΑΣΤΙΝΙΟΥ	Α.Ο.Π. ΦΑΛΗΡΟΥ
ΑΝΟ ΑΡΓΥΡΟΥΠΟΛΗΣ	ΑΚΟ ΗΛ. ΑΛΜΠΑΤΡΟΣ
ΑΝΟΓ	ΑΚΟΒΒ
ΑΟ ΚΟΛΩΝΟΥ	ΑΟ ΙΩΝΙΚΟΣ
ΑΟ ΝΕΑΣ ΣΜΥΡΝΗΣ ΜΙΛΩΝ	ΑΡ. ΑΜΑΛΙΑΔΑΣ
ΑΣ ΠΕΡΑ	ΓΑΣ ΙΑΣΟΝΑΣ
ΓΣ ΗΛΙΟΥΠΟΛΗΣ	ΓΝΟ ΑΡΗΣ ΝΙΚΑΙΑΣ
ΔΕΛΦΙΝΙΑ ΗΡΑΚΛΕΙΟΥ	ΕΘΝΙΚΟΣ ΟΦΠΦ
ΗΛΥΣΙΑΚΟΣ ΑΟ	ΕΝΟ ΑΙΓΥΠΤΙΩΤΩΝ
ΚΟΠΙ	ΚΟ ΔΕΛΦΙΣ
ΝΟ ΒΟΥΛΙΑΓΜΕΝΗΣ	ΚΟ ΠΕΙΡΑΙΑ
ΝΟ ΗΛΙΟΥΠΟΛΗΣ	ΝΓΣ ΑΡΤΕΜΙΣ 78
ΝΟ ΜΑΚΕΔΟΝΙΑΣ	ΝΟ ΚΑΛΑΜΑΚΙΟΥ
ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΟΣ ΓΣ	ΝΤΕΡΗ
ΠΑΝΙΩΝΙΟΣ	ΟΣΦΠ
ΠΑΟ ΡΟΥΦ	ΠΙΓΚΟΥΙΝΟΙ ΡΟΔΟΥ
ΠΑΟΚ	ΡΟΔΙΩΝ ΑΘΛΗΣΙΣ
ΠΟΣΕΙΔΩΝΑΣ ΙΩΑΝΝΙΝΩΝ	

Σημείωση: Οι ώρες διεξαγωγής των ενδιάμεσων προθερμάνσεων είναι ενδεικτικές. Μετά τις διαγραφές, ενδέχεται ανάλογα με τη ροή των αγώνων, να μεταφερθούν έως 10' – 15' νωρίτερα, καθώς και η έναρξη των αγωνισμάτων που τις ακολουθεί.

Γενικές Πληροφορίες:

- Θα υπάρξει στις κερκίδες του κολυμβητηρίου οριοθετημένος χώρος προς χρήση από τους αθλητές και τους προπονητές τους.
- Παρακαλούνται τα σωματεία που θα χρησιμοποιήσουν δικές τους ομπρέλες σκίασης, να τις τοποθετήσουν στις ανώτερες σειρές των κερκίδων ώστε να μην εμποδίζεται η ορατότητα.
- Εμφιαλωμένο νερό, θα διατίθεται σε όλους τους συμμετέχοντες, τους προπονητές τους και τους γονείς.

Αγωνιστική διαδικασία : Οι κολυμβητές-τριες μετά τον τερματισμό των αγωνισμάτων τους στις αποστάσεις άνω των 100μ. θα πρέπει να παραμένουν στην άκρη της διαδρομής τους, προκειμένου, να ακολουθεί η εκκίνηση της επόμενης σειράς του αγωνίσματος. Παρακαλούνται, οι προπονητές να ενημερώσουν τους κολυμβητές τους ότι θα παραμένουν στο σημείο τερματισμού του αγωνίσματός τους και δεν θα εξέρχονται της δεξαμενής, μέχρι να δοθεί η επόμενη εκκίνηση.

Διαγραφές: Μέχρι την Πέμπτη βράδυ 27.6.2024, παρακαλείσθε να αποστείλετε το σύνολο των διαγραφών που προτίθεστε να καταθέσετε για τα Περιφερειακά Πρωταθλήματα Κολύμβησης-1^η φάση του Πανελληνίου πρωταθλήματος 2024, στο swimming@koe.org.gr . Μεμονωμένες διαγραφές, μπορούν να πραγματοποιούνται έως και 30' πριν την έναρξη κάθε αγωνιστικής ενότητας.

Αποτελέσματα: Λίγα λεπτά μετά την ολοκλήρωση κάθε αγωνίσματος, θα αναρτώνται στην ιστοσελίδα της Ομοσπονδίας τα αποτελέσματα, στους ακόλουθους συνδέσμους:

- [Για τον Όμιλο Βορειο-Δυτικού Τομέα, Δημοτικό Κολυμβητήριο Περιστερίου> Ιστοσελίδα ΚΟΕ> Κολύμβηση>Αποτελέσματα](#)
- [Όμιλος Νοτιο-Ανατολικού Τομέα, Ιλίσιο Κολυμβητήριο του Δήμου Ζωγράφου> Ιστοσελίδα ΚΟΕ> Κολύμβηση> Αποτελέσματα](#)

Επιπλέον, τα αποτελέσματα θα τοιχοκολλώνται σε εμφανές σημείο σε κάθε κολυμβητήριο. Παρακαλούνται οι εκπρόσωποι και οι προπονητές των σωματείων να παρακολουθούν τα αναρτημένα αποτελέσματα έτσι ώστε τυχόν λάθη να διορθώνονται άμεσα.

Απονομές: Σας γνωστοποιούμε ότι θα αναρτηθεί χρονοδιάγραμμα απονομών (με τις ώρες απονομής κάθε αγωνίσματος κατά προσέγγιση). Παρακαλούμε να ενημερώσετε τους αθλητές σας προκειμένου, να προσέρχονται έγκαιρα στον χώρο των Απονομών.

Με τιμή,
Ο ΓΕΝΙΚΟΣ ΓΡΑΜΜΑΤΕΑΣ

