

ΚΟΛΥΜΒΗΤΙΚΗ ΟΜΟΣΠΟΝΔΙΑ ΕΛΛΑΔΑΣ

Αριθμ. Πρωτ.: 2678/Ε
Αθήνα, Μάιος 2023

Π Ρ Ο Κ Η Ρ Υ Ξ Η Κ Α Λ Λ Ι Τ Ε Χ Ν Ι Κ Η Σ Κ Ο Λ Υ Μ Β Η Σ Η Σ 2 0 2 3

Με απόφαση που πήρε η Εκτελεστική Επιτροπή της Κ.Ο.Ε. στην 58^η συνεδρίασή του στις 9/5/2023, εγκρίνεται το αγωνιστικό πρόγραμμα 2023. Όλοι αγώνες θα διεξαχθούν σύμφωνα με τους Διεθνείς Κανονισμούς Κολύμβησης WAQ, τον Κανονισμό Οργάνωσης και Διεξαγωγής Αγώνων Καλλιτεχνικής Κολύμβησης της Κ.Ο.Ε. και την παρούσα Προκήρυξη. Οι οικονομικοί όροι για τη συμμετοχή Σωματείων και αθλητών-τριών στο Αγωνιστικό πρόγραμμα της παρούσης, θα καθορίζεται κατά περίπτωση, βάσει των οικονομικών δεδομένων της ΚΟΕ και της σχετικής εκτέλεσης του προϋπολογισμού της – επιχορήγηση από την Πολιτεία. Κάθε ασάφεια ή αμφιβολία θα λύνεται με απόφαση του Διοικητικού Συμβουλίου. Σε περίπτωση που προκύψει τυχόν ζήτημα, η διευθέτηση του οποίου δεν καλύπτεται από τις διατάξεις της παρούσας προκήρυξης, θα εφαρμόζεται ότι ορίζει με τις διατάξεις της η Παγκόσμια Ομοσπονδία (WAQ).

Σε όλες τις Αγωνιστικές εκδηλώσεις είναι απαραίτητη η παρουσία Ιατρού. Η Εκτελεστική Επιτροπή μπορεί να μεταβάλλει ή να τροποποιήσει την Προκήρυξη εφόσον υπάρξει κατά την κρίση της σοβαρός λόγος. Κάθε μεταβολή γνωστοποιείται έγκαιρα στους συλλόγους.

Για το Δ.Σ.

Ο Πρόεδρος

Ο Γενικός Γραμματέας

ΚΥΡΙΑΚΟΣ ΓΙΑΝΝΟΠΟΥΛΟΣ

ΣΤΕΦΑΝΟΣ Γ. ΑΥΓΟΥΛΕΑΣ

Περιεχόμενα

1.	ΓΕΝΙΚΕΣ ΔΙΑΤΑΞΕΙΣ	8
1.1	ΔΕΛΤΙΑ ΑΘΛΗΤΩΝ-ΤΡΙΩΝ	8
1.2	ΚΑΝΟΝΙΣΜΟΙ ΑΓΩΝΩΝ	8
1.3	ΑΡΧΟΝΤΕΣ ΑΓΩΝΩΝ.....	8
1.4	ΕΚΠΡΟΣΩΠΟΙ ΣΥΛΛΟΓΩΝ	9
1.5	ΕΝΣΤΑΣΕΙΣ.....	9
1.6	ΔΗΛΩΣΗ ΠΡΟΠΟΝΗΤΗ – ΑΘΛΗΤΙΚΗΣ ΑΝΑΓΝΩΡΙΣΗΣ	10
1.7	ΔΗΛΩΣΕΙΣ ΣΥΜΜΕΤΟΧΗΣ.....	11
1.8	ΕΛΕΓΧΟΣ ΝΤΟΠΙΝΓΚ.....	13
1.9	ΑΣΦΑΛΙΣΗ.....	14

Γίνεται σύσταση στα Σωματεία να προβούν σε ομαδική ασφάλιση της ομάδας των κολυμβητριών-των της Καλλιτεχνικής Κολύμβησης κατά κινδύνων που απορρέουν από αυτή την δραστηριότητα. 14

1.10	ΣΥΜΜΕΤΟΧΗ ΣΩΜΑΤΕΙΩΝ ΣΕ ΔΙΕΘΝΗ MEETINGS.....	14
------	---	----

Σωματείο, το οποίο ενδιαφέρεται να συμμετάσχει σε αγώνες στο εξωτερικό υποχρεούται να γνωστοποιήσει τούτο στην Ομοσπονδία, το λιγότερο τριάντα (30) ημέρες προ της εξόδου του από τη χώρα..... 14

Η σύνθεση της ομάδας επικυρώνεται από την Ομοσπονδία. 14

Το Σωματείο, θα πρέπει να ενημερώσει γραπτώς την Ομοσπονδία για τη σύσταση της Ομάδας, που θα συμμετάσχει στους αγώνες του εξωτερικού. Επίσης θα πρέπει μετά τους αγώνες να στείλει έκθεση με την έκβαση της

	διοργάνωσης και τα αποτελέσματα της ομάδας στη διοργάνωση.....	14
	Σε Διεθνές Μίτινγκ που συμμετέχει η Εθνική Ομάδα δεν έχει δικαίωμα συμμετοχής κανένα σωματείο.....	14
	Σε περίπτωση μη συμμόρφωσης με τα πιο πάνω θα επιβάλλεται χρηματικό πρόστιμο 500€ στο εν λόγω σωματείο.....	14
1.11	ΣΥΜΜΕΤΟΧΗ ΑΘΛΗΤΩΝ ΧΩΡΙΣ ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΥΠΗΚΟΟΤΗΤΑ 14	
1.12	ΚΑΤΗΓΟΡΙΕΣ ΑΘΛΗΤΩΝ-ΤΡΙΩΝ ΚΑΛΛΙΤΕΧΝΙΚΗΣ ΚΟΛ/ΣΗΣ 2023 15	
2.	ΗΜΕΡΙΔΕΣ ΟΡΙΩΝ – «ΑΣΤΕΡΙΑ»	15
2.1	ΓΕΝΙΚΕΣ ΔΙΑΤΑΞΕΙΣ	15
2.2	ΗΜΕΡΙΔΕΣ	16
2.2.1	1 ^ο – 4 ^ο Αστέρι Κατηγορίας Παίδων-Κορασίδων Β΄	16
	Αθλητές-τριες γεννημένοι 2011,2012,2013,2014,2015.....	16
2.2.2	5 ^ο Αστέρι Κατηγορίας Παίδων-Κορασίδων Α΄	17
	Αθλητές-τριες γεννημένοι (Κ)2008, 2009,2010 (Α)2007, 2008, 2009,2010..	17
2.2.3	6 ^ο Αστέρι Κατηγορίας Εφήβων-Νεανίδων.....	17
	Αθλητές-τριες γεννημένοι (Κ)2004, 2005,2006,2007,2008	17
	(Α)2003, 2004, 2005,206,2007,2008	17
2.2.4	7 ^ο Αστέρι Ανοιχτής Κατηγορίας (OPEN 2011 & μεγαλύτερες)	18
3.	ΧΕΙΜΕΡΙΝΟΙ ΑΓΩΝΕΣ	19

3.1	ΓΕΝΙΚΕΣ ΔΙΑΤΑΞΕΙΣ	19
3.2	ΧΕΙΜΕΡΙΝΟΙ ΑΓΩΝΕΣ ΑΝΟΙΧΤΗΣ ΚΑΤΗΓΟΡΙΑΣ - ΟΠΕΝ	20
	Αθλητές-τριες γεννημένοι 2011 και νωρίτερα.....	20
3.2.1	ΓΕΝΙΚΕΣ ΔΙΑΤΑΞΕΙΣ	20
3.3	ΧΕΙΜΕΡΙΝΟΙ ΑΓΩΝΕΣ ΕΦΗΒΩΝ-ΝΕΑΝΙΔΩΝ	20
	Αθλητές-τριες γεννημένοι (Κ)2004, 2005, 2006, 2007, 2008	20
	(Α) 2003, 2004, 2005, 2006, 2007, 2008	20
3.3.1	ΓΕΝΙΚΕΣ ΔΙΑΤΑΞΕΙΣ	20
3.4	ΧΕΙΜΕΡΙΝΟΙ ΑΓΩΝΕΣ ΠΑΙΔΩΝ-ΚΟΡΑΣΙΔΩΝ Α'	21
	Αθλητές-τριες γεννημένοι (Κ)2008, 2009,2010	21
	(Α)2007, 2008, 2009,2010	21
3.4.1	ΓΕΝΙΚΕΣ ΔΙΑΤΑΞΕΙΣ	21
3.4.2	ΦΙΓΟΥΡΕΣ ΧΕΙΜΕΡΙΝΩΝ ΑΓΩΝΩΝ ΠΑΙΔΩΝ-ΚΟΡΑΣΙΔΩΝ Α'	22
3.5	ΧΕΙΜΕΡΙΝΟΙ ΑΓΩΝΕΣ ΠΑΙΔΩΝ-ΚΟΡΑΣΙΔΩΝ Β'	23
	Αθλητές-τριες γεννημένοι 2011,2012,2013,2014,2015.....	23
3.5.1	ΓΕΝΙΚΕΣ ΔΙΑΤΑΞΕΙΣ	23
3.5.2	ΦΙΓΟΥΡΕΣ ΧΕΙΜΕΡΙΝΩΝ ΑΓΩΝΩΝ ΠΑΙΔΩΝ-ΚΟΡΑΣΙΔΩΝ Β'.....	23
3.6	«Αγωνιστικό Παραμύθι»	24
	(2014 – 2015)	24

2/4/2023.....	24
4. ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΑ ΠΡΩΤΑΘΛΗΜΑΤΑ	25
4.1 ΓΕΝΙΚΕΣ ΔΙΑΤΑΞΕΙΣ	25
4.2 ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΟ ΠΡΩΤΑΘΛΗΜΑ ΕΦΗΒΩΝ-ΝΕΑΝΙΔΩΝ	27
4.2.1 ΓΕΝΙΚΕΣ ΔΙΑΤΑΞΕΙΣ	27
4.3 ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΟ ΠΡΩΤΑΘΛΗΜΑ ΑΝΟΙΚΤΗΣ ΚΑΤΗΓΟΡΙΑΣ ...	28
4.3.1 ΓΕΝΙΚΕΣ ΔΙΑΤΑΞΕΙΣ	28
4.4 ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΟ ΠΡΩΤΑΘΛΗΜΑ ΚΑΤΗΓΟΡΙΑΣ ΠΑΙΔΩΝ- ΚΟΡΑΣΙΔΩΝ Α'	29
4.4.1 ΓΕΝΙΚΕΣ ΔΙΑΤΑΞΕΙΣ	29
4.4.2 ΦΙΓΟΥΡΕΣ ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΟΥ ΠΑΙΔΩΝ-ΚΟΡΑΣΙΔΩΝ Α'	30
4.5 ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΟ ΠΡΩΤΑΘΛΗΜΑ ΚΑΤΗΓΟΡΙΑΣ ΠΑΙΔΩΝ- ΚΟΡΑΣΙΔΩΝ Β'	31
4.5.1 ΓΕΝΙΚΕΣ ΔΙΑΤΑΞΕΙΣ	31
4.5.2 ΦΙΓΟΥΡΕΣ ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΟΥ ΠΡΩΤ/ΤΟΣ ΠΑΙΔΩΝ-ΚΟΡΑΣΙΔΩΝ Β'	31
4.6 «ΑΓΩΝΙΣΤΙΚΗ ΤΕΤΡΑΔΑ» 8-9 ΕΤΩΝ.....	32
4.6.1 ΓΕΝΙΚΕΣ ΔΙΑΤΑΞΕΙΣ	32
5. HELLAS MASTER	33
5.1 ΕΙΣΑΓΩΓΗ	33
5.2 ΓΕΝΙΚΕΣ ΔΙΑΤΑΞΕΙΣ	33

α.	Δελτία αθλητών/-τριων	33
β.	Κανονισμοί	33
γ.	Άρχοντες αγώνων	33
δ.	Εκπρόσωποι συλλόγων	33
ε.	Ενστάσεις.....	33
στ.	Δήλωση προπονητής – αθλητικής αναγνώρισης	33
5.3	ΔΗΛΩΣΕΙΣ ΣΥΜΜΕΤΟΧΗΣ.....	33
5.4	ΚΑΤΗΓΟΡΙΕΣ ΑΘΛΗΤΩΝ/-ΤΡΙΩΝ.....	34
5.5	ΕΛΕΓΧΟΣ ΝΤΟΠΙΝΓΚ.....	34
5.6	ΥΠΕΥΘΥΝΗ ΔΗΛΩΣΗ	35
6.	ΕΘΝΙΚΕΣ ΟΜΑΔΕΣ	37
6.1	ΣΚΟΠΟΣ	37
7.	ΓΕΝΙΚΟΙ ΚΑΝΟΝΕΣ	37
7.1	ΕΙΔΙΚΕΣ ΑΠΑΙΤΗΣΕΙΣ ΓΙΑ ΣΥΜΜΕΤΟΧΗ ΣΤΑ TRIALS:.....	37
7.2	ΕΠΙΛΟΓΗ ΕΘΝΙΚΗΣ ΟΜΑΔΑΣ	37
7.3	ΔΕΙΟΤΗΤΕΣ ΚΑΙ ΕΙΔΙΚΕΣ ΤΕΧΝΙΚΕΣ ΙΔΙΟΤΗΤΕΣ ΑΘΛΗΤΡΙΩΝ (TECHNICAL ATTRIBUTES).....	38
7.4	ΤΕΛΙΚΕΣ ΑΠΟΦΑΣΕΙΣ	39
8.	ΠΑΡΑΡΤΗΜΑ	41

Το 1^ο Αστέρι περιλαμβάνει 6 ασκήσεις. [Όριο πρόκρισης 40/100]

.....	44
Το 2^ο Αστέρι περιλαμβάνει 7 ασκήσεις. [Όριο πρόκρισης 40/100]	
.....	45
3^ο ΑΣΤΕΡΙ	47
4^ο ΑΣΤΕΡΙ	48
6^ο ΑΣΤΕΡΙ	50

1. ΓΕΝΙΚΕΣ ΔΙΑΤΑΞΕΙΣ

1.1 ΔΕΛΤΙΑ ΑΘΛΗΤΩΝ-ΤΡΙΩΝ

Κολυμβήτριες & κολυμβητές που έχουν δελτίο αθλητικής ιδιότητας, που έχει εκδοθεί από την Κ.Ο.Ε. καθώς και κάρτα υγείας και διαπίστευσης, μπορούν να λάβουν μέρος σε οποιουδήποτε από τους προκηρυσσόμενους αγώνες.

Επειδή πλέον ο έλεγχος των δελτίων γίνεται ηλεκτρονικά, κολυμβητής-τρια που δεν έχει ανανεώσει το δελτίο του θα αποκλείεται αυτόματα από το σύστημα κατά τη δημιουργία των συμμετοχών των αγώνων.

Συμμετοχή συλλόγων ή αθλητών σε αγωνιστικές διοργανώσεις στο εξωτερικό, πρέπει να τελούν υπό την έγκριση της Κ.Ο.Ε.

ΔΙΕΥΚΡΙΝΙΖΕΤΑΙ ότι δεν επιτρέπεται μία κολυμβήτρια ή ένας κολυμβητής να αγωνίζεται στην ίδια αγωνιστική περίοδο με τα χρώματα διαφορετικών Συλλόγων σε αγώνες που διοργανώνονται στην Ελλάδα από την οικεία Ομοσπονδία, καθώς επίσης και σε αγώνες αλλοδαπής Ομοσπονδίας του ίδιου αθλήματος.

Σε περίπτωση που κάποιος αθλητής διακόψει την αθλητική του ιδιότητα, προκειμένου να δραστηριοποιηθεί ως προπονητής, δε μπορεί να επανέλθει σε αυτή παρά μόνο εφόσον μεσολαβήσει διάστημα δώδεκα (12) μηνών από αλλαγή σε αλλαγή. Το σωματείο μεν οφείλει να ενημερώσει τον ενδιαφερόμενο αθλητή για την εν λόγω διάταξη και να υπογράψει ο αθλητής υπεύθυνη δήλωση ότι έλαβε γνώση και αποδέχεται το κανονισμό. Η μη τήρηση του κανονισμού αυτού είναι λόγος ένστασης και σχετικών κυρώσεων.

1.2 ΚΑΝΟΝΙΣΜΟΙ ΑΓΩΝΩΝ

Οι αγώνες θα διεξάγονται σύμφωνα με τους ισχύοντες κανονισμούς της WAQ για το άθλημα της καλλιτεχνικής κολύμβησης, καθώς και τον κανονισμό ηθικής ακεραιότητας (Code of Ethics) της WAQ

1.3 ΑΡΧΟΝΤΕΣ ΑΓΩΝΩΝ

Ο Αλυτάρχης (Event Manager), τα μέλη της Γραμματείας, ο Διαιτητής, οι Κριτές των αγώνων και οι Technical Controllers, ορίζονται με απόφαση του Διοικητικού Συμβουλίου της Κ.Ο.Ε. Ο Αλυτάρχης έχει τον διοικητικό έλεγχο των αγώνων και ο διαιτητής τον τεχνικό έλεγχο των αγώνων.

Ο διαιτητής είναι υπεύθυνος των Κριτών και των Technical Controllers που έχουν ορισθεί για τους συγκεκριμένους αγώνες και τον συντονισμό των ομάδων των κριτών και των Technical Controllers,, ανάλογα με τις ανάγκες

του αγώνα.

Στους αγώνες ορίζονται από την ΚΟΕ βοηθοί διαιτητού, όπου προβλέπεται σύμφωνα με τους νέους κανονισμούς, για τον καλύτερο έλεγχο της γραμματείας, της Αγωνόδικου Επιτροπής και του αγωνιστικού χώρου.

Ένσταση, προσφυγή ή διαμαρτυρία δεν επιτρέπεται κατά των σχετικών αποφάσεων για ορισμό των παραπάνω αρχόντων αγώνων.

1.4 ΕΚΠΡΟΣΩΠΟΙ ΣΥΛΛΟΓΩΝ

Σε όλους τους αγώνες πρέπει απαραίτητα να υπάρχει επίσημος εκπρόσωπος κάθε Συλλόγου, γραπτά εξουσιοδοτημένος από το Δ.Σ του Συλλόγου του, ως και αναπληρωτής αυτού. Ο εν λόγω εκπρόσωπος θα πρέπει να έχει απαραίτητα την αντίστοιχη κάρτα διαπίστευσης εκπροσώπου, θεωρημένη για την τρέχουσα αγωνιστική περίοδο. Οι εκπρόσωποι, και μόνον αυτοί, με την επίδειξη της πιο πάνω κάρτας θα μπορούν να έχουν πρόσβαση στην γραμματεία των αγώνων για οποιαδήποτε συναλλαγή ή πληροφορία. Οι εκπρόσωποι των συλλόγων θα πρέπει υποχρεωτικά να παρευρίσκονται σε όλη τη διάρκεια των αγώνων και στις συσκέψεις των αγώνων. Δεν επιτρέπεται ο ορισμός προπονητή ή αθλητή εν ενεργεία σαν εκπροσώπου. Οι προπονητές μπορούν να παρευρίσκονται στις Τεχνικές Συσκέψεις εφόσον το ζητήσουν.

1.5 ΕΝΣΤΑΣΕΙΣ

Κάθε ένσταση ή διαμαρτυρία πρέπει να γίνεται γραπτά προς τον Διαιτητή, μέσα σε 30 λεπτά το αργότερο από την ανακοίνωση των αποτελεσμάτων εφόσον αφορά τεχνική ποινή.

Εάν η παράβαση αφορά αγώνισμα ή αθλητή για αντικανονική συμμετοχή κ.λ.π και είναι γνωστή εκ των προτέρων, η ένσταση πρέπει να δοθεί στο Διαιτητή πριν τη διεξαγωγή του αγωνίσματος και αυτός αποφασίζει αμέσως πριν διεξαχθεί αυτό.

Αν η ένσταση αφορά γεγονός του οποίου τα στοιχεία υπάρχουν στην Κ.Ο.Ε. αλλά ο Διαιτητής δεν τα έχει στη διάθεσή τους κατά την υποβολή της ένστασης, ο διαιτητής επιφυλάσσεται να εκδώσει απόφαση, η δε Κ.Ο.Ε. υποχρεούται όπως εντός τριών (3) εργάσιμων ημερών, από της υποβολής της ένστασης να παραδώσει στο Διαιτητή τα σχετικά με την ένσταση στοιχεία, οπότε αυτός αποφασίζει επί της ένστασης εντός δεκαπέντε (15) ημερών από την παραλαβή τους.

Εάν η ένσταση αφορά γεγονός που συνέβη κατά την διάρκεια ή μετά την τέλεση αγωνίσματος, και αφορά τεχνικό ζήτημα, ο Διαιτητής αποφασίζει ανέκκλητα, αφού συμβουλευτεί τα εποπτικά μέσα που διατίθενται (π.χ.

επίσημο βίντεο αγώνων) αμέσως μετά την υποβολή της ένστασης και επιδίδει την απόφασή του αυτή στον αλυτάρχη προς επικύρωση.

Η απόφαση του Διαιτητή για κάθε ένσταση υποβάλλεται προς επικύρωση στον Αλυτάρχη (Event Manager) του αγώνα και στη συνέχεια προς το Δ.Σ της Κ.Ο.Ε. εντός δύο (2) ημερών από της έκδοσής της. Το δε Δ.Σ της Κ.Ο.Ε. υποχρεούται σ' αυτή την επικύρωση στην πρώτη συνεδρίασή του αφότου υποβληθεί σ' αυτό η σχετική απόφαση του Αλυτάρχη (διοικητικό ζήτημα) και του Διαιτητή (τεχνικό ζήτημα).

Όλες οι ενστάσεις πρέπει να υπογράφονται από τον Έφορο Καλλιτεχνικής Κολύμβησης ή από εκπρόσωπο, με έγγραφη προς τούτο εξουσιοδότηση, του σωματείου που υποβάλλει την ένσταση. Κάθε ένσταση ή διαμαρτυρία πρέπει να συνοδεύεται από παράβολο 200 €, άλλως αυτή δεν γίνεται δεκτή.

Σε περίπτωση απόρριψης της ένστασης το πιο πάνω παράβολο καταπίπτει υπέρ της Κ.Ο.Ε., σε αποδοχή δε της ένστασης επιστρέφεται εντός δεκαπέντε ημερών (15) από τη σχετική απόφαση στο σωματείο που το κατέθεσε.

Σημείωση: Ένσταση υποβάλλεται σε περίπτωση αμφισβήτησης της απόφασης του διαιτητή από σωματείο που το αφορά η απόφαση αυτή. Ένσταση κατά της απόφασης του διαιτητή για άλλο σωματείο ή αθλητή-τρια δεν επιτρέπεται.

1.6 ΔΗΛΩΣΗ ΠΡΟΠΟΝΗΤΗ – ΑΘΛΗΤΙΚΗΣ ΑΝΑΓΝΩΡΙΣΗΣ

Τα Σωματεία είναι υποχρεωμένα 10 ημέρες πριν την έναρξη της αγωνιστικής περιόδου, να ορίζουν με έγγραφό τους προς την Κ.Ο.Ε., τα ονόματα των προπονητών τους για το άθλημα της Καλλιτεχνικής Κολύμβησης (υπ' αριθ. Α1-Β/Φ 6782 Υπουργική Απόφαση του Υπουργού Προεδρίας της Κυβέρνησης), οι οποίοι θα πρέπει απαραίτητα να έχουν ΑΔΕΙΑΣ ΑΣΚΗΣΕΩΣ ΕΠΑΓΓΕΛΜΑΤΟΣ Προπονητή (σύμφωνα με τις διατάξεις του Ν.2725/99, άρθρο 50, παρ. 6). Φωτοαντίγραφο της πιο πάνω άδειας θα πρέπει να συνυποβάλλεται οπωσδήποτε με το πιο πάνω έγγραφο.

Κάθε αλλαγή προπονητή, σύμφωνα με τον παρόντα κανονισμό θα πρέπει να γνωστοποιείται εγγράφως στην Κ.Ο.Ε.

Επιπλέον στην πιο πάνω αναφερόμενη ημερομηνία, θα πρέπει να δηλώσουν εγγράφως ότι έχουν λάβει την ΕΙΔΙΚΗ ΑΘΛΗΤΙΚΗ ΑΝΑΓΝΩΡΙΣΗ από τη Γ.Γ.Α., στο άθλημα της Καλλιτεχνικής Κολύμβησης, συνυποβάλλοντας φωτοαντίγραφο αυτής.

Επισημαίνουμε ότι για την συμμετοχή αθλητικών σωματείων σε Πανελλήνια Πρωταθλήματα, απαιτείται να διαθέτουν την ΕΙΔΙΚΗ ΑΘΛΗΤΙΚΗ ΑΝΑΓΝΩΡΙΣΗ και ΕΓΓΡΑΦΗ ΣΤΟ ΜΗΤΡΩΟ.

Σωματείο που δεν κατέθεσε (έστω και μια από τις πιο πάνω δηλώσεις ή έστω

και ένα από τα πιο πάνω φωτοαντίγραφα), θα έχει σαν συνέπεια τον αποκλεισμό συμμετοχής του από το συγκεκριμένο άθλημα, μέχρι να διευθετηθεί το πιο πάνω θέμα.

Οι προπονητές θα πρέπει να έχουν απαραίτητα την αντίστοιχη κάρτα διαπίστευσης προπονητή θεωρημένη για την τρέχουσα αγωνιστική περίοδο προκειμένου να έχουν την δυνατότητα πρόσβασης στην γραμματεία και την Αγωνόδοκο επιτροπή των αγώνων καθώς και στον αγωνιστικό χώρο την ώρα του αγώνα.

Δεν επιτρέπεται σε όποιον ασκεί προπονητικά καθήκοντα να έχει αγωνιστική δράση ως αθλητής κατά την ίδια αυτή περίοδο στο άθλημα που ασκεί προπονητικά καθήκοντα.

Σε περίπτωση που κάποιος προπονητής διακόψει την προπονητική του ιδιότητα, δε μπορεί να επανέλθει σε αυτή παρά μόνο εφόσον μεσολαβήσει διάστημα δώδεκα (12) μηνών από αλλαγή σε αλλαγή. Το σωματείο μεν οφείλει να ενημερώσει τον ενδιαφερόμενο προπονητή για την εν λόγω διάταξη και να υπογράψει ο προπονητής υπεύθυνη δήλωση ότι έλαβε γνώση και αποδέχεται το κανονισμό. Η μη τήρηση του κανονισμού αυτού είναι λόγος ένστασης και σχετικών κυρώσεων.

1.7 ΔΗΛΩΣΕΙΣ ΣΥΜΜΕΤΟΧΗΣ

- α. Οι δηλώσεις συμμετοχής για όλους τους αγώνες πρέπει να υποβάλλονται σε ειδικό έντυπο, που διατίθεται από την Κ.Ο.Ε. υπογεγραμμένες από τον αρμόδιο Έφορο Καλλιτεχνικής Κολύμβησης του Συλλόγου ή άλλο πρόσωπο γραπτά εξουσιοδοτημένο από τον Σύλλογο. Είναι αποδεκτές δηλώσεις συμμετοχής έντυπες, με MAIL, με ευθύνη των Συλλόγων. Η αποστολή των δηλώσεων πρέπει να γίνεται τουλάχιστον **14 ημέρες** προ της πρώτης αγωνιστικής ημέρας, εκτός κι αν ορίζεται διαφορετικά από την ειδική προκήρυξη κάθε διοργάνωσης και να συνοδεύεται από τα μουσικά αρχεία, το πληροφοριακό υλικό για τη μουσική και τις «κάρτες προπονητών» κάθε χορογραφίας. Σε περίπτωση που θα λείπει το μουσικό αρχείο, οι πληροφορίες για τη μουσική ή η κάρτα προπονητή η δήλωση θα απορρίπτεται. Αλλαγές στις δηλώσεις μετά την προθεσμία δε θα γίνονται δεκτές παρά μόνο για ιατρικούς λόγους. Παράβολο 500€ απαιτείται για αλλαγές μετά την προθεσμία υποβολής αυτών(AS 6.1.5). Τα παράβολα συμμετοχής κολυμβητριών για τους αγώνες θα καταβάλλονται είτε απευθείας στο λογιστήριο της ΚΟΕ, είτε θα κατατίθενται στον λογαριασμό της (αριθ. Λογαριασμού ΕΘΝΙΚΗ

ΤΡΑΠΕΖΑ ΕΛΛΑΔΑΣ 080/480901-72)

- β. Το αργότερο 30' πριν από την έναρξη των αγώνων πρέπει να γνωστοποιούνται στη Γραμματεία των αγώνων οι τυχόν διαγραφές. Σε περίπτωση αδικαιολόγητης αποχής από τους αγώνες, χωρίς προηγούμενη δήλωση στη Γραμματεία, θα επιβάλλεται πρόστιμο 25 € για κάθε αποχή. Το αδικαιολόγητο ή όχι της αποχής αθλητή-τριας κρίνεται ελεύθερα από τον Διαιτητή των αγώνων.
- γ. Οι δηλώσεις πρέπει να έχουν μαζί ονομαστικό πίνακα κατά αλφαβητική σειρά των δηλουμένων αθλητών-τριών, ξεχωριστά για κάθε κατηγορία, με τον αριθμό δελτίου της Κ.Ο.Ε. και το έτος γέννησης ΑΠΑΡΑΙΤΗΤΑ ώστε να γίνεται εφικτός ο έλεγχος των στοιχείων από την Γραμματεία της Κ.Ο.Ε. Επίσης, να έχουν μαζί κάρτες προπονητών, μία για κάθε χορογραφία, μουσικά αρχεία, ένα για κάθε χορογραφία με ονομασία που θα ακολουθεί τον κανόνα ΣΩΜΑΤΕΙΟ-ΑΓΩΝΙΣΜΑ-ΟΝΟΜΑ καθώς και πληροφοριακό υλικό για κάθε μουσικό αρχείο.
- δ. Κολυμβητής-τρια που δηλώνεται για να συμμετάσχει σε αγώνα, θα πρέπει απαραίτητα την ημερομηνία κατάθεσης της δήλωσης να έχει εκδοθεί το δελτίο του, σε αντίθετη περίπτωση δεν θα γίνεται δεκτή η συμμετοχή του.
- ε. Σε περίπτωση δήλωσης με ελλιπή ή ανακριβή στοιχεία το Δ.Σ της Κ.Ο.Ε. μπορεί να αποκλείσει τον ή τους κολυμβητές τους οποίους αφορούν τα ελλιπή ή ανακριβή στοιχεία και τον Σύλλογο που τα δήλωσε ανάλογα με την έκταση των ελλείψεων ή των ανακριβειών.
- στ. Η δήλωση συμμετοχής για το Σόλο, το Σόλο Ανδρών, το Ντουέτο, το Ομαδικό, το Free Combination και το Ακροβατικό μπορεί να περιλαμβάνει και τις αναπληρωματικές αθλήτριες. Για το Σόλο μία (1), για το ντουέτο μία (1), για το μικτό ντουέτο δύο (2), για το ομαδικό δύο (2) αναπληρωματικές, για το Free Combination δύο (2) αναπληρωματικές και για το Ακροβατικό δύο (2) αναπληρωματικές. Σε περίπτωση που δεν συμπληρώνεται πλήρης ομάδα (ανάλογα το αγώνισμα) ο Σύλλογος δεν δικαιούται να δηλώσει αναπληρωματικές αθλήτριες. Η σχετική ποινή για την έλλειψη αθλητριών από το Ομαδικό (Ελεύθερο και Τεχνικό) και το Ακροβατικό επιβάλλεται σύμφωνα με τη WAQ.

Ποινές για Έλλειψη Αθλητριών

- Ομαδικό με 8 αθλήτριες -0 βαθμούς

- Ομαδικό με 7 αθλήτριες -0,5 βαθμούς
 - Ομαδικό με 6 αθλήτριες -1,0 βαθμούς
 - Ομαδικό με 5 αθλήτριες -1,5 βαθμούς
 - Ομαδικό με 4 αθλήτριες -2,0 βαθμούς
- ζ. Σε περίπτωση προκριματικών αγώνων, προκρίνονται για τους τελικούς αγώνες οι δώδεκα (12) καλύτερες αθλήτριες, εφόσον οι συμμετοχές του προκριματικού αριθμούν λιγότερες από 35. Εάν υπάρχουν περισσότερες από 35 συμμετοχές τότε στον τελικό προκρίνονται οι 14 καλύτερες συμμετοχές σε κάθε αγώνισμα.
- η. Για την πραγματοποίηση ενός αγωνίσματος, ΔΕΝ ΑΠΑΙΤΕΙΤΑΙ ΕΛΑΧΙΣΤΗ ΑΡΙΘΜΗΤΙΚΗ ΣΥΜΜΕΤΟΧΗ, και η βαθμολογία των σωματείων θα βασίζεται στον πίνακα βαθμολογίας των γενικών διατάξεων των πανελληνίων πρωταθλημάτων.
- θ. Στα Πανελλήνια Πρωταθλήματα, οι Σύλλογοι μπορούν να συμμετέχουν με τρία Σόλο(ανά φύλλο), τρία Ντουέτο, τρία Μικτά Ντουέτο, δύο Ομαδικά, δύο Free Combination, δύο Ακροβατικά.

Σημείωση: Οι δηλώσεις που δεν πληρούν τους κανονισμούς της Ομοσπονδίας (ημερομηνία υποβολής, αναλυτική κατάσταση αθλητριών, κάρτα προπονητή, μουσική, πληροφοριακό υλικό μουσικής) θα θεωρούνται εκπρόθεσμες.

1.8 ΕΛΕΓΧΟΣ ΝΤΟΠΙΝΓΚ

- α. Έλεγχος ντόπινγκ σε αθλητές διενεργείται κατά τη διάρκεια αγώνων και εκτός αγώνων, βάσει προγράμματος ελέγχων που καταρτίζει το Ε.Ο.ΚΑ.Ν., λαμβανομένων υπόψη από αυτό των ορίων δικαιοδοσίας για κάθε εκδήλωση, όπου διεξάγονται οι οριζόμενοι στον κώδικα WADA, έλεγχοι.
- β. Κατά τη διάρκεια των αγώνων η εντολή διενέργειας ελέγχου ντόπινγκ δίδεται από την αρμόδια Επιτροπή του Ε.Ο.ΚΑ.Ν.
- γ. Ο έλεγχος ντόπινγκ εκτός αγώνων και ειδικότερα κατά τη διάρκεια της προετοιμασίας των αθλητών διενεργείται με ή χωρίς προειδοποίηση των αθλητών. Η εντολή διενέργειας, σε περιπτώσεις τέτοιων ελέγχων, δίδεται πάντοτε από το Ε.Ο.ΚΑ.Ν. είτε αυτεπαγγέλτως είτε, ύστερα από γραπτό αίτημα της Ελληνικής Ολυμπιακής Επιτροπής ή της Κ.Ο.Ε.
- δ. Το Ε.Ο.ΚΑ.Ν. και η WADA δύνανται να ελέγχουν οποτεδήποτε και

οπουδήποτε οποιονδήποτε αθλητή επί του οποίου έχουν δικαιοδοσία διενέργειας ελέγχου, συμπεριλαμβανομένων αθλητών που εκτίουν περίοδο αποκλεισμού.

1.9 ΑΣΦΑΛΙΣΗ

Γίνεται σύσταση στα Σωματεία να προβούν σε ομαδική ασφάλιση της ομάδας των κολυμβητριών-των της Καλλιτεχνικής Κολύμβησης κατά κινδύνων που απορρέουν από αυτή την δραστηριότητα.

1.10 ΣΥΜΜΕΤΟΧΗ ΣΩΜΑΤΕΙΩΝ ΣΕ ΔΙΕΘΝΗ MEETINGS

Σωματείο, το οποίο ενδιαφέρεται να συμμετάσχει σε αγώνες στο εξωτερικό υποχρεούται να γνωστοποιήσει τούτο στην Ομοσπονδία, το λιγότερο τριάντα (30) ημέρες προ της εξόδου του από τη χώρα.

Η σύνθεση της ομάδας επικυρώνεται από την Ομοσπονδία.

Το Σωματείο, θα πρέπει να ενημερώσει γραπτώς την Ομοσπονδία για τη σύσταση της Ομάδας, που θα συμμετάσχει στους αγώνες του εξωτερικού. Επίσης θα πρέπει μετά τους αγώνες να στείλει έκθεση με την έκβαση της διοργάνωσης και τα αποτελέσματα της ομάδας στη διοργάνωση.

Σε Διεθνές Μίτινγκ που συμμετέχει η Εθνική Ομάδα δεν έχει δικαίωμα συμμετοχής κανένα σωματείο.

Σε περίπτωση μη συμμόρφωσης με τα πιο πάνω θα επιβάλλεται χρηματικό πρόστιμο 500€ στο εν λόγω σωματείο.

1.11 ΣΥΜΜΕΤΟΧΗ ΑΘΛΗΤΩΝ ΧΩΡΙΣ ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΥΠΗΚΟΟΤΗΤΑ

Με απόφαση του Δ.Σ. της Κ.Ο.Ε. και κατ' εξουσιοδότηση της παραγράφου 2 του άρθρου 2 του Κανονισμού Εγγραφών-Μετεγγραφών καθορίστηκε ο αριθμός των αθλητών χωρίς ελληνική υπηκοότητα (δηλαδή α. Ομογενείς, β. Πολίτες κράτους-μέλους της Ευρωπαϊκής Ένωσης, στους οποίους περιλαμβάνονται και οι Κύπριοι), που επιτρέπεται να χρησιμοποιεί ένα σωματείο σε κάθε αγώνα των διαφόρων κατηγοριών Πρωταθλημάτων και Κυπέλλου Ελλάδας, ως εξής:

Κατηγορία	Ανδρών-Γυναικών (ΟΠΕΝ)	1 αθλητής & 1 αθλήτρια
«	Εφήβων-Νεανίδων	1 « & 1 «
«	Παίδων-Κορασίδων Α	1 « & 1 «
«	Παίδων-Κορασίδων Β	1 « & 1 «

Σε περίπτωση, που Σωματείο δεν έχει εντάξει στην δύναμή του αθλητή-τρια της κατηγορίας Α-Γ, έχει δικαίωμα να χρησιμοποιήσει στην κατηγορία αυτή

αθλητή ή αθλήτρια νεότερης ηλικίας υπό την προϋπόθεση ότι αυτός θα έχει επιτύχει το προβλεπόμενο όριο για τη συμμετοχή του στην κατηγορία Ανδρών-Γυναϊκών.

1.12 ΚΑΤΗΓΟΡΙΕΣ ΑΘΛΗΤΩΝ-ΤΡΙΩΝ ΚΑΛΛΙΤΕΧΝΙΚΗΣ ΚΟΛ/ΣΗΣ 2023

ΚΑΤΗΓΟΡΙΑ	WAQ	ΗΛΙΚΙΑ	ΕΤΟΣ ΓΕΝ.
ΑΝΟΙΚΤΗ	OPEN	12 και άνω	2011 & μεγαλύτερες
(Β) ΚΑΤΗΓΟΡΙΑ ΕΦΗΒΩΝ-ΝΕΑΝΙΔΩΝ (Κ15/19) για κορίτσια & (Κ15/20) για αγόρια	JUNIOR	(Κ)15 έως 19 ετών (Α)15 έως 20 ετών	(Κ) 2004-2005-2006-2007-2008 (Α) 2003-2004-2005-2006-2007-2008
(Γ) ΚΑΤΗΓΟΡΙΑ ΠΑΙΔΩΝ-ΚΟΡΑΣΙΔΩΝ Α' (Κ13/15) για κορίτσια και (Κ13/16) για αγόρια	YOUTH	(Κ)13, 14 & 15 ετών (Α)13, 14,15 & 16 ετών	(Κ)2008-2009-2010 (Α)2007-2008-2009-2010
(Δ) ΚΑΤΗΓΟΡΙΑ ΠΑΙΔΩΝ-ΚΟΡΑΣΙΔΩΝ Β' (Κ10/12)	AGE 12 and under	10,11 & 12 ετών	2011-2012-2013
«Αγωνιστική Τετράδα» (Κ8/9)		8 & 9 ετών	2014-2015

Σημείωση: Οι αθλητές και αθλήτριες που έχουν γεννηθεί το 2015 έχουν δικαίωμα συμμετοχής από 1/1/2023

Η αγωνιστική περίοδος για το έτος 2023 αρχίζει στις 1/11/2022, οι κολυμβήτριες από 1/11/22 θα ανήκουν αγωνιστικά στην επόμενη κατηγορία δηλαδή οι αθλήτριες γεννημένες το 2013 στην κατηγορία Κορασίδων Β', το 2010 στην κατηγορία Κορασίδων Α, κ.ο.κ.

2. ΗΜΕΡΙΔΕΣ ΟΡΙΩΝ – «ΑΣΤΕΡΙΑ»

2.1 ΓΕΝΙΚΕΣ ΔΙΑΤΑΞΕΙΣ

Οι Ημερίδες Ορίων είναι αγώνες για την επίτευξη του ορίου πρόκρισης των αθλητών-τριών για τη συμμετοχή τους στους Χειμερινούς Αγώνες και τα Πανελλήνια Πρωταθλήματα όλων των κατηγοριών.

Στις Ημερίδες Ορίων όλων των κατηγοριών: Παίδων-Κορασίδων Β', Παίδων-Κορασίδων Α', Εφήβων-Νεανίδων και Ανοιχτής Κατηγορίας (ΟΠΕΝ) έχουν δικαίωμα συμμετοχής μόνο εκείνοι οι αθλητές και αθλήτριες που ανήκουν στην εν λόγω ηλικιακή κατηγορία ανεξάρτητα εάν κατέχουν τα Όρια των προηγούμενων κατηγοριών (προηγούμενα «ΑΣΤΕΡΙΑ»).

Οι Ημερίδες Ορίων αποτελούν προϋπόθεση για τη συμμετοχή στους Χειμερινούς Αγώνες και τα Πανελλήνια Πρωταθλήματα όλων των κατηγοριών ως εξής:

- α. Ανοιχτή Κατηγορία (ΟΠΕΝ): 7^ο ΑΣΤΕΡΙΑ

- β. Κατηγορία Εφήβων-Νεανίδων: 6° ΑΣΤΕΡΙ
- γ. Κατηγορία Παίδων-Κορασίδων Α': 5° ΑΣΤΕΡΙ
- δ. Κατηγορία Παίδων-Κορασίδων Β': 4° ΑΣΤΕΡΙ
- ε. Αγωνιστική Τετράδα: 1° & 2° ΑΣΤΕΡΙ

Το Όριο της Ανοιχτής Κατηγορίας (ΟΠΕΝ) – 7° Αστέρι - και της κατηγορίας Εφήβων-Νεανίδων – 6° Αστέρι – έχει ισχύ μόνο για την τρέχουσα αγωνιστική περίοδο στην οποία ανήκει και πρέπει να επαναλαμβάνεται κάθε χρόνο.

Το Όριο της κατηγορίας Παίδων-Κορασίδων Α' – 5° Αστέρι – και της κατηγορίας Παίδων-Κορασίδων Β' – 4° Αστέρι έχουν ισχύ για όσο χρόνο η αθλήτρια ή ο αθλητής παραμένει στην κατηγορία και εφόσον έχει αγωνιστική δράση, έχει δηλαδή αγωνιστεί σε οποιοδήποτε αγώνα της τρέχουσας αγωνιστικής χρονιάς από την έναρξή της έως τη λήξη της όποτε κι αν οριοθετείται αυτή.

Σε περίπτωση που δεν αγωνιστεί για μια ολόκληρη αγωνιστική χρονιά σε καμίας μορφής αγώνα τότε θεωρείται ότι δεν έχει το όριο την επόμενη φορά που θέλει να αγωνιστεί σε Χειμερινούς Αγώνες ή Πανελλήνιο Πρωτάθλημα της συγκεκριμένης κατηγορίας.

Η συμμετοχή στο Όριο της κατηγορίας Παίδων-Κορασίδων Β – 4ο Αστέρι – προϋποθέτει την επίτευξη του 3ου Αστεριού κι αυτό με τη σειρά του του 2ου Αστεριού κι αυτό με τη σειρά του του 1ου Αστεριού.

Σημείωση: Για το έτος 2023 απαιτείται από ΟΛΟΥΣ τους αθλητές-τριες να περάσουν εκ νέου το 4°, 5°, 6° ή 7° Αστέρι λόγω αλλαγής κανονισμών και κατ' επέκταση και των υποχρεωτικών στοιχείων των αστεριών.

2.2 ΗΜΕΡΙΑΔΕΣ

2.2.1 1° – 4° Αστέρι Κατηγορίας Παίδων-Κορασίδων Β' Αθλητές-τριες γεννημένοι 2011,2012,2013,2014,2015

Ημερομηνίες

- 14-15/1/2023 (Αθήνα),
- 21-22/1/2023 (Θεσσαλονίκη/Ηράκλειο),
- 28-29/1/2023 (Γιάννενα/Άργος)

Οι αθλήτριες θα διαγωνιστούν σε 4 αστέρια. Η ημερίδα είναι όριο πρόκρισης για το Χειμερινό και Πανελλήνιο Πρωτάθλημα Κατηγορίας Παίδων-Κορασίδων Β΄

Όρια: 1ο - 3ο Αστέρι 40/100 βαθμοί στις ασκήσεις & επιτυχία (PASS) στα κολυμβητικά στυλ, 4 ο Αστέρι 40/100 βαθμοί στις 4 φιγούρες της κατηγορίας. Τόπος Διεξαγωγής: Αθήνα-Θεσσαλονίκη-Ηράκλειο-Γιάννενα-Άργος

ΣΗΜΕΙΩΣΗ: Η ημερίδα θα επαναληφθεί στις 18-19/2/2023, 4-5/3/2023, 18-19/3/2023, 1-2/4/2023, 8/4/2023 και 9/4/2023 για όσους δεν έπιασαν το όριο, ή για λόγους ασθένειας δε συμμετείχαν.

2.2.2 5° Αστέρι Κατηγορίας Παίδων-Κορασίδων Α΄

Αθλητές-τριες γεννημένοι (Κ)2008, 2009,2010 (Α)2007, 2008, 2009,2010

Ημερομηνίες

- 14-15/1/2023 (Αθήνα),
- 21-22/1/2023 (Θεσσαλονίκη/Ηράκλειο),
- 28-29/1/2023 (Γιάννενα/Άργος)

Οι αθλητές-τριες θα διαγωνιστούν στις 2 φιγούρες (κλήρωση της ενότητας Α,Β,С και κάθε αθλητής-τρια εκτελεί ένα εκ των δυο γκρουπ της ενότητας ανάλογα με την κλήρωσή στη σειρά εκκίνησης) της κατηγορίας (Παίδων-Κορασίδων Α΄).

Η ημερίδα είναι όριο πρόκρισης για το Χειμερινό και Πανελλήνιο Πρωτάθλημα Κατηγορίας Παίδων-Κορασίδων Α΄ (YOUTH).

Όρια: 45/100 βαθμοί στις ασκήσεις.

Τόπος Διεξαγωγής: Αθήνα-Θεσσαλονίκη-Ηράκλειο-Γιάννενα-Άργος

ΣΗΜΕΙΩΣΗ: Η ημερίδα θα επαναληφθεί στις 18-19/2/2023, 1-2/4/2023, 8/4/2023 και 9/4/2023 για όσους δεν έπιασαν το όριο, ή για λόγους ασθένειας δε συμμετείχαν

2.2.3 6° Αστέρι Κατηγορίας Εφήβων-Νεανίδων

Αθλητές-τριες γεννημένοι (Κ)2004, 2005,2006,2007,2008 (Α)2003, 2004, 2005,206,2007,2008

Ημερομηνίες

- 14-15/1/2023 (Αθήνα),
- 21-22/1/2023 (Θεσσαλονίκη/Ηράκλειο),

- 28-29/1/2023 (Γιάννενα/Άργος)

Οι αθλητές-τριες θα διαγωνιστούν σε 4 ασκήσεις (υποχρεωτικά στοιχεία Τεχνικού Ομαδικού) επίπεδο Β.

Η ημερίδα είναι όριο πρόκρισης για το Πανελλήνιο Πρωτάθλημα Κατηγορίας Εφήβων-Νεανίδων (Junior).

Για το έτος 2022-2023 όσοι-ες αθλητές-τριες θέλουν να λάβουν μέρος στο Πανελλήνιο Πρωτάθλημα Εφήβων-Νεανίδων πρέπει να περάσουν το όριο πρόκρισης

6^ο Αστέρι την τρέχουσα χρονιά(2022-2023).

Όρια: 50/100 βαθμοί στις ασκήσεις.

Τόπος Διεξαγωγής: Αθήνα- Θεσσαλονίκη- Ηράκλειο-Γιάννενα-Άργος

ΣΗΜΕΙΩΣΗ: Η ημερίδα θα επαναληφθεί στις 18-19/3/2023, για όσους δεν έπιασαν το όριο, ή για λόγους ασθένειας δε συμμετείχαν.

2.2.4 7^ο Αστέρι Ανοιχτής Κατηγορίας (OPEN 2011 & μεγαλύτερες)

Ημερομηνία

- 14-15/1/2023 (Αθήνα),
- 21-22/1/2023 (Θεσσαλονίκη/Ηράκλειο),
- 28-29/1/2023 (Γιάννενα/Άργος)

Οι αθλητές-τριες θα διαγωνιστούν σε 4 ασκήσεις (υποχρεωτικά στοιχεία Τεχνικού Ομαδικού) επίπεδο Α. Η ημερίδα είναι όριο πρόκρισης για το Πανελλήνιο Πρωτάθλημα Ανοιχτής Κατηγορίας (OPEN) και πρέπει να επαναλαμβάνεται κάθε χρόνο.

Όρια: 50/100 βαθμοί στις ασκήσεις

Τόπος Διεξαγωγής: Αθήνα- Θεσσαλονίκη- Ηράκλειο-Γιάννενα-Άργος

ΣΗΜΕΙΩΣΗ: Η ημερίδα θα επαναληφθεί στις 18-19/3/2023 για όσους δεν έπιασαν το όριο, ή για λόγους ασθένειας δε συμμετείχαν.

ΣΗΜΕΙΩΣΗ: Οι αθλητές-τριες για τις κατηγορίες Παίδων-Κορασίδων Β' και Παίδων-Κορασίδων Α' έχουν δικαίωμα να διατηρήσουν το όριο πρόκρισης (αστέρι) για τη συμμετοχή τους στους Χειμερινούς Αγώνες και τα Πανελλήνια Πρωταθλήματα της κατηγορίας τους εφόσον αγωνίζονται ανελλιπώς κάθε χρόνο στη συγκεκριμένη κατηγορία. Σε περίπτωση που για οποιονδήποτε λόγο απέχουν μια χρονιά από την αγωνιστική δράση τότε την επόμενη χρονιά πρέπει να επαναλάβουν το όριο πρόκρισης προκειμένου να αγωνιστούν στην αντίστοιχη κατηγορία.

Σημείωση: Για το έτος 2023 απαιτείται από ΟΛΟΥΣ τους αθλητές-τριες να περάσουν εκ νέου το 4^ο, 5^ο, 6^ο ή 7^ο Αστέρι λόγω αλλαγής κανονισμών και κατ' επέκταση και των υποχρεωτικών στοιχείων των αστεριών.

3. ΧΕΙΜΕΡΙΝΟΙ ΑΓΩΝΕΣ

3.1 ΓΕΝΙΚΕΣ ΔΙΑΤΑΞΕΙΣ

α. Κατηγορίες – Αγώνισματα

Οι Χειμερινοί Αγώνες διεξάγονται για όλες τις ηλικιακές κατηγορίες ΟΠΕΝ, Εφήβων-Νεανίδων, Παίδων-Κορασίδων Α και Παίδων-Κορασίδων Β, ενώ περιλαμβάνουν μόνο Τεχνικό Ντουέτο, Τεχνικό Μικτό Ντουέτο και Τεχνικό Ομαδικό για τις κατηγορίες ΟΠΕΝ και Εφήβων-Νεανίδων και Φιγούρες, Ντουέτο, Μικτό Ντουέτο και Ομαδικό για τις κατηγορίες Παίδων-Κορασίδων Α' και Παίδων-Κορασίδων Β'.

β. Βαθμολογία

Στους Χειμερινούς Αγώνες δεν θα βαθμολογηθούν οι Σύλλογοι.

3) Τεχνική Ποινή

Οι ποινές για τα προγράμματα όλων των κατηγοριών θα δοθούν βάσει του Κανονισμού της WAQ

γ. Έπαθλα

- Δίπλωμα και μετάλλιο για την πρώτη, δεύτερη και τρίτη θέση όλων των αγωνισμάτων
- Στο ομαδικό δίπλωμα και μετάλλιο θα δίδεται στις αναπληρωματικές αθλήτριες για την πρώτη, δεύτερη και τρίτη θέση μόνο εφ' όσον το σωματείο έχει αγωνιστεί με 8 αθλητές-τριες.

δ. Συμμετοχή

Δικαίωμα συμμετοχής έχουν οι αθλήτριες και οι αθλητές που ανήκουν στην αντίστοιχη ηλικιακή κατηγορία και έχουν περάσει το όριο της κατηγορίας αυτής. Οι αθλητές μπορούν να λάβουν μέρος στο αγώνισμα των φιγούρων, του Μικτού Ντουέτο και του Ομαδικού (μέγιστος αριθμός αγοριών έως δύο (2)). Στο αγώνισμα των φιγούρων οι Σύλλογοι μπορούν να δηλώσουν απεριόριστο αριθμό αθλητών-τριών.

3.2 ΧΕΙΜΕΡΙΝΟΙ ΑΓΩΝΕΣ ΑΝΟΙΧΤΗΣ ΚΑΤΗΓΟΡΙΑΣ - ΟΠΕΝ

Αθλητές-τριες γεννημένοι 2011 και νεώτεροι.

18/2/2023

3.2.1 ΓΕΝΙΚΕΣ ΔΙΑΤΑΞΕΙΣ

Η διοργάνωση θα γίνει στην Αθήνα με συμμετοχή όλων των συλλόγων.

- α. Οι Χειμερινοί Αγώνες περιλαμβάνουν Τεχνικό Πρόγραμμα(100%) (ΝΤΟΥΕΤΟ//ΜΙΚΤΟ ΝΤΟΥΕΤΟ//ΟΜΑΔΙΚΟ)
- β. Οι σύλλογοι μπορούν να συμμετέχουν με 3 Ντουέτο, 3 Μικτά Ντουέτο & 2 Ομαδικά.
- γ. Δικαίωμα συμμετοχής έχουν αθλήτριες ηλικίας 12 ετών και άνω και εφόσον έχουν περάσει το όριο του 7ου αστεριού.

Η διοργάνωση περιλαμβάνει:

α. ΤΕΧΝΙΚΟ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ 100%

Χρονικό όριο:

Ντουέτο 2.20'±5''(deck 10'') (walk-on 20'')

Μικτό Ντουέτο 2.20'±5''(deck 10'') (walk-on 30'')

Ομαδικό 2.50'±5''(deck 10'') (walk-on 30'')

Πρόθεση συμμετοχής μέχρι 17/1/2023

Τελικές Δηλώσεις συμμετοχής μέχρι 3/2/2023

3.3 ΧΕΙΜΕΡΙΝΟΙ ΑΓΩΝΕΣ ΕΦΗΒΩΝ-ΝΕΑΝΙΑΩΝ

Αθλητές-τριες γεννημένοι (Κ)2004, 2005, 2006, 2007, 2008

(Α) 2003, 2004, 2005, 2006, 2007, 2008

19/2/2023

3.3.1 ΓΕΝΙΚΕΣ ΔΙΑΤΑΞΕΙΣ

Η διοργάνωση θα γίνει στην Αθήνα με συμμετοχή όλων των συλλόγων.

- δ. Οι Χειμερινοί Αγώνες περιλαμβάνουν Τεχνικό Πρόγραμμα(100%) (ΝΤΟΥΕΤΟ//ΜΙΚΤΟ ΝΤΟΥΕΤΟ//ΟΜΑΔΙΚΟ)
- ε. Οι σύλλογοι μπορούν να συμμετέχουν με 3 Ντουέτο, 3 Μικτά Ντουέτο & 2 Ομαδικά.

στ. Δικαίωμα συμμετοχής έχουν αθλήτριες ηλικίας 12 ετών και άνω και εφόσον έχουν περάσει το όριο του βου αστεριού.

Η διοργάνωση περιλαμβάνει:

β. ΤΕΧΝΙΚΟ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ 100%

Χρονικό όριο:

Ντουέτο 2.20'±5''(deck 10'') (walk-on 20'')

Μικτό Ντουέτο 2.20'±5''(deck 10'') (walk-on 30'')

Ομαδικό 2.50'±5''(deck 10'') (walk-on 30'')

Πρόθεση συμμετοχής μέχρι 17/1/2023

Τελικές Δηλώσεις συμμετοχής μέχρι 3/2/2023

3.4 ΧΕΙΜΕΡΙΝΟΙ ΑΓΩΝΕΣ ΠΑΙΔΩΝ-ΚΟΡΑΣΙΔΩΝ Α'

Αθλητές-τριες γεννημένοι (Κ)2008, 2009,2010

(Α)2007, 2008, 2009,2010

11-12/3/2023

3.4.1 ΓΕΝΙΚΕΣ ΔΙΑΤΑΞΕΙΣ

Η διοργάνωση θα γίνει στην Αθήνα με συμμετοχή όλων των συλλόγων.

ζ. Οι Χειμερινοί Αγώνες περιλαμβάνουν Φιγούρες (100%) + Ελεύθερο Πρόγραμμα (100%) = 200%

η. Οι σύλλογοι μπορούν να συμμετέχουν με 3 Ντουέτο, 3 Μικτά Ντουέτο & 2 Ομαδικά.

θ. Δικαίωμα συμμετοχής έχουν αθλήτριες ηλικίας 13 έως και 15 ετών και αθλητές 13 έως και 16 ετών και εφόσον έχουν περάσει το όριο του 5ου αστεριού.

Η διοργάνωση περιλαμβάνει:

γ. ΦΙΓΟΥΡΕΣ 13-14-15 ΕΤΩΝ 100%

Περιλαμβάνει 2 φιγούρες (κλήρωση της ενότητας Α,Β,С και κάθε αθλητής-τρια εκτελεί ένα εκ των δυο γκρουπ της ενότητας ανάλογα με την κλήρωσή της στη σειρά εκκίνησης) από τις ενότητες φιγούρων (2022-2025) WAQ 13-14-15 Figure Group.

δ. ΕΛΕΥΘΕΡΟ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ 100%

Χρονικό όριο:	
Ντουέτο	2.30'±5''(deck 10'') (walk-on 20'')
Μικτό Ντουέτο	2.30'±5''(deck 10'') (walk-on 30'')
Ομαδικό	3.00'±5''(deck 10'') (walk-on 30'')

Πρόθεση συμμετοχής μέχρι 24/2/2023

Τελικές Δηλώσεις συμμετοχής μέχρι 10/2/2023

3.4.2 ΦΙΓΟΥΡΕΣ ΧΕΙΜΕΡΙΝΩΝ ΑΓΩΝΩΝ ΠΑΙΔΩΝ-ΚΟΡΑΣΙΔΩΝ Α'

ΕΝΟΤΗΤΑ Α

ΓΚΡΟΥΠ 1 B.Δ.

140g Flamingo Bent Knee, Twist Spin 2.9

437 Cyclone, Open 180o 2.6

ΓΚΡΟΥΠ 2

308h Barracuda Airborne Split Spin Up 180o 2.9

407 Swordfish Straight Leg Ariana Rotation 2.6

ΕΝΟΤΗΤΑ Β

ΓΚΡΟΥΠ 3 B.Δ.

356f Whip Continuous Spin 720o 3.0

441 Saturn 2.5

ΓΚΡΟΥΠ 4

352 Venus 3.0

240i Albatross Spin Up 360o 2.5

ΕΝΟΤΗΤΑ C

ΓΚΡΟΥΠ 5 B.Δ.

144 Rio Straight Leg 3.1

421 Walkover Back Closing 360o 2.4

ΓΚΡΟΥΠ 6

440d Ipanema Spinning 180o 3.1

311j Kip Combined Spin 2.4

3.5 ΧΕΙΜΕΡΙΝΟΙ ΑΓΩΝΕΣ ΠΑΙΔΩΝ-ΚΟΡΑΣΙΔΩΝ Β'

Αθλητές-τριες γεννημένοι 2011,2012,2013,2014,2015

1-2/4/2023

3.5.1 ΓΕΝΙΚΕΣ ΔΙΑΤΑΞΕΙΣ

Η διοργάνωση θα γίνει στην Αθήνα με συμμετοχή όλων των συλλόγων.

- α. Οι Χειμερινοί Αγώνες περιλαμβάνουν Φιγούρες (100%) + Ελεύθερο Πρόγραμμα (100%)=200%
- β. Οι σύλλογοι μπορούν να συμμετέχουν με 3 Ντουέτο, 3 Μικτά Ντουέτο & 2 Ομαδικά.
- γ. Δικαίωμα συμμετοχής έχουν αθλητές-τριες ηλικίας 10,11 & 12 ετών, εφόσον έχουν περάσει το όριο του 1ου, 2ου, 3ου, & 4ου αστεριού.

Η διοργάνωση περιλαμβάνει:

α. ΦΙΓΟΥΡΕΣ 12 & κάτω 100%

Περιλαμβάνει 2 υποχρεωτικές φιγούρες και κλήρωση ενός από τα 3 παρακάτω groups (2022-2025) WAQ Figure Group 12 χρονών και κάτω, που περιλαμβάνει 2 φιγούρες.

β. ΕΛΕΥΘΕΡΟ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ 100%

Χρονικό όριο:

Ντουέτο 2.30'±5''(deck 10'') (walk-on 20'')

Μικτό Ντουέτο 2.30'±5''(deck 10'') (walk-on 30'')

Ομαδικό 3.00'±5'' (deck 10'') (walk-on 30'')

Πρόθεση συμμετοχής μέχρι 1/3/2023

Δηλώσεις συμμετοχής μέχρι 17/3/2023

3.5.2 ΦΙΓΟΥΡΕΣ ΧΕΙΜΕΡΙΝΩΝ ΑΓΩΝΩΝ ΠΑΙΔΩΝ-ΚΟΡΑΣΙΔΩΝ Β

ΥΠΟΧΡΕΩΤΙΚΕΣ

1. 106 Straight Ballet Leg

2. 301 Barracuda

B.Δ.

1.6

1.8

ΚΛΗΡΩΤΕΣ

ΓΚΡΟΥΠ 1

3. 359 Front Ariana

B.Δ.

2.2

4. 348 Tower 1.9

ΓΚΡΟΥΠ 2

3. 363 Water Drop 1.8

4. 401 Swordfish 2.1

ΓΚΡΟΥΠ 3

3. 311 Kip 1.6

4. 227d Swanita Spinning 180o 1.9

3.6 «Αγωνιστικό Παραμύθι»

(2014 – 2015)

2/4/2023

Διοργάνωση για παιδιά(αθλητές & αθλήτριες) ηλικίας 8-9 ετών με τη μορφή θεματικής παράστασης που θα περιλαμβάνει κοστούμια, σκηνικά και διάφορα αξεσουάρ, ενώ θα περιλαμβάνει και βαθμολόγηση από κριτές. Η εν λόγω διοργάνωση υλοποιείται με τη μορφή δια δραστικού παραμυθιού

ΤΙΤΛΟΣ: «Αν ΟΛΑ τα παιδιά της γης...»

- α. Δικαίωμα συμμετοχής αθλήτριες-ες ηλικίας 8-9 ετών εφόσον έχουν περάσει το όριο του 2ου Αστεριού
- β. Διάρκεια χορογραφίας 1'-1:30"±5'' (από 2 έως 10 αθλητές-τριες)
- γ. Επιτρέπεται η χρήση αξεσουάρ
- δ. Επιτρέπεται η χρήση θεατρικού μακιγιάζ
- ε. Χρήση κριτών ντυμένων με κοστούμια θεατρικά
- στ. Χρήση αφηγητή
- ζ. Ημερομηνία διεξαγωγής: μετά τη λήξη των Χειμερινών Αγώνων Κορασίδων Β 2023
- η. Μια αθλήτρια της Εθνικής Ομάδας θα απονείμει αναμνηστικά στις μικρές αθλήτριες
- θ. Πρόθεση συμμετοχής μέχρι 1/2/2023 (αριθμητική συμμετοχή, αξεσουάρ, θέμα)
- ι. Δηλώσεις συμμετοχής μέχρι 17/3/2023

4. ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΑ ΠΡΩΤΑΘΛΗΜΑΤΑ

4.1 ΓΕΝΙΚΕΣ ΔΙΑΤΑΞΕΙΣ

α. Βαθμολογία

Η βαθμολογία για τα Πανελλήνια Πρωταθλήματα ορίζεται ως εξής:

Θέση	Σόλο (Α/Γ)	Ντουέτο (Γ)	Μικτό Ντουέτο (Μ)	Ομαδικό (Μ)	Combo (Μ)	Acro (Μ)
1η	12	18	18	24	24	24
2η	11	17	17	22	22	22
3η	10	16	16	20	20	20
4η	9	15	15	18	18	18
5η	8	14	14	16	16	16
6η	7	13	13	14	14	14
7η	6	12	12	12	12	12
8η	5	11	11	10	10	10
9η	4	10	10	8	8	8
10η	3	9	9	6	6	6
11η	2	8	8	4	4	4
12η	1	7	7	2	2	2

Σημείωση: Τα Τεχνικά & Ελεύθερα προγράμματα σε ένα αγώνισμα αποτελούν ανεξάρτητα αγωνίσματα για τις Κατηγορίες Εφήβων-Νεανίδων και Οπεν και έχουν ξεχωριστή βαθμολογία για τα σωματεία.

β. Τεχνική Ποινή

Οι ποινές για τα προγράμματα όλων των κατηγοριών θα δοθούν βάσει του Κανονισμού της WAQ (βλέπε Παράρτημα).

γ. Έπαθλα

- Κύπελλο, Μετάλλιο και Δίπλωμα για τις πρώτες νικήτριες όλων των αγωνισμάτων μόνο στην Ανοικτή Κατηγορία, Μετάλλιο και Δίπλωμα για τις πρώτες νικήτριες όλων των αγωνισμάτων στις υπόλοιπες κατηγορίες.
- Μετάλλιο και Δίπλωμα για τις δεύτερες και τρίτες νικήτριες όλων των

- αγωνισμάτων για όλες τις κατηγορίες.
- Κύπελλο στο Σύλλογο που συγκεντρώνει τους περισσότερους βαθμούς στη Βαθμολογία για κάθε Πρωτάθλημα Κατηγοριών και Ανοικτής Κατηγορίας.
- Μετάλλιο και Δίπλωμα για τις αναπληρωματικές για την πρώτη, δεύτερη και Τρίτη θέση για το ομαδικό, εφόσον πληρεί τις προϋποθέσεις (βλ. Παράγραφο 6 ε).

δ. Συμμετοχή

Δικαίωμα συμμετοχής έχουν οι αθλήτριες και οι αθλητές που ανήκουν στην αντίστοιχη ηλικιακή κατηγορία και έχουν περάσει το όριο της κατηγορίας αυτής. Οι αθλητές μπορούν να λάβουν μέρος στο αγώνισμα των φιγούρων, του Σόλο, του Μικτού Ντουέτο, του Ομαδικού, του Free Combination και του Acrobatic Routine. Στο αγώνισμα των φιγούρων οι Σύλλογοι μπορούν να δηλώσουν απεριόριστο αριθμό αθλητών-τριών.

Σημείωση: Σύμφωνα με τους κανονισμούς της FINA στους χρονικούς περιορισμούς των προγραμμάτων (Τεχνικό & Ελεύθερο) προστίθεται ο χρόνος εισόδου που είναι 20'' ή 30'' ανάλογα με το αγώνισμα και ξεκινά με το πέρασμα του πρώτου αθλητή-τριας από το σημείο εισόδου και τελειώνει όταν ο τελευταίος αθλητής-τρια ακινητοποιηθεί πάνω στην πλατφόρμα.

4.2 ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΟ ΠΡΩΤΑΘΛΗΜΑ ΕΦΗΒΩΝ-ΝΕΑΝΙΔΩΝ

((Κ)2004, 2005, 2006, 2007, 2008 & (Α) 2003, 2004, 2005, 2006, 2007, 2008)

21-23/04/2023

4.2.1 ΓΕΝΙΚΕΣ ΔΙΑΤΑΞΕΙΣ

- α. Συμμετέχουν αθλήτριες 15 έως και 19 ετών και αθλητές 15 έως και 20 ετών, εφόσον έχουν περάσει το 6ο Αστέρι κατά τη διάρκεια της τρέχουσας αγωνιστικής περιόδου 2022-2023.
- β. Κάθε Σύλλογος μπορεί να συμμετάσχει με 3 Σόλο(Τεχνικό/Ελεύθερο), 3 Σόλο Ανδρών(Τεχνικό/Ελεύθερο), 3 Ντουέτο(Τεχνικό/Ελεύθερο), 3 Μικτά Ντουέτο(Τεχνικό/Ελεύθερο), 2 Ομαδικά (Τεχνικό/Ελεύθερο), 2 Acrobatics
- γ. Υπολογίζονται 2 Σόλο(Τεχνικό/Ελεύθερο), 2 Σόλο Εφήβων(Τεχνικό/Ελεύθερο), 2 Ντουέτο(Τεχνικό/Ελεύθερο), 2 Μικτά Ντουέτο(Τεχνικό/Ελεύθερο), 1 Ομαδικό (Τεχνικό/Ελεύθερο), 1 Acrobatic στη Γενική Βαθμολογία. Τα Τεχνικά & Ελεύθερα προγράμματα σε ένα αγώνισμα αποτελούν ανεξάρτητα αγωνίσματα και θα βαθμολογούνται ξεχωριστά με ανεξάρτητη κατάταξη πχ. Τελικός Σόλο Τεχνικό & Τελικός Σόλο Ελεύθερο θα έχει διαφορετική βαθμολογία ως αυτόνομο αγώνισμα καθένα από αυτά.
- δ. Τα στοιχεία του τεχνικού προγράμματος καθορίζονται από τη WAQ και συμπεριλαμβάνονται στο παράρτημα

Η διοργάνωση περιλαμβάνει:

α. ΤΕΧΝΙΚΟ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ 100%

Χρονικό όριο

Σόλο 2.00'±5''(deck 10'')

Ντουέτο 2.20'±5''(deck 10'')

Μικτό Ντουέτο 2.20'±5''(deck 10'')

Ομαδικό 2.50'±5''(deck 10'')

β. ΕΛΕΥΘΕΡΟ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ 100%

Χρονικό όριο

Σόλο 2.15'±5''(deck 10'')

Ντουέτο	2.45'±5''(deck 10'')
Μικτό Ντουέτο	2.45'±5''(deck 10'')
Ομαδικό	3.30'±5''(deck 10'')
Acrobatics	3.00'±5''(deck 10'')

Προκαταρκτική Δήλωση: 20/03/2023

Τελική Δήλωση Συμμετοχής μέχρι 06/04/2023

4.3 ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΟ ΠΡΩΤΑΘΛΗΜΑ ΑΝΟΙΚΤΗΣ ΚΑΤΗΓΟΡΙΑΣ

(2011 & μεγαλύτερες)

05-07/05/2023

4.3.1 ΓΕΝΙΚΕΣ ΔΙΑΤΑΞΕΙΣ

- α. Ανοιχτή Κατηγορία
- β. Κάθε Σύλλογος μπορεί να συμμετάσχει με 3 Σόλο(Τεχνικό/Ελεύθερο), 3 Σόλο Ανδρών(Τεχνικό/Ελεύθερο), 3 Ντουέτο(Τεχνικό/Ελεύθερο), 3 Μικτά Ντουέτο(Τεχνικό/Ελεύθερο), 2 Ομαδικά (Τεχνικό/Ελεύθερο), 2 Acrobatics
- γ. Μόνο αθλήτριες και αθλητές 12 ετών και άνω επιτρέπεται να διαγωνισθούν στην κατηγορία OPEN, εφόσον έχουν περάσει το 7ο Αστέρι κατά τη διάρκεια της τρέχουσας αγωνιστικής περιόδου 2022-2023.
- δ. Τα στοιχεία του τεχνικού προγράμματος καθορίζονται από τη WAQ και συμπεριλαμβάνονται στο παράρτημα
- ε. Υπολογίζονται 2 Σόλο(Τεχνικό/Ελεύθερο), 2 Σόλο Ανδρών(Τεχνικό/Ελεύθερο), 2 Ντουέτο(Τεχνικό/Ελεύθερο), 2 Μικτά Ντουέτο(Τεχνικό/Ελεύθερο), 1 Ομαδικό (Τεχνικό/Ελεύθερο), 1 Acrobatic στη Γενική Βαθμολογία. Τα Τεχνικά & Ελεύθερα προγράμματα σε ένα αγώνισμα αποτελούν ανεξάρτητα αγωνίσματα και θα βαθμολογούνται ξεχωριστά με ανεξάρτητη κατάταξη πχ. Τελικός Σόλο Τεχνικό & Τελικός Σόλο Ελεύθερο θα έχει διαφορετική βαθμολογία ως αυτόνομο αγώνισμα καθένα από αυτά.

Η διοργάνωση περιλαμβάνει:

- α. ΤΕΧΝΙΚΟ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ 100%
Χρονικό όριο

Σόλο	2.00'±5''(deck 10'')
Ντουέτο	2.20'±5''(deck 10'')
Μικτό Ντουέτο	2.20'±5''(deck 10'')
Ομαδικό	2.50'±5''(deck 10'')

β. ΕΛΕΥΘΕΡΟ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ 100%

Χρονικό όριο

Σόλο	2.15'±5''(deck 10'')
Ντουέτο	2.45'±5''(deck 10'')
Μικτό Ντουέτο	2.45'±5''(deck 10'')
Ομαδικό	3.30'±5''(deck 10'')
Acrobatics	3.00'±5''(deck 10'')

Προκαταρκτική Δήλωση: 04/04/2023

Τελική Δήλωση Συμμετοχής μέχρι 20/04/2023

4.4 ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΟ ΠΡΩΤΑΘΛΗΜΑ ΚΑΤΗΓΟΡΙΑΣ ΠΑΙΔΩΝ-ΚΟΡΑΣΙΔΩΝ Α'

02-04/06/2023

4.4.1 ΓΕΝΙΚΕΣ ΔΙΑΤΑΞΕΙΣ

- α. Συμμετέχουν αθλήτριες 13,14 και 15 ετών και αθλητές 13,14,15 και 16 ετών , εφόσον έχουν περάσει το 5ο Αστέρι
- β. Κάθε Σύλλογος μπορεί να συμμετάσχει με 3 Σόλο, 3 Σόλο Παιδων, 3 Ντουέτο, 3 Μικτά Ντουέτο, 2 Ομαδικά, 2 Free Combination
- γ. Υπολογίζονται 2 Σόλο, 2 Σόλο Παιδων, 2 Ντουέτο, 2 Μικτά Ντουέτο, 1 Ομαδικό, 1 Free Combination στην Γενική Βαθμολογία

Η διοργάνωση περιλαμβάνει:

Φιγούρες (100%) + Ελεύθερο Πρόγραμμα (100%) = 200%

- α. ΦΙΓΟΥΡΕΣ 13-14-15 ΕΤΩΝ 100% (WAQ 2022-2025)
- β. Περιλαμβάνει 2 φιγούρες (κλήρωση της ενότητας Α,Β,С και κάθε αθλητής-τρια εκτελεί ένα εκ των δυο γκρουπ της ενότητας ανάλογα με την κλήρωσή της στη σειρά εκκίνησης) από τις ενότητες φιγούρων (2022-2025) WAQ 13-14-15 Figure Group.
- γ. ΕΛΕΥΘΕΡΟ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ 100%

Χρονικό όριο

Σόλο	2.00'±5''(deck 10'')
Σόλο Παιδων	2.00'±5''(deck 10'')

Ντουέτο	2.30'±5''(deck 10'')
Μικτό Ντουέτο	2.30'±5''(deck 10'')
Ομαδικό	3.00'±5''(deck 10'')
Free Combination	3.00'±5''(deck 10'')
Προκαταρκτική Δήλωση: 01/05/2023	
Τελική Δήλωση Συμμετοχής μέχρι 19/05/2023	

4.4.2 ΦΙΓΟΥΡΕΣ ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΟΥ ΠΑΙΔΩΝ-ΚΟΡΑΣΙΔΩΝ Α' (Σύμφωνα με WAQ YOUTH FIGURE GROUPS 2022-2025)

ΕΝΟΤΗΤΑ Α

ΓΚΡΟΥΠ 1 **B.Δ.**

140g Flamingo Bent Knee, Twist Spin 2.9

437 Cyclone, Open 180o 2.6

ΓΚΡΟΥΠ 2

308h Barracuda Airborne Split Spin Up 180o 2.9

407 Swordfish Straight Leg Ariana Rotation 2.6

ΕΝΟΤΗΤΑ Β

ΓΚΡΟΥΠ 3 **B.Δ.**

356f Whip Continuous Spin 720o 3.0

441 Saturn 2.5

ΓΚΡΟΥΠ 4

352 Venus 3.0

240i Albatross Spin Up 360o 2.5

ΕΝΟΤΗΤΑ Γ

ΓΚΡΟΥΠ 5 **B.Δ.**

144 Rio Straight Leg 3.1

421 Walkover Back Closing 360o 2.4

ΓΚΡΟΥΠ 6

440d Ipanema Spinning 180o 3.1

311j Kip Combined Spin 2.4

4.5 ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΟ ΠΡΩΤΑΘΛΗΜΑ ΚΑΤΗΓΟΡΙΑΣ ΠΑΙΔΩΝ-ΚΟΡΑΣΙΔΩΝ Β'

07-09/07/2023

4.5.1 ΓΕΝΙΚΕΣ ΔΙΑΤΑΞΕΙΣ

- α. Συμμετέχουν αθλήτριες και αθλητές 10,11 & 12 ετών, εφόσον έχουν περάσει το 1ο, 2ο, 3ο, & 4ο Αστέρι
- δ. Κάθε Σύλλογος μπορεί να συμμετάσχει με 3 Σόλο, 3 Σόλο Παιδών, 3 Ντουέτο, 3 Μικτά Ντουέτο, 2 Ομαδικά, 2 Free Combination
- ε. Υπολογίζονται 2 Σόλο, 2 Σόλο Παιδών, 2 Ντουέτο, 2 Μικτά Ντουέτο, 1 Ομαδικό, 1 Free Combination στην Γενική Βαθμολογία

Η διοργάνωση περιλαμβάνει:

- α. ΦΙΓΟΥΡΕΣ κατηγορίας 12 & μικρότερες 100% (WAQ 2022-2025)
Περιλαμβάνει 2 υποχρεωτικές φιγούρες και κλήρωση ενός από τα 3 παρακάτω groups (2022-2025) WAQ 12 και κάτω Figure group, που περιλαμβάνει 2 φιγούρες.

- β. ΕΛΕΥΘΕΡΟ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ 100%

Χρονικό όριο

Σόλο 2.00'±5''(deck 10'')

Σόλο Παιδών 2.00'±5''(deck 10'')

Ντουέτο 2.30'±5''(deck 10'')

Μικτό Ντουέτο 2.30'±5''(deck 10'')

Ομαδικό 3.00'±5''(deck 10'')

Free Combination 3.00'±5''(deck 10'')

Προκαταρκτική Δήλωση: 06/06/2023 Τελική Δήλωση Συμμετοχής μέχρι 23/06/2023

4.5.2 ΦΙΓΟΥΡΕΣ ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΟΥ ΠΡΩΤ/ΤΟΣ ΠΑΙΔΩΝ-ΚΟΡΑΣΙΔΩΝ Β'

(AGE GROUP 12 ΕΤΩΝ ΚΑΙ ΚΑΤΩ WAQ 2022-2025)

- α. **ΥΠΟΧΡΕΩΤΙΚΕΣ** **B.Δ.**
 - 1. 106 Straight Ballet Leg 1.6
 - 2. 301 Barracuda 1.8

β. ΚΛΗΡΩΤΕΣ	Β.Δ.
ΓΚΡΟΥΠ 1	
3. 359 Front Ariana	2.2
4. 348 Tower	1.9
ΓΚΡΟΥΠ 2	
3. 363 Water Drop	1.8
4. 401 Swordfish	2.1
ΓΚΡΟΥΠ 3	
3. 311 Kip	1.6
4. 227d Swanita Spinning 180o	1.9

4.6 «ΑΓΩΝΙΣΤΙΚΗ ΤΕΤΡΑΔΑ» 8-9 ΕΤΩΝ (2014-2015) 09/7/2022

4.6.1 ΓΕΝΙΚΕΣ ΔΙΑΤΑΞΕΙΣ

- α. Συμμετέχουν αθλήτριες και αθλητές 8 & 9 ετών, εφόσον έχουν περάσει το 1^ο & 2^ο Αστέρι
- β. Κάθε Σύλλογος μπορεί να συμμετάσχει με 4 «ΤΕΤΡΑΔΕΣ»
- γ. Σε μια «ΤΕΤΡΑΔΑ» μπορούν να συμμετέχουν 3-4 αθλήτριες που θα εκτελούν μια ελεύθερη χορογραφία 60’’ ± 5’’ (deck 10’’).
- δ. Όλες οι αθλήτριες θα παίρνουν αναμνηστικό συμμετοχής.

Προκαταρκτική Δήλωση: 06/06/2023 Τελική Δήλωση Συμμετοχής μέχρι
23/06/2023

5. HELLAS MASTER

7/05/2023

5.1 ΕΙΣΑΓΩΓΗ

Πρώην αθλητές/-τριες Καλλιτεχνικής Κολύμβησης, αλλά και κάθε άνθρωπος ηλικίας είκοσι πέντε (25) ετών και άνω μπορεί να συμμετέχει στους Masters, χωρίς να υπάρχει ανώτατο όριο ηλικίας ή άλλοι περιορισμοί σχετικοί με το επίπεδο της φυσικής του κατάστασης.

5.2 ΓΕΝΙΚΕΣ ΔΙΑΤΑΞΕΙΣ

Ισχύουν όλες οι γενικές διατάξεις της παρούσας προκήρυξης Καλλιτεχνικής Κολύμβησης.

Αθλητής/-τρια που αγωνίστηκε σε οποιαδήποτε αγωνιστική διοργάνωση Καλλιτεχνικής Κολύμβησης Βετεράνων (Masters), δεν έχει δικαίωμα συμμετοχής σε αγώνες που αφορούν τις λοιπές αγωνιστικές και προ αγωνιστικές κατηγορίες (K8/9, K10/12, K13/15, K15/18 και OPEN).

Ισχύουν τα αναφερόμενα της Προκήρυξης αναφορικά με:

- α. Δελτία αθλητών/-τριων
- β. Κανονισμοί
- γ. Αρχοντες αγώνων
- δ. Εκπρόσωποι συλλόγων
- ε. Ενστάσεις
- στ. Δήλωση προπονητής – αθλητικής αναγνώρισης

5.3 ΔΗΛΩΣΕΙΣ ΣΥΜΜΕΤΟΧΗΣ

- α. Οι δηλώσεις συμμετοχής για όλους τους αγώνες πρέπει να υποβάλλονται γραπτά σε ειδικό έντυπο, που διατίθεται από την Κ.Ο.Ε. υπογεγραμμένες από τον αρμόδιο Έφορο Καλλιτεχνικής Κολύμβησης του Συλλόγου ή άλλο πρόσωπο γραπτά εξουσιοδοτημένο από τον Σύλλογο.
- β. Είναι αποδεκτές δηλώσεις συμμετοχής ηλεκτρονικά με ευθύνη των Συλλόγων προς την ΚΟΕ.
- γ. Αθλητής/-τρια που δηλώνεται για να συμμετάσχει σε αγώνα, θα πρέπει απαραίτητα κατά την ημερομηνία κατάθεσης της δήλωσης να έχει κάρτες υγείας και διαπίστευσης Κ.Ο.Ε. σε ισχύ, διαφορετικά δεν θα γίνεται δεκτή η συμμετοχή του. Σε περίπτωση δήλωσης με ελλιπή ή ανακριβή στοιχεία το Δ.Σ. της Κ.Ο.Ε. μπορεί να αποκλείσει τον ή τους αθλητές, τους οποίους αφορούν τα

ελλιπή ή ανακριβή στοιχεία και τον Σύλλογο που τα δήλωσε ανάλογα με την έκταση των ελλείψεων ή των ανακριβειών.

5.4 ΚΑΤΗΓΟΡΙΕΣ ΑΘΛΗΤΩΝ/-ΤΡΙΩΝ

Οι κατηγορίες-ηλικίες είναι για τα ατομικά αγωνίσματα σε άνδρες και γυναίκες

- ΚΑΤΗΓΟΡΙΑ 25-29. 1997-1993
- ΚΑΤΗΓΟΡΙΑ 30-34 1992-1988
- ΚΑΤΗΓΟΡΙΑ 35-39 1987-1983
- ΚΑΤΗΓΟΡΙΑ 40-44 1982-1978
- ΚΑΤΗΓΟΡΙΑ 45-49 1977-1973
- ΚΑΤΗΓΟΡΙΑ 50-54 1972-1968
- ΚΑΤΗΓΟΡΙΑ 55-59 1967-1963
- ΚΑΤΗΓΟΡΙΑ 60-64 1962-1958
- ΚΑΤΗΓΟΡΙΑ 65-69 1957-1953
- ΚΑΤΗΓΟΡΙΑ 70-74 1952-1948
- ΚΑΤΗΓΟΡΙΑ 75-79 1947-1943
- ΚΑΤΗΓΟΡΙΑ 80-84 1942-1938
- ΚΑΤΗΓΟΡΙΑ 85-89 1937-1933
- ΚΑΤΗΓΟΡΙΑ 90-94 1932-1928

5.5 ΕΛΕΓΧΟΣ ΝΤΟΠΙΝΓΚ

- α. Ο Έλεγχος ντόπινγκ σε αθλητές διενεργείται κατά τη διάρκεια αγώνων και εκτός αγώνων, βάσει προγράμματος ελέγχων που καταρτίζει το Ε.Ο.ΚΑ.Ν., λαμβανομένων υπόψη από αυτό των ορίων δικαιοδοσίας για κάθε εκδήλωση, όπου διεξάγονται οι οριζόμενοι στον κώδικα WADA, έλεγχοι.
- β. Κατά τη διάρκεια των αγώνων η εντολή διενέργειας ελέγχου ντόπινγκ δίδεται από την αρμόδια Επιτροπή του Ε.Ο.ΚΑ.Ν.
- γ. Ο έλεγχος ντόπινγκ εκτός αγώνων και ειδικότερα κατά τη διάρκεια της προετοιμασίας των αθλητών διενεργείται με ή χωρίς προειδοποίηση των αθλητών. Η εντολή διενέργειας, σε περιπτώσεις τέτοιων ελέγχων, δίδεται πάντοτε από το Ε.Ο.ΚΑ.Ν. είτε αυτεπαγγέλτως είτε, ύστερα από γραπτό αίτημα της Ελληνικής Ολυμπιακής Επιτροπής ή της Κ.Ο.Ε.
- δ. Το Ε.Ο.ΚΑ.Ν. και ο WADA δύνανται να ελέγχουν οποτεδήποτε και οπουδήποτε οποιονδήποτε αθλητή επί του οποίου έχουν δικαιοδοσία διενέργειας ελέγχου, συμπεριλαμβανομένων αθλητών

που εκτίουν περίοδο αποκλεισμού.

5.6 ΥΠΕΥΘΥΝΗ ΔΗΛΩΣΗ

- α. Ο/Η συμμετέχων κολυμβητής – τρία πέρα από το ενημερωμένο αθλητικό δελτίο υγείας, θα πρέπει οπωσδήποτε να υπογράψει την υπεύθυνη δήλωση κάθε συμμετοχή του/της σε αγώνες Masters (στο τέλος της προκήρυξης).
- β. Στο Πανελλήνιο Πρωτάθλημα Καλλιτεχνικής Κολύμβησης Βετεράνων (MASTERS) δικαίωμα συμμετοχής έχουν οι αθλητές/-τριες που είναι μέλη Σωματείου της ΚΟΕ.
- γ. Οι δηλώσεις συμμετοχής για όλες τις ημέρες των αγώνων κατατίθενται στα γραφεία της ΚΟΕ.
- δ. Οι αγώνες θα διεξαχθούν σε μορφή Ανοικτής Κατηγορίας, σε μορφή απευθείας τελικού ανεξάρτητα της ηλικίας των αθλητών/-τριών.
- ε. Κάθε Σύλλογος μπορεί να συμμετάσχει με 3 Σόλο, 3 Ντουέτο, 2 Ομαδικά, 2 Ακρο
- στ. Μόνο αθλήτριες και αθλητές βετεράνοι, εφόσον έχουν περάσει το MASTER STAR κατά τη διάρκεια της τρέχουσας αγωνιστικής περιόδου 2021-2022.
- ζ. Τα στοιχεία του τεχνικού προγράμματος καθορίζονται από τη FINA
- η. Υπολογίζονται 2 Σόλο, 2 Ντουέτο, 1 Ομαδικό, 1 Ακρο2 στη Γενική Βαθμολογία.
- θ. Τα Τεχνικά & Ελεύθερα προγράμματα σε ένα αγώνισμα αποτελούν ανεξάρτητα αγωνίσματα και θα βαθμολογούνται ξεχωριστά με ανεξάρτητη κατάταξη πχ. Τελικός Σόλο Τεχνικό & Τελικός Σόλο Ελεύθερο θα έχει διαφορετική βαθμολογία ως αυτόνομο αγώνισμα καθένα από αυτά.
- ι. Τα αποτελέσματα και οι βραβεύσεις θα πραγματοποιούνται ανά κατηγορία

Η διοργάνωση περιλαμβάνει:

- α. ΤΕΧΝΙΚΟ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ 100%

Χρονικό όριο

Σόλο 1.30'±5''(deck 10'')

Ντουέτο 1.40'±5''(deck 10'')

Μικτό Ντουέτο 1.40'±5''(deck 10'')

	Ομαδικό	1.50'±5''(deck 10'')
β.	<u>ΕΛΕΥΘΕΡΟ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ 100%</u>	
	Χρονικό όριο	
	Σόλο	2.15'±5''(deck 10'')
	Ντουέτο	2.45'±5''(deck 10'')
	Μικτό Ντουέτο	2.45'±5''(deck 10'')
	Ομαδικό	3.30'±5''(deck 10'')
	Acrobatic	3.00'±5''(deck 10'')

Προκαταρκτική Δήλωση: 04/04/2023

Τελική Δήλωση Συμμετοχής μέχρι 20/04/2023

6. ΕΘΝΙΚΕΣ ΟΜΑΔΕΣ

Γενικές αρχές και Κριτήρια Επιλογής Εθνικής Ομάδας Senior - Junior
2022 – 2023

6.1 ΣΚΟΠΟΣ

- α. Σκοπός αυτού του κειμένου είναι να περιγράψει τις διαδικασίες και τα κριτήρια που θα χρησιμοποιηθούν από την Κ.Ο.Ε. και το τμήμα της Καλλιτεχνικής/Συγχρονισμένης κολύμβησης για να αξιολογήσει και να επιλέξει τις καλύτερες αθλήτριες και εκείνες με την καλύτερη προοπτική εξέλιξης, για την αγωνιστική χρονιά 2022-23, που θα προπονηθούν με την εθνική ομάδα.
- β. Για την ομάδα Γυναικών και Νεανίδων με μέγιστο αριθμό 20 αθλητριών, τις ημερομηνίες 5 Νοεμβρίου 2022 και για αθλητές, τις ημερομηνίες 13 Νοεμβρίου 2022, στο Βόλο.
- γ. Η επιλογή των αθλητριών-τών θα γίνει σε 2 φάσεις. Έπειτα από την αρχική επιλογή των έως 20 αθλητριών μέσα από τη διαδικασία των Trials, θα επιλεγούν σε δεύτερη φάση οι 12 αθλήτριες, έχοντας ως βάση ειδικές τεχνικές ιδιότητες (Technical Attributes) (βλ. παρακάτω, ΓΕΝΙΚΟΙ ΚΑΝΟΝΕΣ 3) που θα καταγραφούν, και θα αναλυθούν αμέσως μετά το 2ο camp προετοιμασίας του Δεκεμβρίου, οι οποίες θα απαρτίζουν την τελική ομάδα που θα μας εκπροσωπεί στις εκάστοτε αγωνιστικές υποχρεώσεις της ομάδας γυναικών μέσα στην αγωνιστική χρονιά.

7. ΓΕΝΙΚΟΙ ΚΑΝΟΝΕΣ

7.1 ΕΙΔΙΚΕΣ ΑΠΑΙΤΗΣΕΙΣ ΓΙΑ ΣΥΜΜΕΤΟΧΗ ΣΤΑ TRIALS:

- α. Η συμμετοχή στα Trials θα επιτραπεί μόνο σε πολιτογραφημένες Ελληνίδες.
- β. Όλες οι αθλήτριες θα πρέπει να έχουν συμπληρώσει τουλάχιστον το 15ο έτος της ηλικίας τους μέχρι την 31η Δεκεμβρίου 2022.

7.2 ΕΠΙΛΟΓΗ ΕΘΝΙΚΗΣ ΟΜΑΔΑΣ

- α. Για όλες τις αθλήτριες (12) που θα επιλεγούν στην τελική ομάδα, κρίνεται απαραίτητο να υπογραφεί αθλητική συμφωνία συνεργασίας με την Κ.Ο.Ε., που θα συμπεριλαμβάνει τους όρους και τις συνθήκες αυτής και που σύμφωνα με τους κανόνες και τις ρυθμίσεις του οποίου θα πρέπει εκείνες να συμμορφωθούν.

- β. Κάθε μία από τις 12 επιλεγμένες αθλήτριες υποχρεούται να καταθέσει στην Κ.Ο.Ε. πριν την αρχή της αγωνιστικής χρονιάς την πλήρη κλινική της κατάσταση (ιατρικό φάκελο) και να ενημερώσει για αυτή όλους τους άμεσα υπεύθυνους της ομάδας (team manager, προπονητές).
- γ. Οι 12 επιλεγμένες αθλήτριες θα έχουν το δικαίωμα να συμμετέχουν στα Πανελλήνια πρωταθλήματα της κατηγορίας τους εκπροσωπώντας τους συλλόγους τους.
- δ. Οι αθλήτριες που θα έχουν επιλεγεί για τα σόλο της εθνικής ομάδας θα μπορούν να χρησιμοποιούν τις χορογραφίες της εθνικής ομάδας στο σύλλογό τους, υπό την προϋπόθεση να ΜΗΝ υπάρχουν αλλαγές στη χορογραφία. Έτσι δεν παρεμβαίνουμε στη ροή της προετοιμασίας τους για τους όποιους διεθνείς αγώνες.
- ε. Οι αθλήτριες που θα έχουν επιλεγεί για το ντουέτο της εθνικής ομάδας, εάν αυτές βρίσκονται στον ίδιο σύλλογο, θα επιτρέπεται να χρησιμοποιούν τις χορογραφίες της εθνικής ομάδας στο σύλλογό τους, υπό την προϋπόθεση να ΜΗΝ υπάρχουν αλλαγές στη χορογραφία, αλλά και στα μέλη που το απαρτίζουν. Έτσι δεν παρεμβαίνουμε στη ροή της προετοιμασίας τους για τους όποιους διεθνείς αγώνες.
- στ. *Οι προπονητές του συλλόγου μπορούν να κάνουν προτάσεις όπου θεωρούν ότι μπορούν να γίνουν αλλαγές στα σόλο και ντουέτο.

7.3 ΔΕΙΟΤΗΤΕΣ ΚΑΙ ΕΙΔΙΚΕΣ ΤΕΧΝΙΚΕΣ ΙΔΙΟΤΗΤΕΣ ΑΘΛΗΤΡΙΩΝ (TECHNICAL ATTRIBUTES)

- α. Η τεχνική ικανότητα ή/και η προοπτική.
- β. Δυναμικό και στατικό ύψος στις κινήσεις του άνω και του κάτω μέρους του σώματος, απότομες και ακριβείς κινήσεις χεριών και ποδιών, ακρίβεια και καθαρότητα των κινήσεων, να φαίνονται ελαφρές, σταθερές και να είναι ευθυτενείς. Πλήρης διάταση (extension) ποδιών και ολόκληρου του σώματος, ευλυγισία εντός και εκτός νερού.
- γ. Ικανότητα στην αντοχή της προπόνησης.
- δ. Αντοχή σε ολόκληρη τη χορογραφία, που περιλαμβάνει το προχώρημα, δυναμικά kicks and strokes, δυναμικό και στατικό ύψος στις κινήσεις του άνω και του κάτω μέρους του σώματος κατά τη διάρκεια της χορογραφίας, ακρίβεια στην εκτέλεση των

- ασκήσεων και των τεχνικών στοιχείων, ακρίβεια στις κινήσεις του άνω και κάτω μέρος του σώματος κατά τη διάρκεια ολόκληρης της χορογραφίας, συνέπεια στην εκτέλεση.
- ε. Ικανότητες στις χορογραφίες.
 - στ. Τρόπος παρουσίασης χορογραφίας (εκφραστικότητα με πρόσωπο και τρόπος κίνησης με σώμα, ενέργεια στις κινήσεις με τα χέρια και τα πόδια, η κίνηση να εκτελείται με σιγουριά και να φαίνεται ότι το κάνουν με ευκολία. Ερμηνεία μουσικής (χαρακτήρας, διάθεση, αίσθηση μουσικής). Συγχρονισμός με τη μουσική και τις υπόλοιπες αθλήτριες.
 - ζ. Ικανότητες στα πετάγματα (σαν flyer, σαν βάση ή/και υποστήριξη με την προϋπόθεση εκρηκτικότητας για την κάθε θέση, σταθερος κορμός, δύναμη και εκρηκτικότητα για πλατφόρμες).
 - η. Πιθανές ικανότητες συμμετοχής, βραχυπρόθεσμα ή μακροπρόθεσμα σε σόλο ή ντουέτο.
 - θ. Συμπεριφορά και γενική διάθεση.
 - ι. Συνέπεια στην προπόνηση, να κάνουν την καλύτερη προσπάθεια σε κάθε περίπτωση, διατήρηση υψηλής έντασης κατά τη διάρκεια των χορογραφιών και το κλασικό κολύμπι.
 - ια. Συνέπεια και ακρίβεια στο χρόνο, δέσμευση και αφοσίωση, ηγετική ικανότητα, καλή ηθική συμπεριφορά, συγκέντρωση και στοχοπροσίλωση, δεκτικότητα σε διορθωτικές παρατηρήσεις/σχόλια, ικανότητα στην αυτοαξιολόγηση, ικανότητα στην άμεση διόρθωση και την προσαρμογή σε γρήγορες ή/και πολλαπλές αλλαγές, διατήρηση θετικής στάσης/διάθεσης, επίδειξη σεβασμού προς τους προπονητές και τις υπόλοιπες συναθλήτριες.
 - ιβ. Χημεία μέσα στην ομάδα και αλληλεπίδραση/σχέση με τις υπόλοιπες συναθλήτριες, τους προπονητές και όλο το σχετικό προσωπικό (team manager, προπονητές, κλπ) είναι απαραίτητη.
 - ιγ. Ψυχολογική και σωματική ετοιμότητα και ικανότητα διαχείρισης αγώνων. Πνευματική ανοχή και αντοχή.

7.4 ΤΕΛΙΚΕΣ ΑΠΟΦΑΣΕΙΣ

- α. Η αθλήτρια, που κατά την άποψη και την εκτίμηση των ομοσπονδιακών προπονητών, έχει έλλειψη σε οποιαδήποτε από τις παραπάνω δεξιότητες/χαρακτηριστικά, ενδέχεται να ΜΗΝ επιλεγεί στην Εθνική Ομάδα, ανεξαρτήτως θέσης στα αποτελέσματα των National Trials.

- β. *Να σημειωθεί ότι άπαξ και μία αθλήτρια επιλεγεί στην Εθνική Ομάδα η κατάταξη των National Trials θα χρησιμοποιείται ΜΟΝΟ σαν οδηγός.
 - γ. Οι αθλήτριες που θα εκπροσωπούν την Ελλάδα στα Solo και Duet σε όποιες αγωνιστικές υποχρεώσεις τις κάθε ηλικιακής κατηγορίας θα επιλέγονται με βάση τα Technical Attributes και θα ορίζονται ΜΟΝΟ από τους ομοσπονδιακούς προπονητές.
 - δ. Οι ομοσπονδιακοί προπονητές, θα έχουν το κάθε δικαίωμα να αποδεσμεύσουν οποιαδήποτε αθλήτρια από την Εθνική Ομάδα εφόσον θεωρήσουν ότι δεν πληρούνται τα κριτήρια που έχουν τεθεί σε σχέση με τις δεξιότητες και τα χαρακτηριστικά που απαιτούνται ή/και σε περίπτωση αποτυχίας συμμόρφωσης με τους κανόνες και κανονισμούς που θα υπογραφούν στο Athlete's Agreement.
 - ε. Η συμμετοχή σε οποιονδήποτε αγώνα εξαρτάται από την ετοιμότητα της κάθε αθλήτριας του Solo, Duet ή/και ομαδικού και θα καθοριστεί μόνο από τους ομοσπονδιακούς προπονητές που θα έχουν το κάθε δικαίωμα να αντικαταστήσουν, αλλάξουν, μειώσουν ή προσθέσουν οποιαδήποτε αθλήτρια βασιζόμενοι στις ανάγκες της ομάδας.
 - στ. Οποιαδήποτε αθλήτρια, αφού υπογράψει το Athlete's Agreement, απουσιάζει από τις προπονήσεις χωρίς πρώτα να λάβει επίσημη άδεια από την Κ.Ο.Ε., ανεξαρτήτως λόγου, συμπεριλαμβανομένου και αυτού της οποιασδήποτε ασθένειας, θα υποστεί κυρώσεις.
 - ζ. Οποιαδήποτε απουσία από τις προπονήσεις της εθνικής ομάδας για λόγους τραυματισμού ή άλλους υγείας, θα πρέπει να συνοδεύεται από Ιατρική Βεβαίωση. Σε περίπτωση επίμονου και μακροχρόνιου τραυματισμού οι ομοσπονδιακοί προπονητές θα έχουν το κάθε δικαίωμα να αποδεσμεύσουν την αθλήτρια από την Εθνική Ομάδα.
- *Οι ΓΕΝΙΚΟΙ ΚΑΝΟΝΕΣ θα διαμορφώσουν μέρος του Athlete's Agreement.

Σημείωση: Κριτήριο Επιλογής για την Εθνική Ομάδα αποτελεί επίσης και ο σωματότυπος (Ύψος, Βάρος, Μήκος Ποδιού, Φόρμα ποδιού-γονάτου, κουντεπιέ).

8. ΠΑΡΑΡΤΗΜΑ

ΣΧΕΔΙΟ ΕΚΠΡΟΣΩΠΗΣΗΣ ΣΥΛΛΟΓΩΝ

Προς την
Κ.Ο.Ε.
Αθήνα

Αριθμ.Πρωτ.....
Ημερομηνία.....

Κύριε Πρόεδρε,

Με την παρούσα εξουσιοδοτούμε

τ.....κυρ.....

..... με
αναπληρωτή τ.....

κυρ.....

..... να εκπροσωπεί το Σύλλογό μας σε όλους τους Αγώνες
Καλλιτεχνικής Κολύμβησης, περιόδου 2021-2022.

Η παρούσα ισχύει μέχρι εγγράφου ανακλήσεώς της.

Με κάθε τιμή

Ο Πρόεδρος

Ο Γενικός Γραμματέας

ΔΗΛΩΣΕΙΣ ΣΥΜΜΕΤΟΧΗΣ ΚΑΛΛΙΤΕΧΝΙΚΗΣ ΚΟΛΥΜΒΗΣΗΣ
ΗΜΕΡΙΔΑ ΟΡΙΩΝ - ΑΣΤΕΡΙΑ

ΗΜΕΡΟΜΗΝΙΑ:.....

ΔΙΟΡΓΑΝΩΣΗ:.....

ΣΩΜΑΤΕΙΟ:..... ΚΩΔΙΚΟΣ

ΑΘΛΗΤΙΚΗΣ ΑΝΑΓΝΩΡΙΣΗΣ ΓΓΑ:.....

ΠΡΟΠΟΝΗΤΗΣ:.....

.....
ΚΩΔΙΚΟΣ ΑΔΕΙΑΣ ΑΣΚΗΣΕΩΣ ΕΠΑΓΓΕΛΜΑΤΟΣ ΠΡΟΠΟΝΗΤΗ

ΚΑΛΛΙΤΕΧΝΙΚΗΣ ΚΟΛ/ΣΗΣ:.....

ΟΝΟΜΑ

ΕΦΟΡΟΥ:.....ΤΗΛΕΦΩΝΟ:.....

..... ΥΠΟΓΡΑΦΗ:.....

Α/Α ΑΡ.ΜΗΤΡ. ΟΝΟΜΑΤΕΠΩΝΥΜΟ ΕΓ

1ο 2ο 3ο 4ο 5ο 6ο 7ο

ΔΗΛΩΣΕΙΣ ΣΥΜΜΕΤΟΧΗΣ ΚΑΛΛΙΤΕΧΝΙΚΗΣ ΚΟΛΥΜΒΗΣΗΣ
ΧΕΙΜΕΡΙΝΟΙ ΑΓΩΝΕΣ / ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΟ ΠΡΩΤΑΘΛΗΜΑ

ΗΜΕΡΟΜΗΝΙΑ:.....

ΔΙΟΡΓΑΝΩΣΗ:.....

ΣΩΜΑΤΕΙΟ:..... ΚΩΔΙΚΟΣ

ΑΘΛΗΤΙΚΗΣ ΑΝΑΓΝΩΡΙΣΗΣ ΓΓΑ:.....

ΠΡΟΠΟΝΗΤΗΣ:.....

.....
ΚΩΔΙΚΟΣ ΑΔΕΙΑΣ ΑΣΚΗΣΕΩΣ ΕΠΑΓΓΕΛΜΑΤΟΣ ΠΡΟΠΟΝΗΤΗ
ΚΑΛΛΙΤΕΧΝΙΚΗΣ ΚΟΛ/ΣΗΣ:.....

ΟΝΟΜΑ

ΕΦΟΡΟΥ:.....ΤΗΛΕΦΩΝΟ:.....

..... ΥΠΟΓΡΑΦΗ:.....

A/A	ΑΡ. ΜΗΤΡ.	ΟΝΟΜΑΤΕΠΩΝΥΜΟ	ΕΓ	ΦΙΓΟΥΡΕΣ
	ΣΟΛΟ	ΤΕΧΝΙΚΟ ΣΟΛΟ	ΝΤΟΥΕΤΟ	ΤΕΧΝΙΚΟ
ΝΤΟΥΕΤΟ	ΜΙΚΤΟ	ΝΤΟΥΕΤΟ	ΤΕΧΝΙΚΟ	ΜΙΚΤΟ ΝΤΟΥΕΤΟ
	ΟΜΑΔΙΚΟ	ΤΕΧΝΙΚΟ ΟΜΑΔΙΚΟ	ΜΙΚΤΟ	ΟΜΑΔΙΚΟ
				FREE COMBINATION HIGHLIGHT

ΥΠΟΧΡΕΩΤΙΚΑ ΣΤΟΙΧΕΙΑ ΑΣΤΕΡΙΩΝ (1ο – 7ο) 2022

1^ο ΑΣΤΕΡΙ

Το 1^ο Αστέρι περιλαμβάνει 6 ασκήσεις. [Όριο πρόκρισης 40/100]

1. **25μ. ΕΛΕΥΘΕΡΟ (Εκκίνηση – ορθή κολύμβηση – τερματισμός)**
2. **25μ. ΥΠΤΙΟ (Εκκίνηση – ορθή κολύμβηση – τερματισμός)**
3. **12.5μ. Head First Scull (standard scull):** Το σώμα σε θέση Back Layout. Χρήση του σκάλινγκ με οδηγό το κεφάλι, για να προωθηθεί το σώμα προς την κατεύθυνση του κεφαλιού. *Σκάλινγκ:* Τα δάκτυλα πρέπει να είναι ενωμένα, η παλάμη επίπεδη, ο καρπός σταθερός σε υπερέκταση. Οι αγκώνες λυγίζουν σε γωνιά περίπου 90° στο σκάλινγκ προς τα μέσα και τεντώνουν στο σκάλινγκ προς τα έξω. Τα δάκτυλα στραμμένα προς τα επάνω βρίσκονται ακριβώς κάτω από την επιφάνεια του νερού. Η πίεση που ασκείται πρέπει να είναι σταθερή στη μέσα και έξω κίνηση και η κίνηση αυτή να εκτελείται κοντά ή κάτω από τους γοφούς.



4. **12.5μ. Foot First Scull (reverse scull):** Το σώμα σε θέση Back Layout. Χρήση του σκάλινγκ με οδηγό τα κάτω άκρα (πόδια), για να προωθηθεί το σώμα προς την κατεύθυνση των κάτω άκρων (ποδιών). *Σκάλινγκ:* Τα δάκτυλα πρέπει να είναι ενωμένα, η παλάμη επίπεδη, οι καρποί σε κάμψη, η ραχιαία επιφάνεια της παλάμης να κοιτάζει προς την κατεύθυνση της μετακίνησης. Η παλάμη θα πρέπει να είναι σε ευθεία γραμμή με τα δάκτυλα. Η κίνηση να εκτελείται κοντά ή κάτω από τους γοφούς.



5. **12.5μ. Torpedo:** Το σώμα σε θέση Back Layout, σε πλήρη διάταση, κινείται προς την κατεύθυνση των κάτω άκρων (ποδιών). *Σκάλινγκ:* Τα χέρια είναι τεντωμένα πάνω από το κεφάλι και ακριβώς κάτω από την επιφάνεια του νερού. Οι καρποί είναι σε υπερέκταση

έτσι ώστε τα δάκτυλα να δείχνουν προς τον πυθμένα, ενώ η παλάμη παραμένει επίπεδη. Στην προς τα έξω κίνηση οι αγκώνες τεντώνουν και σχηματίζεται η θέση «Υ». Στην προς τα μέσα κίνηση οι αγκώνες κάμπτονται και λυγίζουν. Το πάνω μέρος των χεριών (βραχίονες) παραμένει σταθερό. Το εύρος της κίνησης είναι περίπου 15 εκ. πέρα από τους ώμους στην έξω κίνηση, και στην προς τα μέσα κίνηση τα δάκτυλα σχεδόν έρχονται σε επαφή.



6. **Eggbeater σε σταθερή θέση (20 ποδιές):** Η θέση του σώματος είναι κατακόρυφη από το κεφάλι ως τους γοφούς. Το κεφάλι είναι ευθυτενές πάνω από την επιφάνεια του νερού. Χρησιμοποιείται ένα περιστρεφόμενο λάκτισμα που εναλλάσσεται για να διατηρηθεί το ύψος και η θέση. Τα χέρια εκτείνονται στο πλάι στην επιφάνεια του νερού (χωρίς σκάλινγκ).

2° ΑΣΤΕΡΙ

Το 2° Αστέρι περιλαμβάνει 7 ασκήσεις. [Όριο πρόκρισης 40/100]

1. **25μ. ΠΡΟΣΘΙΟ (Εκκίνηση – ορθή κολύμβηση – τερματισμός)**
2. **25μ. ΠΕΤΑΛΟΥΔΑ (Εκκίνηση – ορθή κολύμβηση – τερματισμός)**
3. **12.5μ. Reverse Torpedo:** Το σώμα βρίσκεται στη θέση Back Layout. Χρησιμοποιείται Reverse Scull για να μετακινηθεί το σώμα προς την κατεύθυνση του κεφαλιού. Τα χέρια είναι τεντωμένα πάνω από το κεφάλι, οι καρποί σε κάμψη με τα δάκτυλα προς την επιφάνεια του νερού και τις παλάμες να κοιτάζουν προς το σώμα. Η μετακίνηση πρέπει να είναι ομαλή και συνεχής με το σώμα να διατηρείται στην επιφάνεια, σε πλήρη διάταση καθ' όλη τη διάρκεια.
4. **Paddle scull (16 χεριές):** Το σώμα σε θέση Front Layout με το πρόσωπο μέσα στο νερό κινείται προς την κατεύθυνση του κεφαλιού χρησιμοποιώντας ένα εναλλασσόμενο τράβηγμα των χεριών. *Σκάλινγκ:* Τα χέρια είναι τεντωμένα μπροστά από το κεφάλι σε μικρή γωνία προς τα κάτω (όχι περισσότερο από 45°). Οι παλάμες στρίβουν προς το σώμα και εκτελούν

μια εναλλασσόμενη κίνηση κουπιού προς την κορυφή του κεφαλιού. Καθώς το χέρι που εκτελεί την κίνηση κουπιού τραβά προς το σώμα, το σώμα μετακινείται μπροστά. Καθώς το άλλο χέρι εκτελεί επαναφορά και ετοιμάζεται για την επόμενη κίνηση κουπιού, ισορροπεί και σταθεροποιεί το σώμα. Τα χέρια θα πρέπει πάντα να επανέρχονται στην ίδια αρχική θέση σε 45° προς τον πυθμένα. Πρέπει να επιτυγχάνεται κίνηση προς τα εμπρός με τη χρήση του σκάλινγκ.

5. **Support scull Drill (12 χεριές):** Το σώμα είναι σε πλήρη διάταση σε κατακόρυφη θέση, με το κεφάλι προς τα επάνω. Τα αυτιά, οι ώμοι, οι γοφοί και η άρθρωση του γονάτου σε ευθεία γραμμή. Τα κάτω άκρα (πόδια) είναι μαζί και τα δάκτυλα τεντωμένα σε κουντεπιέ. Οι αγκώνες είναι δίπλα στη μέση, οι καρποί στο ύψος των γοφών, τα δάκτυλα στο ίδιο επίπεδο με τους καρπούς και οι παλάμες στραμμένες προς την επιφάνεια του νερού. Κατά τη διάρκεια του σκάλινγκ το πάνω μέρος των χεριών, από τον αγκώνα έως τον ώμο, διατηρείται σταθερό και κοντά στο σώμα. Η κίνηση του χεριού από τον πήχη έως και τα δάκτυλα είναι οριζόντια στο επίπεδο των γοφών. *Κίνηση προς τα έξω:* Η παλάμη επίπεδη πραγματοποιεί στροφή προς την πλευρά του αντίχειρα καθώς το χέρι κινείται προς τα έξω μέχρι ο βραχίονας και τα δάκτυλα να δείχνουν ακριβώς πλάι. *Κίνηση προς τα μέσα:* Επιστροφή στην αρχική θέση με τις παλάμες να πραγματοποιούν στροφή προς την πλευρά του μικρού δακτύλου μέχρι τα δάκτυλα των δύο χεριών να έρθουν σε επαφή. Πρέπει να επιτυγχάνεται κίνηση προς τον πυθμένα (βύθιση σώματος) με τη χρήση του σκάλινγκ.
6. **Eggbeater με πλάγια μετακίνηση (6μ. δεξιά – 6μ. αριστερά):** Η θέση του σώματος είναι κατακόρυφη από το κεφάλι ως τους γοφούς. Το κεφάλι είναι ευθυτενές πάνω από την επιφάνεια του νερού. Χρησιμοποιείται ένα περιστρεφόμενο λάκτισμα που εναλλάσσεται για να διατηρηθεί το ύψος και η θέση. Τα χέρια εκτείνονται στο πλάι στην επιφάνεια του νερού (χωρίς σκάλινγκ). Για να μετακινηθεί το σώμα το πόδι που προηγείται τοποθετείται ακριβώς κάτω από το σώμα και το άλλο κλωτσά ελαφρά προς τα έξω και πλάι για να σπρώξει το νερό μακριά. Το πόδι που προηγείται υποστηρίζει το σώμα, ενώ το άλλο βοηθά στη μετακίνηση. Το πόδι που προηγείται είναι λυγισμένο τόσο ώστε ο μηρός να είναι κάθετος στο σώμα, ενώ το πόδι που βοηθά στη μετακίνηση εκτείνεται προς τα έξω. Το πόδι που προηγείται πιάνει και τραβά το νερό με την εσωτερική πλευρά σε κάθε περιστροφή, ενώ το πόδι που βοηθά στη μετακίνηση επαναφέρει και σπρώχνει το νερό μακριά σε κάθε περιστροφή.

7. **Boost:** Πέταγμα με το κεφάλι και τα δύο χέρια επάνω από το κεφάλι τη στιγμή που το σώμα φτάνει στο υψηλότερο σημείο.

3° ΑΣΤΕΡΙ

Το 3° Αστέρι περιλαμβάνει 6 ασκήσεις (τρεις βασικές θέσεις και τρεις βασικές μεταφορές).

[Όριο πρόκρισης 40/100]

1. **Θέση Split** (Βασική Θέση): Τα κάτω άκρα (πόδια) ομοιόμορφα αποσχισμένα εμπρός και πίσω και παράλληλα με την επιφάνεια του νερού. Το κάτω μέρος της ράχης σε τόξο με τους γοφούς, τους ώμους και το κεφάλι σε μια κάθετη γραμμή. Ευθεία γωνία 180° μεταξύ των τεντωμένων κάτω άκρων (ποδιών) (Flat split), με την εσωτερική πλευρά κάθε ποδιού ευθυγραμμισμένη στις αντίθετες πλευρές της οριζόντιας γραμμής, ανεξάρτητα από το ύψος των γοφών. Τα πόδια πρέπει να είναι στεγνά στην επιφάνεια του νερού.
2. **Θέση Vertical** (Βασική Θέση): Το σώμα σε πλήρη διάταση κάθετο στην επιφάνεια του νερού, τα πόδια μαζί, το κεφάλι προς τα κάτω. Το κεφάλι (αυτιά συγκεκριμένα), οι ώμοι, οι γοφοί και τα σφυρά σε ευθεία γραμμή.
3. **Θέση Knight** (Βασική Θέση): Το σώμα κυρτωμένο στο κάτω μέρος της πλάτης, με τα ισχία, τους ώμους και το κεφάλι στην κατακόρυφη γραμμή. Το ένα πόδι κατακόρυφο. Το άλλο πόδι τεντωμένο πίσω με το πέλμα στην επιφάνεια του νερού και όσο πιο κοντά στην οριζόντια ευθυγράμμιση είναι δυνατό.
4. **Thrust** (Βασική μεταφορά): Η κίνηση ξεκινά από τη θέση **Back pike** (τα δάχτυλα των ποδιών είναι επιθυμητό να βρίσκονται ακριβώς κάτω από την επιφάνεια του νερού), με τα πόδια να είναι κάθετα στην επιφάνεια του νερού. Μια κίνηση των ποδιών και των ισχύων προς τα επάνω εκτελείται γρήγορα καθώς το σώμα ξεδιπλώνει για να σχηματίσει μια **Κατακόρυφη Θέση** (το σώμα ξεδιπλώνει κάτω από τα πόδια για να σχηματιστεί η Κατακόρυφη Θέση κατά μήκος της ίδιας κατακόρυφης/κάθετης γραμμής που είχαν τα πόδια στη θέση Back Pike. Η αυξανόμενη ταχύτητα κίνησης πρέπει να είναι εμφανής). Το μέγιστο ύψος είναι επιθυμητό (το μέγιστο ύψος πρέπει να επιτευχθεί ταυτόχρονα).

5. Walkout Front (Βασική μεταφορά): Η κίνηση ξεκινά από **Θέση Σπαγκάτ** (Split Position). Οι γοφοί παραμένουν σταθεροί καθώς το μπροστά κάτω άκρο (πόδι) σηκώνεται σχηματίζοντας τόξο 180ο πάνω από την επιφάνεια του νερού για να συναντήσει το αντίθετο κάτω άκρο (πόδι) σε **Θέση τόξου επιφανείας** και με συνεχή κίνηση μια έξοδος (μεταφορά από τόξο σε **ύπτια θέση**) εκτελείται.

6. Helicopter Rotation (Βασική μεταφορά): Η κίνηση ξεκινά από **Fishtail Position**. Το οριζόντιο πόδι ανεβαίνει κλείνοντας στο κατακόρυφο πόδι προκειμένου να σχηματιστεί η **θέση κατακόρυφο** κατά τη διάρκεια καθοδικής περιστροφής και ολοκληρώνεται καθώς οι αστράγαλοι φτάνουν στην επιφάνεια του νερού. **Spinning 180o**: Καθοδικός στροβιλισμός με περιστροφή 180° που ολοκληρώνεται με **Κατακόρυφη βύθιση**.

4° ΑΣΤΕΡΙ

Το 4° Αστέρι περιλαμβάνει 4 φιγούρες (2 υποχρεωτικές και 2 κληρωτές) της κατηγορίας 12 ετών & κάτω. [Όριο πρόκρισης 40/100]

ΥΠΟΧΡΕΩΤΙΚΕΣ **Β.Δ.**

- | | |
|----------------------------|-----|
| 1. 106 Straight Ballet Leg | 1.6 |
| 2. 301 Barracuda | 1.8 |

ΚΛΗΡΩΤΕΣ **Β.Δ.**

ΓΚΡΟΥΠ 1

- | | |
|---------------------|-----|
| 3. 359 Front Ariana | 2.2 |
| 4. 348 Tower | 1.9 |

ΓΚΡΟΥΠ 2

- | | |
|-------------------|-----|
| 3. 363 Water Drop | 1.8 |
| 4. 401 Swordfish | 2.1 |

ΓΚΡΟΥΠ 3

- | | |
|-------------------------------|-----|
| 3. 311 Kip | 1.6 |
| 4. 227d Swanita Spinning 180° | 1.9 |

5° ΑΣΤΕΡΙ

Το 5° Αστέρι περιλαμβάνει 4 φιγούρες (κλήρωση της ενότητας Α,Β,С και κάθε αθλήτρια εκτελεί ένα εκ των δυο γκρουπ της ενότητας ανάλογα με την κλήρωσή της στη σειρά εκκίνησης) της κατηγορίας 13-14-15 ετών. [Όριο πρόκρισης 45/100]

ΕΝΟΤΗΤΑ Α

ΓΚΡΟΥΠ 1

Β.Δ.

140g Flamingo Bent Knee, Twist Spin 2.9

437 Cyclone, Open 180o 2.6

ΓΚΡΟΥΠ 2

308h Barracuda Airborne Split Spin Up 180o 2.9

407 Swordfish Straight Leg Ariana Rotation 2.6

ΕΝΟΤΗΤΑ Β

ΓΚΡΟΥΠ 3

Β.Δ.

356f Whip Continuous Spin 720o 3.0

441 Saturn 2.5

ΓΚΡΟΥΠ 4

352 Venus 3.0

240i Albatross Spin Up 360o 2.5

ΕΝΟΤΗΤΑ С

ΓΚΡΟΥΠ 5

Β.Δ.

144 Rio Straight Leg 3.1

421 Walkover Back Closing 360o 2.4

ΓΚΡΟΥΠ 6

440d Ipanema Spinning 180o 3.1

311j Kip Combined Spin 2.4

6° ΑΣΤΕΡΙ

Το 6° Αστέρι περιλαμβάνει 4 ασκήσεις - υποχρεωτικά στοιχεία από το Τεχνικό Ομαδικό επιπέδου Β.

[Όριο πρόκρισης 50/100]

1. Υποχρεωτικό στοιχείο Τεχνικού Ομαδικού **1B (Flying Fish Hybrid – 2.3)**
2. Υποχρεωτικό στοιχείο Τεχνικού Ομαδικού **2B (Vertical – Half Twist to Bent Knee – Half Twist to Vertical – Split – Walkout – 2.3)**
3. Υποχρεωτικό στοιχείο Τεχνικού Ομαδικού **3B (Two Fouette Rotations – Vertical – spinning 360° – 2.3)**
4. Υποχρεωτικό στοιχείο Τεχνικού Ομαδικού **5B (Rocket Split Bent Knee Hybrid – 2.1)**

7° ΑΣΤΕΡΙ

Το 7° Αστέρι περιλαμβάνει 4 ασκήσεις - υποχρεωτικά στοιχεία από το Τεχνικό Ομαδικό επιπέδου Α.

[Όριο πρόκρισης 50/100]

1. Υποχρεωτικό στοιχείο Τεχνικού Ομαδικού **2A (Vertical – Full Twist to Bent Knee – Full Twist to Vertical – Open 180o – Walkout – 2.6)**
2. Υποχρεωτικό στοιχείο Τεχνικού Ομαδικού **3A (Two Fouette Rotations – Vertical – Continuous Spin 720° – 2.6)**
3. Υποχρεωτικό στοιχείο Τεχνικού Ομαδικού **4 (Butterfly Hybrid – 2.9)**
4. Υποχρεωτικό στοιχείο Τεχνικού Ομαδικού **5A (Rocket Split Bent Knee Twirl Hybrid – 2.4)**

Σημείωση 1: η βαθμολογία στις ασκήσεις θα κυμαίνεται από 0 έως 10.0

ΥΠΟΧΡΕΩΤΙΚΑ ΣΤΟΙΧΕΙΑ ΓΙΑ ΤΟ FREE COMBINATION

ΓΕΝΙΚΕΣ ΔΙΑΤΑΞΕΙΣ

- α. Χρονικά όρια όπως στον AS AG.5
- β. Η εκκίνηση μπορεί να γίνεται από την εξέδρα εκκίνησης ή μέσα στο νερό, ή με συνδυασμό και των δυο.
- γ. Όλα τα υπόλοιπα μέρη πρέπει να ξεκινούν μέσα στο νερό.
- δ. Ένα νέο μέρος ξεκινά σε πολύ κοντινή απόσταση από το προηγούμενο.
- ε. Όπως σε όλες τις χορογραφίες, οι Coach Cards “Κάρτες Προπονητών” πρέπει να δείχνουν τα Τεχνικά Υποχρεωτικά Στοιχεία και τα Ελεύθερα Στοιχεία στην επιλεγμένη σειρά εμφάνισης σύμφωνα με το Παράρτημα III.
- στ. Η χορογραφία πρέπει να απεικονίζει ένα Θέμα, το οποίο θα πρέπει να δηλώνεται στην Coach Cards “Κάρτα Προπονητή”.

ΥΠΟΧΡΕΩΤΙΚΑ ΣΤΟΙΧΕΙΑ

1. Τουλάχιστον δύο (2) μέρη πρέπει να έχουν λιγότερες από τρεις (3) αθλητές-τριες και τουλάχιστον δύο (2) μέρη πρέπει να έχουν όλους τους συμμετέχοντες
2. Το Free Combination πρέπει να έχει 4 (τέσσερις) ακροβατικές κινήσεις για Παιίδες-Κορασίδες A (Youth) και 3 (τρεις) ακροβατικές κινήσεις για Παιίδες-Κορασίδες B (12U). Τα ακροβατικά στοιχεία δε μπορεί να έχουν ένα βαθμό δυσκολίας μεγαλύτερο από τους ακόλουθους βαθμούς δυσκολίας: για Γκρουπ A: 2,65, για Γκρουπ B:2,6, για Γκρουπ C: 2.45 και για Γκρουπ P: 2.5. Παρακαλώ δείτε τον WAQ Acrobatic Catalogue.

DD αξίες υπόκεινται σε προσαρμογή από WAQ όπου απαιτείται.

ΥΠΟΧΡΕΩΤΙΚΑ ΣΤΟΙΧΕΙΑ ΓΙΑ ΤΟ ACROBATIC ROUTINE

ΓΕΝΙΚΕΣ ΔΙΑΤΑΞΕΙΣ

- α. Χρονικά όρια όπως στον AS 14.1
- β. Τα υποχρεωτικά στοιχεία #1 μπορούν να εκτελεστούν με οποιαδήποτε σειρά.
- γ. Όπως σε όλες τις χορογραφίες, οι Coach Cards “Κάρτες

Προπονητών” πρέπει να δείχνουν τα Τεχνικά Υποχρεωτικά Στοιχεία και τα Ελεύθερα Στοιχεία στην επιλεγμένη σειρά εμφάνισης σύμφωνα με το Παράρτημα ΙΙΙ.

ΥΠΟΧΡΕΩΤΙΚΑ ΣΤΟΙΧΕΙΑ

- α. Επτά (7) ακροβατικές κινήσεις: μία από κάθε γκρουπ ακροβατικών (Α,Β,С,Р), και τρεις (3) επιπλέον ελεύθερης επιλογής (επιλεγμένες από οποιοδήποτε εκ των τεσσάρων γκρουπ).
- Ακροβατικές κινήσεις: ένας γενικός όρος για τα άλματα, πετάγματα, ανεβάσματα, στοίβες, πλατφόρμες κλπ που εκτελούνται ως ένας θεαματικός γυμναστικός άθλος και/ή θεαματικές κινήσεις με ρίσκο και ως επί το πλείστον επιτυγχάνονται με βοήθεια/υποστήριξη από άλλες αθλήτριες.

ΚΑΛΛΙΤΕΧΝΙΚΗ ΚΟΛΥΜΒΗΣΗ 2022-2025

ΚΑΝΟΝΙΣΜΟΙ ΚΑΛΛΙΤΕΧΝΙΚΗΣ ΚΟΛΥΜΒΗΣΗΣ

AS 1 Γενικά	
AS 2 Διοργανώσεις	
AS 3 Δικαίωμα Συμμετοχής	
AS 4 Αγωνιστικές	
AS 5 Προγράμματα.....	
AS 6 Συμμετοχές	
AS 7 Προκριματικοί και Τελικοί	
AS 8 Αγωνιστικές Φιγούρων	
AS 9 Πανελ Φιγούρων	
AS 10 Κρίση/Αξιολόγηση των Φιγούρων.....	
AS 11 Ποινές στις αγωνιστικές των Φιγούρων.....	
AS 12 Υπολογισμός του αποτελέσματος των Φιγούρων.....	
AS 13 Χορογραφίες Προγραμμάτων και Κληρώσεις.....	
AS 14 Χρονικοί Περιορισμοί Χορογραφιών	
AS 15 Συνοδεία Μουσικής	
AS 16 Πάνελ Χορογραφιών	
AS 17 Κρίση/Αξιολόγηση των Χορογραφιών.....	
AS 18 Αφαίρεση βαθμολογίας και Ποινές στις Χορογραφίες	
AS 19 Υπολογισμός των αποτελεσμάτων των Χορογραφιών.....	
AS 20 Τελικό Αποτέλεσμα	
AS 21 Επίσημοι και Καθήκοντα.....	
AS 22 Διαιτητής	
AS 23 Άλλοι Επίσημοι	
AS 24 Καθήκοντα του Διοργανωτή	
ASAG Κανονισμοί Ηλικιακών Ομάδων	

Παράρτημα I WAQ ΒΘ, ΒΜ, και Φιγούρες 2022-2025

Παράρτημα II WAQ Τεχνικά Υποχρεωτικά Στοιχεία 2022-2025

Παράρτημα III Υποχρεωτικός Αριθμός Στοιχείων στις Χορογραφίες

2022-2025

Παράρτημα IV WAQ Απαιτήσεις Acrobatic Routine

Παράρτημα V WAQ Απαιτήσεις Free Combination

Παράρτημα VI Πίνακας Δυσκολίας Στοιχείων

Παράρτημα VII Κατάλογος Ακροβατικών 2022-2025

Παράρτημα VIII Κάρτα Προπονητή

Παράρτημα IX Σύστημα Παγκόσμιας Κατάταξης

ΚΑΛΛΙΤΕΧΝΙΚΗ ΚΟΛΥΜΒΗΣΗ

AS 1 Όλες οι διεθνείς διοργανώσεις Καλλιτεχνικής Κολύμβησης πρέπει να διεξάγονται σύμφωνα με τους κανονισμούς της WAQ.

AS 2 Τα αγωνίσματα της Καλλιτεχνικής Κολύμβησης είναι τα εξής: Σόλο, Ανδρικό Σόλο, Ντουέτο, Μικτό Ντουέτο, Ομαδικά, Free Combination και Acrobatic Routine.

AS 3 Αθλήτριες/ες στη Καλλιτεχνική Κολύμβηση μικρότερες/οι από 15 ετών (την 31η Δεκεμβρίου του έτους της διοργάνωσης) δε θα επιτρέπεται να συμμετέχουν σε Ολυμπιακούς Αγώνες, Παγκόσμια Πρωταθλήματα ή Παγκόσμια Κύπελλα. (Σύμφωνα με τη διαδικασία της ΔΟΕ)

AS 4 ΑΓΩΝΙΣΤΙΚΕΣ

AS 4.1 Φιγούρες

Κάθε αθλήτρια/ης σε Σόλο, Αντρικό Σόλο, Ντουέτο, Μικτό Ντουέτο, και Ομαδικό πρέπει να εκτελέσει τέσσερις (4) ή δύο (2) φιγούρες, σύμφωνα με την κατηγορία της ηλικιακής ομάδας, όπως περιγράφεται στο Παράρτημα I αυτών των κανονισμών. Κάθε αθλήτρια/ης που συμμετέχει στο Free Combination μπορεί να εκτελέσει τις φιγούρες όπως περιγράφονται στο Παράρτημα I αυτών των κανονισμών. Οι Φιγούρες της Ηλικιακής Κατηγορίας θα επιλέγεται από την Τεχνική Επιτροπή Καλλιτεχνικής Κολύμβησης κάθε τέσσερα (4) χρόνια, και θα επικυρώνεται από το Συμβούλιο της WAQ.

AS 4.2 Τεχνικά Προγράμματα : Προκριματικοί/Τελικοί

Το Τεχνικό Ομαδικό έχει τέσσερις (4) με οχτώ (8) συμμετέχοντες (για τις εξαιρέσεις βλέπε AS 6.2)

Στο Τεχνικό Πρόγραμμα κάθε Σόλο, Αντρικό Σόλο, Ντουέτο, Μικτό Ντουέτο και Ομαδικό πρέπει να εκτελεί τα τεχνικά υποχρεωτικά στοιχεία όπως περιγράφονται στο Παράρτημα II των κανονισμών, ένα προκαθορισμένο αριθμό Ελεύθερων Στοιχείων (Hybrids και Acrobatics), και μία ελεύθερη επιλογή από Μεταφορές (βλέπε Παράρτημα III αυτών των κανονισμών). Τα Τεχνικά Υποχρεωτικά Στοιχεία και ο αριθμός των Ελεύθερων Στοιχείων για κάθε αγώνισμα θα επιλέγονται από την Τεχνική Επιτροπή Καλλιτεχνικής Κολύμβησης κάθε τέσσερα (4) χρόνια, και θα επικυρώνονται από το Συμβούλιο της WAQ. Τα προγράμματα είναι χορογραφημένα με μουσική.

AS 4.3 Ελεύθερα Προγράμματα: Προκριματικοί/Τελικοί

Το Ελεύθερο Ομαδικό έχει τέσσερις (4) με οχτώ (8) συμμετέχοντες (για τις εξαιρέσεις βλέπε AS 6.2)

Κάθε Ελεύθερο Σόλο, Αντρικό Σόλο, Ντουέτο, Μικτό Ντουέτο και Ομαδικό θα αποτελείται από προκαθορισμένο αριθμό Ελεύθερων Στοιχείων (Hybrids and Acrobatics) και από μία ελεύθερη επιλογή σε μεταφορές χορογραφημένες με μουσική. Ο αριθμός των Ελεύθερων Στοιχείων για κάθε αγώνισμα θα επιλέγεται από την Τεχνική Επιτροπή Καλλιτεχνικής Κολύμβησης κάθε τέσσερα (4) χρόνια, και θα επικυρώνεται από το Συμβούλιο της WAQ.

AS 4.4 Free Combination: Προκριματικοί/Τελικοί

Το Free Combination έχει οκτώ (4) έως δέκα (10) συμμετέχοντες που εκτελούν ένα συνδυασμό από προγράμματα/ρουτίνες. Το Free Combination έχει ένα προκαθορισμένο αριθμό από Υποχρεωτικά και

Ελεύθερα Στοιχεία χορογραφημένα με μουσική.(βλέπε Παράρτημα III των κανονισμών)

AS 4.5 Acrobatic Routine: Προκριματικοί/Τελικοί

Το Acrobatic Routine έχει τέσσερις (4) έως οκτώ (8) αθλήτριες που εκτελούν ένα προκαθορισμένο αριθμό Στοιχείων όπως περιγράφονται στο Παράρτημα III αυτών των κανονισμών.

AS 5 ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΑ

AS 5.1 Το Ολυμπιακό πρόγραμμα θα επιβεβαιωθεί από το Γραφείο της WAQ.

AS 5.2 Για Παγκόσμια Πρωταθλήματα: Προκριματικοί Τεχνικών Προγραμμάτων, Τελικοί Τεχνικών Προγραμμάτων, Προκριματικοί Ελεύθερων Προγραμμάτων, Προκριματικοί Acrobatic Routine, Τελικοί Ελεύθερων Προγραμμάτων και Τελικοί Acrobatic Routine (Χρονικοί περιορισμοί ως αναφέρονται στο AS 14)

AS 5.3 Για WAQ World Series Καλλιτεχνικής Κολύμβησης: βλέπε **BL 11.4.1**

AS 5.4 Για Παγκόσμιο Πρωτάθλημα Νεανίδων: Προκριματικός Τεχνικών Προγραμμάτων, Τελικός Τεχνικών Προγραμμάτων, Προκριματικός Ελεύθερων Προγραμμάτων, Τελικός Ελεύθερων Προγραμμάτων, Προκριματικός Acrobatic Routine και Τελικός Acrobatic Routine. (Χρονικοί Περιορισμοί ως αναφέρονται στο AS 14)

Η τελική σειρά των ενοτήτων θα πρέπει να καθορίζεται από τη FINA και την Οργανωτική Επιτροπή.

Αιτιολόγηση : ώστε να ταιριάζουν τα Παγκόσμια Πρωταθλήματα με ξεχωριστές Τεχνικές και Ελεύθερες Χορογραφίες. Επιπλέον, επιτρέπει στη FINA και τον Οικοδεσπότη της διοργάνωσης να καθορίσει τη σειρά των ενοτήτων.

AS 5.5 Για Παγκόσμιο Πρωτάθλημα Κορασίδων:

Φιγούρες και Ελεύθερες Χορογραφίες με την εξής σειρά : Προκριματικός Ελεύθερων Χορογραφιών, Προκριματικός Free Combination, Φιγούρες, Τελικός Ελεύθερων Χορογραφιών και Τελικός Free Combination (χρονικοί περιορισμοί ως αναφέρονται στο ASAG 5). Η τελική σειρά των ενοτήτων θα πρέπει να καθοριστεί από το Συμβούλιο της FINA και την Οργανωτική Επιτροπή.

AS 5.6 Για όλους τους υπόλοιπους διεθνείς διαγωνισμούς, το πρόγραμμα ενδεχομένως να είναι οποιοσδήποτε συνδυασμός των AS 4.1 – AS 4.3, έτσι ώστε να περιλαμβάνεται το Ελεύθερο Πρόγραμμα (Free Routine). Το Free Combination είναι για Κορασίδες και για 12 ετών και κάτω ηλικιακό όριο.

AS 6 ΣΥΜΜΕΤΟΧΕΣ

AS 6.1 Για τους διαγωνισμούς της FINA, κάθε χώρα καλείται να συμμετάσχει με ένα Σόλο, ένα Ντουέτο, ένα Μικτό Ντουέτο, Τεχνικό Ομαδικό, Ελεύθερο Ομαδικό, ένα Free Combination ή Acrobatic Routine (εκτός αν ορίζεται διαφορετικά).

AS 6.1.1 Σε Παγκόσμια Πρωταθλήματα, κάθε χώρα καλείται να συμμετάσχει με ένα Τεχνικό Σόλο, ένα Τεχνικό Ανδρικό Σόλο, ένα Ελεύθερο Ανδρικό Σόλο, ένα Τεχνικό Ντουέτο, ένα Ελεύθερο Ντουέτο, ένα Τεχνικό Μικτό Ντουέτο, ένα Ελεύθερο Μικτό Ντουέτο, ένα

Τεχνικό Ομαδικό, ένα Ελεύθερο Ομαδικό και ένα Πρόγραμμα Acrobatic.

AS 6.1.2

Σε Παγκόσμια Πρωταθλήματα Νεανίδων, κάθε χώρα καλείται να συμμετάσχει ένα Τεχνικό Σόλο, ένα Ελεύθερο Σόλο, ένα Τεχνικό Ανδρικό Σόλο, ένα Ελεύθερο Ανδρικό Σόλο, ένα Τεχνικό Ντουέτο, ένα Ελεύθερο Ντουέτο, ένα Τεχνικό Μικτό Ντουέτο, ένα Ελεύθερο Μικτό Ντουέτο, ένα Τεχνικό Ομαδικό, ένα Ελεύθερο Ομαδικό και ένα Acrobatic Routine.

AS 6.1.3 Σε παγκόσμια πρωταθλήματα Νεανίδων και διαγωνισμούς FINA κάθε χώρα καλείται να συμμετέχει με ένα Σόλο, ένα Αντρικό Σόλο, ένα Ντουέτο, ένα Μικτό Ντουέτο, ένα Ομαδικό και ένα Free Combination (εκτός αν ορίζεται διαφορετικά).

AS 6.1.4 Στα World Series, επιτρέπονται περισσότερα από: ένα Σόλο, ένα Αντρικό Σόλο, ένα Ντουέτο, ένα Μικτό Ντουέτο, ένα Ομαδικό και μία χορογραφία Acrobatic σύμφωνα με τους Κανόνες και Κανονισμούς.

AS 6.1.5 Καμία αλλαγή στις συμμετοχές δεν θα γίνει δεκτή μετά το πέρας της προθεσμίας των αθλητικών συμμετοχών στο GMS, εκτός αν υφίστανται ιατρικοί λόγοι. Ένα οικονομικό πρόστιμο αξίας 500\$ θα εφαρμόζεται για οποιαδήποτε αλλαγή μετά το πέρας της προθεσμίας.

AS 6.2 Ομαδικό, Free Combination και Acrobatic Routines:

AS 6.2.1 Για τους Ολυμπιακούς Αγώνες, οι ομαδικές χορογραφίες θα πρέπει να αποτελούνται από 8 διαγωνιζόμενες. Ο συνολικός αριθμός των αγωνιζομένων αθλητριών που συμμετέχουν από κάθε

Ομοσπονδία (εκτός αν ορίζεται διαφορετικά) δεν θα πρέπει να υπερβαίνει τις εννέα(9) με μία αναπληρωματική. Ο συνολικός αριθμός των αγωνιζομένων μπορεί να περιλαμβάνει δύο (2) άντρες αγωνιζόμενους ως μέγιστο αριθμό.

AS 6.2.2 Για Παγκόσμια Πρωταθλήματα και Παγκόσμια Πρωταθλήματα Νεανίδων οι ομαδικές χορογραφίες θα πρέπει να αποτελούνται από οκτώ (8) αγωνιζόμενες, και δέκα (10) για τα Acrobatic Routines (2 αναπληρωματικές). Ο συνολικός αριθμός των αγωνιζομένων μπορεί να περιλαμβάνει δύο (2) άντρες αγωνιζόμενους ως μέγιστο αριθμό.

Για τους αγώνες της FINA, ο συνολικός αριθμός των συμμετεχόντων που ορίζονται από κάθε Ομοσπονδία (εκτός αν ορίζεται διαφορετικά) δεν μπορεί να υπερβαίνει τους 16 συμμετέχοντες-αγωνιζόμενους τηρώντας τα όρια σε κάθε κατηγορία.

AS 6.2.3 Για Παγκόσμια Πρωταθλήματα Κορασίδων, οι ομαδικές χορογραφίες θα πρέπει να αποτελούνται από τουλάχιστον τέσσερα (4) αλλά όχι περισσότερα από οκτώ (8) και οι Ελεύθερες Χορογραφίες θα πρέπει να αποτελούνται από από τουλάχιστον τέσσερα (4) αλλά όχι περισσότερα από δέκα (10) αγωνιζόμενους. Ο συνολικός αριθμός των αγωνιζομένων μπορεί να περιλαμβάνει το πολύ δύο (2) άνδρες αγωνιζόμενους.

AS 6.3 Οι δηλώσεις συμμετοχής με συμπληρωμένες τις Κάρτες Προπονητή της δηλωμένης δυσκολίας για κάθε καταχωρημένη κατηγορία και το φύλλο Μουσικής Πληροφόρησης, πρέπει να καταχωρούνται στο FINA GMS τουλάχιστον 14 μέρες πριν την έναρξη του διαγωνισμού. Κατόπιν της συγκεκριμένης ημερομηνίας,

οι αλλαγές στις αθλητικές καταχωρήσεις θα είναι αποδεκτές μόνο σε περίπτωση ιατρικής αναγκαιότητας. Οι Κάρτες Προπονητή μπορούν να τροποποιηθούν μεταξύ προκριματικών και τελικών στο χρονικό όριο των τεσσάρων ωρών (4) πριν τη δημοσίευση των αποτελεσμάτων των προκριματικών αγώνων.

AS 6.3.1 Η συμμετοχή θα πρέπει να δηλώνει το όνομα του Σόλο και του Αναπληρωματικού, το όνομα του Αντρικού Σόλο και του Αναπληρωματικού, τα ονόματα των αγωνιζομένων στο Ντουέτο και μάζιμουμ έναν αναπληρωματικό, τα ονόματα των αγωνιζομένων του Μικτού Ντουέτου και μάζιμουμ 2 αναπληρωματικοί, το όνομα των αγωνιζομένων στο Ομαδικό και μάζιμουμ 2 αναπληρωματικοί, το όνομα των αγωνιζομένων στο Free Combination και μάζιμουμ 2 αναπληρωματικοί και/ή τα ονόματα των αγωνιζομένων στο Acrobatic Routine και μάζιμουμ 2 αναπληρωματικοί.

Για Παγκόσμια Πρωταθλήματα: Το όνομα του Τεχνικού Σόλο και του αναπληρωματικού, το όνομα του Ελεύθερου Σόλο και του αναπληρωματικού, το όνομα του Αντρικού Τεχνικού Σόλο και του αναπληρωματικού, το όνομα του Αντρικού Ελεύθερου Σόλο και του Αναπληρωματικού, τα ονόματα των αγωνιζομένων στο Τεχνικό Ντουέτο και μάζιμουμ έναν αναπληρωματικό, τα ονόματα του Ελεύθερου Ντουέτου και μάζιμουμ έναν αναπληρωματικό, τα ονόματα του Τεχνικού Μικτού Ντουέτου (2 αναπληρωματικοί), τα ονόματα του Ελεύθερου Μικτού Ντουέτου (2 αναπληρωματικοί), τα ονόματα του Τεχνικού Ομαδικού και μάζιμουμ 2 αναπληρωματικοί, τα ονόματα του Ελεύθερου Ομαδικού και μάζιμουμ 2 αναπληρωματικοί, και τα ονόματα των αγωνιζομένων στο Acrobatic Routine και μάζιμουμ 2 αναπληρωματικοί.

Για FINA Artistic Swimming World Series: βλ. BL 11.4.1

AS 7 ΠΡΟΚΡΙΜΑΤΙΚΟΙ ΚΑΙ ΤΕΛΙΚΟΙ

AS 7.1 Αν υπάρχουν περισσότερες από δώδεκα (12) συμμετοχές σε οποιαδήποτε Τεχνική ή Ελεύθερη Χορογραφία, Free Combination ή Acrobatic Routine, θα πρέπει να πραγματοποιούνται προκριματικοί. Μόνο τα δώδεκα (12) καλύτερα σκορ θα επιτρέπεται να συμμετάσχουν στους επίσημους τελικούς.

AS 7.2 Αν υπάρχουν λιγότερες από δεκατρείς (13) συμμετοχές σε οποιαδήποτε Τεχνική & Ελεύθερη Χορογραφία, Free Combination ή Acrobatic Routine, μπορεί να διεξαχθούν προκριματικοί.

AS 7.3 Αυτή η πληροφορία πρέπει να περιλαμβάνεται στο Φυλλάδιο Οδηγιών. (βλ. AS 24.2.7)

AS 8 ΑΓΩΝΙΣΤΙΚΗ ΦΙΓΟΥΡΩΝ

AS 8.1 Μόνο μία αγωνιστική φιγούρων πρέπει να πραγματοποιηθεί.

AS 8.2 Οι αγωνιζόμενοι σε αγώνες διαφορετικούς από τα Παγκόσμια Πρωταθλήματα Κορασίδων, αγώνες FINA και τα Ηπειρωτικά Πρωταθλήματα μπορούν ,με κοινή συναίνεση, να επιλέξουν από το Ηλικιακό Γκρούπ Φιγούρων(βλέπε Παράρτημα I) για το επίπεδο ικανότητας των αγωνιζομένων που συμμετέχουν στο διαγωνισμό.

AS 8.3 Για την αγωνιστική Φιγούρων:

Στην κατηγορία των 12 ετών και κάτω κάθε αγωνιζόμενος σε Σόλο, Αντρικό Σόλο, Ντουέτο, Μικτό Ντουέτο, και Ομαδικό πρέπει να εκτελέσει τέσσερις (4) φιγούρες: τα δύο(2) υποχρεωτικά στοιχεία και το ένα (1)γκρουπ από δύο (2) φιγούρες όπως περιγράφονται στο Παράρτημα I αυτών των κανονισμών.Κάθε αγωνιζόμενος 12 ετών και κάτω που συμμετέχει στο Free Combination μπορεί να εκτελέσει τις τέσσερις (4) φιγούρες επιλεγθείσες από την άνωθεν-περιγραφόμενη διαδικασία.

Στην κατηγορία Κορασίδων κάθε αγωνιζόμενος σε Σόλο, Αντρικό Σόλο, Ντουέτο, Μικτό Ντουέτο, και Ομαδικό πρέπει να εκτελέσει ένα γκρούπ από δύο (2) φιγούρες από την ενότητα (A, B or C) φιγούρων που προέρχονται από την περιγραφόμενη λίστα του Παραρτήματος Ι αυτών των κανονισμών. Κάθε αγωνιζόμενος στο Youth Free Combination μπορεί να εκτελέσει τις δύο (2) επιλεχθείσες φιγούρες από την άνωθεν-περιγραφόμενη διαδικασία.

AS 8.3.1 Ενότητα φιγούρων και γκρουπ από τις Φιγούρες FINA 2022-2025 του Παραρτήματος Ι θα πρέπει να έχουν κληρωθεί από το Διαιτητή/ Τεχνική Επιτροπή.

AS 8.3.2 Οι κληρώσεις θα πρέπει να έχουν πραγματοποιηθεί δεκαοκτώ (18) – εβδομήντα δύο (72) ώρες πριν την έναρξη της Αγωνιστικής των Φιγούρων.

AS 8.3.3 Η κλήρωση πρέπει να είναι δημόσια. Ο τόπος διεξαγωγής και η ώρα θα πρέπει να ανακοινώνονται τουλάχιστον είκοσι τέσσερις (24) ώρες πριν . Οι κληρώσεις μπορούν να γίνουν μέσω πλατφόρμας κοινωνικής δικτύωσης.

AS 8.4 Στην ηλικιακή κατηγορία 12 ετών και κάτω, η σειρά εμφάνισης και οι φιγούρες που θα εκτελεστούν από κάθε αγωνιζόμενο θα πρέπει να αποφασίζονται με κλήρωση. Θα κληρωθεί πρώτα η προαιρετική ομάδα του σετ δύο ομάδων φιγούρων και μετά θα κληρωθεί η σειρά εμφάνισης.

Στην κατηγορία Κορασίδων θα πρέπει να κληρωθεί πρώτα η ενότητα φιγούρων (A, B or C) και κατόπιν να κληρωθεί η σειρά εμφάνισης. Η λίστα κληρώσεων των αθλητών θα χωριστεί σε δύο ίσες ομάδες - 1 και 2 (αν οι αριθμοί δεν είναι ίσοι, η ομάδα 1 θα έχει 1 επιπλέον κολυμβητή). Στη συνέχεια, μία από τις δύο ομάδες φιγούρων του κληρωθέντος τμήματος θα εκχωρηθεί με κλήρωση σε

κάθε ομάδα αθλητών (1 και 2). Για παράδειγμα, εάν κληρωθεί το Τμήμα Β, η ομάδα αθλητών 1 μπορεί να έχει κληρωθεί με την ομάδα 4 και η ομάδα αθλητών 2 μπορεί να έχει κληρωθεί με την ομάδα 3.

AS 8.5 Τα μαγιό για τις φιγούρες θα πρέπει να είναι σύμφωνα με τον κανονισμό της FINA GR 5. Θα πρέπει να είναι μαύρο και η αθλήτρια να φορά άσπρο σκουφάκι. Μπορούν επίσης να φορεθούν γυαλιά και μυτάκι. Μόνο τα μικρά κουμπωτά κοσμήματα επιτρέπονται. Οι αθλήτριες θα πρέπει να αφαιρούν τυχόν κρεμαστά κοσμήματα πριν από την έναρξη του αγωνίσματος.

AS 9 ΠΑΝΕΛ ΚΡΙΤΩΝ ΓΙΑ ΤΙΣ ΦΙΓΟΥΡΕΣ

AS 9.1 Όταν υπάρχει επαρκής αριθμός πιστοποιημένων κριτών μπορούν να χρησιμοποιηθούν ένα (1), δύο (2) ή τέσσερα (4) πάνελ κριτών αποτελούμενα από έξι (6) ή επτά (7) κριτές.

AS 9.1.1 Όταν χρησιμοποιείται ένα (1) πάνελ κριτών, όλες οι αθλήτριες εκτελούν τις τέσσερις (4) ή τις δύο (2) φιγούρες (ανάλογα την ηλικιακή κατηγορία) τη μια μετά την άλλη σύμφωνα με την αναγραφόμενη σειρά παρουσίασης.

AS 9.1.2 Όταν χρησιμοποιούνται δύο (2) πάνελ κριτών, κάθε πάνελ κριτών θα κρίνει μία (1) ή δύο (2) φιγούρες.

AS 9.1.3 Όταν χρησιμοποιούνται τέσσερα (4) πάνελ κριτών, κάθε πάνελ κριτών θα κρίνει μία (1) φιγούρα.

AS 9.2 Κατά τη διάρκεια της αγωνιστικής των φιγούρων, οι κριτές θα πρέπει να τοποθετούνται σε υπερυψωμένες θέσεις τέτοιες που να έχουν καλή ορατότητα του προφίλ των αθλητριών.

AS 9.2.1 Όλες οι φιγούρες καθώς και η κρίση, πρέπει να ξεκινούν μετά από σήμα του Διαιτητή ή του Βοηθού Διαιτητή.

AS 9.2.2 Όλοι οι κριτές πρέπει να δείχνουν ταυτόχρονα το βαθμό τους με σήμα του Διαιτητή ή του Βοηθού Διαιτητή.

AS 9.2.3 Οι βαθμολογίες των κριτών μπορούν να ανακοινωθούν στο φωτεινό πίνακα ή να σταλούν στον ηλεκτρονικό υπολογιστή μετά

από έγκριση του Διαιτητή ή του επιλεγμένου επίσημου.

AS 10 ΚΡΙΣΗ ΦΙΓΟΥΡΩΝ

AS 10.1 Οι αθλήτριες μπορούν να λάβουν βαθμολογία 0-10 με ακρίβεια ενός δεκαδικού ψηφίου.

ΤΕΛΕΙΟ	10	ΙΚΑΝΟΠΟΙΗΤΙΚΟ	5.9 – 5.0
ΣΧΕΔΟΝ ΤΕΛΕΙΟ	9.9 – 9.5	ΕΛΛΙΠΕΣ	4.9 – 4.0
ΕΞΟΧΟ	9.4 – 9.0	ΑΔΥΝΑΜΟ	3.9 – 3.0
ΠΟΛΥ ΚΑΛΟ	8.9 – 8.0	ΠΟΛΥ ΑΔΥΝΑΜΟ	2.9 – 2.0
ΚΑΛΟ	7.9 – 7.0	ΔΥΣΚΟΛΑ ΑΝΑΓΝΩΡΙΣΙΜΟ	1.9 – 0.1
ΕΠΑΡΚΕΣ	6.9 – 6.0	ΕΝΤΕΛΩΣ ΑΠΟΤΥΧΗΜΕΝΟ	0

AS 10.2 Όλες οι κρίσεις γίνονται από τη σκοπιά της τελειότητας λαμβάνοντας υπόψη το σχεδιασμό και τον έλεγχο, με κάθε μετάβαση της φιγούρας να έχει μια αριθμητική αξία βάσει της δυσκολία της (NVT)

AS 10.3 Εάν ένας κριτής λόγω ασθένειας ή άλλων απρόβλεπτων συνθηκών δεν έχει βαθμολογήσει για κάποια φιγούρα, ο μέσος όρος των βαθμολογιών των άλλων πέντε (5) ή έξι (6) κριτών θα πρέπει να υπολογίζεται και θα πρέπει να λαμβάνεται υπόψιν και η χαμένη βαθμολογία στον τελικό βαθμό. Αυτό θα υπολογιστεί με ακρίβεια 0,1 βαθμού.

AS 11 ΠΟΙΝΕΣ ΣΤΙΣ ΦΙΓΟΥΡΕΣ

AS 11.1 Εάν μια αθλήτρια δεν εκτελέσει τη ζητούμενη φιγούρα, ή εάν η φιγούρα δεν περιέχει όλα τα απαιτούμενα στοιχεία ή εκτελείται διαφορετικά από την περιγραφή, ο Διαιτητής ή ο Βοηθός Διαιτητή πληροφορεί τους κριτές και την αγωνιζόμενη αθλήτρια ότι το αποτέλεσμα της φιγούρας είναι 0.

AS 11.2 Σε διαγωνισμό φιγούρας, εάν η βαθμολογία για τη φιγούρα είναι μηδέν, ο διαιτητής μπορεί να ελέγξει το επίσημο βίντεο μαζί με δύο Αξιολογητές της FINA ή οι κριτές της FINA (εξασφαλίζοντας ότι εκπροσωπούνται τρεις διαφορετικές Ομοσπονδίες) θα εξετάσουν το επίσημο βίντεο το πολύ τρεις φορές. Εάν δεν μπορεί να ληφθεί οριστική απόφαση μετά από τις τρεις προβολές, θα κατακυρωθεί υπέρ του αθλητή.

AS 11.3 Σε ένα διαγωνισμό φιγούρας για την κατηγορία 12 ετών και ανηλίκων, εάν ο αγωνιζόμενος δεν εκτελέσει τη σωστή φιγούρα, ο αθλητής θα επιτρέπεται να εκτελέσει ξανά αυτή τη φιγούρα και θα επιβληθεί ποινή 1 (ενός) βαθμού. Εάν ο αθλητής αποτύχει ξανά, τότε θα λάβει «0».

AS 12 ΥΠΟΛΟΓΙΣΜΟΣ ΤΟΥ ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΟΣ ΤΩΝ ΦΙΓΟΥΡΩΝ

AS 12.1 Η υψηλότερη και χαμηλότερη βαθμολογία διαγράφονται (μία από την καθεμία). Οι τέσσερις (4) ή πέντε (5) βαθμολογίες προστίθενται, το σύνολο διαιρείται με το τέσσερα (4) ή το πέντε (5). Το αποτέλεσμα πολλαπλασιάζεται με το βαθμό δυσκολίας, προκειμένου να βγει το σκορ για κάθε μια από τις τέσσερις ή δύο φιγούρες που διαγωνίστηκαν.

AS 12.2 Το άθροισμα των τεσσάρων ή δύο φιγούρων θα πρέπει να

διαίρεται με το συνολικό βαθμό δυσκολίας των φιγούρων που διαγωνίστηκαν και πολλαπλασιάζεται επί 10, και στη συνέχεια αφαιρούνται οι πονές.

AS 12.3 Το αποτέλεσμα της φιγούρας πρέπει να είναι:

AS 12.3.1 Για το Σόλο το αποτέλεσμα θα επιτυγχάνεται σύμφωνα με AS12.2

AS 12.3.2 Για το Ντουέτο – για κάθε αθλήτρια το αποτέλεσμα θα επιτυγχάνεται σύμφωνα με AS12.2. Αυτά τα αποτελέσματα θα προστίθενται και θα διαιρούνται με το δύο (2) για να υπολογιστεί ο μέσος όρος (στρογγυλοποίηση στα τέταρτα δεκαδικά ψηφία).

AS 12.3.3 Για το Ομαδικό – για κάθε αθλήτρια που συμμετείχε στο ομαδικό το αποτέλεσμα θα αποκτάται σύμφωνα με AS12.2. Αυτά τα αποτελέσματα θα προστίθενται και το σύνολο θα διαίρεται με τον αριθμό των αγωνιζόμενων στην ομάδα για να βρεθεί ο μέσος όρος βαθμολογίας (στρογγυλοποίηση στα τέταρτα δεκαδικά ψηφία).

AS 12.3.4 Εάν ένας αγωνιζόμενος μετά τα προκριματικά στο Ντουέτο ή στο Ομαδικό δεν είναι σε θέση να διαγωνιστεί σε φιγούρες (λόγω ασθένειας ή τραυματισμού), στο Ντουέτο ο βαθμός στη φιγούρα της αναπληρωματικής χρησιμοποιείται για τον προσδιορισμό της συνολικής βαθμολογίας για το ντουέτο: στο Ομαδικό, η υψηλότερη βαθμολογία των δύο αναπληρωματικών χρησιμοποιείται για τον προσδιορισμό της συνολικής βαθμολογίας για την ομάδα.

AS 13 ΑΓΩΝΙΣΤΙΚΕΣ ΧΟΡΟΓΡΑΦΙΑΣ

AS 13.1 Ένα Μικτό Ντουέτο αποτελείται από μια αθλήτρια κι έναν αθλητή.

AS 13.2 Ένα Ομαδικό θα αποτελείται από τουλάχιστον τέσσερις (4) αλλά όχι πάνω από οχτώ (8) αθλήτριες (για τις εξαιρέσεις βλέπε AS6.2). Ο αριθμός των αθλητριών του Ομαδικού δεν μπορεί να αλ-

λάξει μεταξύ Προκριματικού και Τελικού ή Τεχνικών και Ελεύθερων Χορογραφιών. Με μέγιστο αριθμό περιλαμβανομένων αντρικών συμμετοχών τις 2 .

AS 13.3 Το Free Combination θα αποτελείται από τουλάχιστον τέσσερις (4) αλλά όχι περισσότερες από δέκα (10) αθλήτριες. Με μέγιστο αριθμό αντρών αθλητών τους 2.

AS 13.4 Μία χορογραφία Acrobatic θα αποτελείται από τουλάχιστον οκτώ (8) αλλά όχι πάνω από δέκα (10) αθλήτριες. Με μέγιστο αριθμό αντρών αθλητών τους 2 .

AS 13.5 Στο Free Combination and στο Acrobatic routine, ο αριθμός των αγωνιζομένων δεν μπορεί να αλλάξει μεταξύ Προκριματικό και Τελικών.

AS 13.6 Στους αγώνες Ντουέτο, Μικτό Ντουέτο, Ομαδικό, Free Combination και Acrobatic Routine οι αγωνιζόμενοι που αναφέρονται στη συμμετοχή σύμφωνα με τον κανόνα AS 6.3.1 μπορούν να ανταλλάσσονται πριν από τις αγωνιστικές χορογραφίες.

AS 13.6.1 Κάθε αλλαγή των ονομάτων των αθλητριών από την πιο πρόσφατη δήλωση συμμετοχής πρέπει να υποβάλλεται εγγράφως στο Διαιτητή τουλάχιστον δύο (2) ώρες πριν από την δημοσιοποιημένη ώρα έναρξης της πρώτης αγωνιζομένης χορογραφίας. Αυτή η ώρα πρέπει να δημοσιοποιείται στο επίσημο πρόγραμμα των αγώνων. Αλλαγές μετά από αυτή την ώρα μπορούν να γίνουν μόνο σε περίπτωση ξαφνικής ασθένειας ή τραυματισμού κάποιας αθλήτριας και εφόσον η αναπληρωματική είναι έτοιμη να αγωνιστεί χωρίς καθυστέρηση της διοργάνωσης. Η τελική απόφαση σε κάθε περίπτωση θα παίρνεται από το Διαιτητή.

AS 13.6.2 Εάν η έλλειψη αναπληρωματικών μειώνει τον αριθμό των αθλητριών του Ομαδικού, του Free Combination ή του Acrobatic Routine σε αριθμό μικρότερο από αυτόν που ορίζεται στους κανονισμούς AS 4.4, AS 4.5, AS 6.2, AS 13.2, AS 13.3 ή AS 13.4 τότε η ομάδα αποκλείεται.

AS13.6.3 Αδυναμία να υπάρξει ενημέρωση ως προς την αντικατάσταση και/ή διαγραφή, σύμφωνα με τον κανονισμό AS13.6.1 θα έχει ως αποτέλεσμα τον αποκλεισμό της χορογραφίας.

AS 13.7 Διαδικασία κλήρωσης για Τεχνικές χορογραφίες, Προκριματικά Ελεύθερων Χορογραφιών, Προκριματικά Free Combination ή Προκριματικά Acrobatic Routine (WCH και OG).

Όλοι οι αγώνες χορογραφιών θα καταχωρηθούν σύμφωνα με την Παγκόσμια Κατάταξη. Οι κληρώσεις θα ξεκινήσουν χωρίζοντας τις συμμετοχές σε δύο μέρη: τους διαγωνιζόμενους με τρέχουσα παγκόσμια κατάταξη και αυτούς που δεν έχουν.

Διαδικασία κλήρωσης για Αθλητές που δεν έχουν κατάταξη.

Οι μη βαθμολογημένοι διαγωνιζόμενοι θα κληρωθούν τυχαία σε εναρκτήριες ομάδες των 6. Αυτές οι ομάδες θα κολυμπήσουν πρώτες για τον αγώνα με τη σειρά που κληρώθηκαν και πριν από την ομάδα διαγωνιζομένων με τη χαμηλότερη κατάταξη.

Διαδικασία κλήρωσης για Αθλητές με Παγκόσμια Κατάταξη

Οι διαγωνιζόμενοι που κατατάσσονται θα χωριστούν στη συνέχεια σε ομάδες κληρώσεων των 6 που θα συμμετέχουν από την υψηλότερη έως τη χαμηλότερη κατάταξη.

Εάν ο συνολικός αριθμός συμμετοχών της παγκόσμιας κατάταξης δεν διαιρείται με το 6, η πρώτη ομάδα που θα κολυμπήσει θα είναι η μικρότερη ομάδα. Στους 6 διαγωνιζόμενους σε κάθε όμιλο θα δοθεί ο αριθμός εκκίνησης με τυχαία κλήρωση εντός της ομάδας τους. Οι ομάδες θα κληρωθούν για να κολυμπήσουν με αντίστροφη σειρά ξεκινώντας από την ομάδα αθλητών με τη χαμηλότερη κατάταξη και μέχρι την ομάδα αθλητών με την υψηλότερη κατάταξη που θα είναι η τελευταία που θα κολυμπήσει.

Π.χ: Παγκόσμιο Πρωτάθλημα με 30 συμμετοχές στο Τεχνικό Ντουέτο – 18 Ντουέτα με κατάταξη και 12 Ντουέτα χωρίς κατάταξη.

(Διαδικασία κλήρωσης: Ντουέτα χωρίς κατάταξη: κλήρωση για σειρά έναρξης 1-12 βάσει τυχαίας κλήρωσης: Ντουέτα με κατάταξη:

κλήρωση για σειρά έναρξης 13-30 με βάση τη μέθοδο που περιγράφεται παραπάνω.

Ανατρέξτε στο Παράρτημα ΙΧ για τις Πληροφορίες Παγκόσμιας Κατάταξης

AS 13.7.1 Η κλήρωση θα είναι χειροκίνητη εάν δεν υπάρχει διαθέσιμο εγκεκριμένο από τη FINA σύστημα ηλεκτρονικής κλήρωσης. Η κλήρωση θα γίνει δεκαοκτώ (18) τουλάχιστον ώρες πριν από το πρώτο μέρος του διαγωνισμού και θα είναι δημόσια. Ο τόπος και η ώρα διεξαγωγής θα ανακοινώνονται τουλάχιστον είκοσι τέσσερις (24) ώρες νωρίτερα.

AS 13.7.2 Η σειρά της κλήρωσης θα είναι Ομαδικά, Free Combination, Acrobatic Routine, Ντουέτα, και Σόλο Προκριματικά. Για διοργανώσεις που περιλαμβάνουν Τεχνικές και Ελεύθερες Χορογραφίες, θα πραγματοποιηθεί πρώτα η κλήρωση για την Τεχνική Χορογραφία της διοργάνωσης και στη συνέχεια ακολουθούν η κλήρωση για Ελεύθερη Χορογραφία (Τεχνικό Ομαδικό, Προκριματικά Ελεύθερο Ομαδικό, Προκριματικά Free Combination, Προκριματικά Acrobatic Routine, Τεχνικό Ντουέτο, Προκριματικά Ελεύθερο Ντουέτο, Τεχνικό Μικτό Ντουέτο, Προκριματικά Ελεύθερο Μικτό Ντουέτο, Σόλο Τεχνικό, Προκριματικά Σόλο Ελεύθερο, Προκριματικά Ελεύθερο Αντρικό Σόλο)

AS 13.7.3 Όταν μια Ομοσπονδία κληρωθεί με τον αριθμό ένα (1) εκκίνησης σε μια Τεχνική χορογραφία ή Προκριματικά Ελεύθερης Χορογραφίας, Προκριματικά Free Combination ή Προκριματικά Acrobatic Routine ή κατευθείαν σε τελικό, αυτή η ομοσπονδία θα εξαιρείται από την σειρά εκκίνησης νούμερο ένα (1) σε όλους τους εναπομείναντες προκριματικούς ή σε απευθείας τελικές αγωνιστικές.

AS 13.8 Μετά τις Φιγούρες και /ή τις Τεχνικές Χορογραφίες και Προκριματικά Ελεύθερων Χορογραφιών και Προκριματικά Combination/Acrobatic Routine οι πρώτες δώδεκα (12) κατά συνολική βαθμολογία θα διαγωνιστούν στους τελικούς. Αν ο αριθμός των συμμετεχόντων στα προκριματικά είναι μεγαλύτερος από 35, οι πρώτες δεκατέσσερις (14) κατά συνολική βαθμολογία θα διαγωνιστούν στους τελικούς.

Εξαιρέση: Σε Παγκόσμιο Πρωτάθλημα Ανδρών- Γυναικών: Μετά από κάθε Τεχνική/Ελεύθερη Χορογραφία/Acrobatic Routine , οι δώδεκα καλύτεροι θα διαγωνιστούν στον αντίστοιχο τελικό.

AS 13.8.1 Σε περίπτωση ισοπαλίας (υπολογισμένη σε τέσσερα δεκαδικά) στο Σόλο, Αντρικό Σόλο, Ντουέτο, Μικτό Ντουέτο, Ομαδικό, Free Combination και Acrobatic Routine, τα κάτωθι θα εφαρμοστούν.

Εάν πρέπει να ληφθεί απόφαση για μετάβαση σε τελικούς ή κληρώσεις, για πρόκριση, για προαγωγή/υποβιβασμό, θα χρησιμοποιηθεί η ακόλουθη διαδικασία:

Για όλες τις χορογραφίες :

Η υψηλότερη βαθμολογία των στοιχείων θα κριθεί.

- Εάν εξακολουθεί να είναι ισοπαλία, η υψηλότερη βαθμολογία Χορογραφίας και Μουσικότητας στον πίνακα Καλλιτεχνικών Εντυπώσεων καθορίζει τη θέση.

- Εάν εξακολουθεί να είναι ισοπαλία, θα εξαρτηθεί από τον συνολικά υψηλότερο επιβεβαιωμένο δηλωμένο βαθμός δυσκολίας στον πίνακα των στοιχείων.

Για αγώνες με συνδυαστικά αποτελέσματα (Τεχνικές και Ελεύθερες Χορογραφίες) Παράδειγμα: Ολυμπιακοί Αγώνες, θα χρησιμοποιηθεί η ακόλουθη διαδικασία:

Η υψηλότερη βαθμολογία Ελεύθερης Χορογραφίας επί του συνολικού αποτελέσματος θα κρίνει.

- Αν είναι ακόμα ισοπαλία, η βαθμολογία των Στοιχείων της Ελεύθερης Χορογραφίας καθορίζει τη θέση.
- Αν εξακολουθεί να είναι ισοπαλία, η υψηλότερη βαθμολογία Χορογραφίας και Μουσικότητας στη βαθμολογία της Καλλιτεχνικής Εντύπωσης της Ελεύθερης Χορογραφίας καθορίζει τη θέση.
- Αν εξακολουθεί να είναι ισοπαλία, η υψηλότερη βαθμολογία των Στοιχείων της Τεχνικής Χορογραφίας καθορίζει τη θέση.

AS 13.9 Δεν επιτρέπεται η εφαρμογή θεατρικού μακιγιάζ. Μπορεί να χρησιμοποιηθεί φυσικό μακιγιάζ που αντιπροσωπεύει τη μοναδική προσωπικότητα του αθλητή ή/και το θέμα της χορογραφίας του.

AS 13.10 Η χρήση διαφόρων αξεσουάρ εξοπλισμού, γυαλιών ή πρόσθετων ενδυμάτων δεν επιτρέπεται εκτός εάν απαιτείται λόγω ιατρικών λόγων. Σε περίπτωση που ο Διαιτητής παρατηρήσει ή ενημερωθεί από τον Βοηθό Διαιτητή ότι ο (οι) αγωνιζόμενος(οι) δεν συμμορφώνεται(ονται), ο αγωνιζόμενος δεν θα επιτρέπεται να αγωνιστεί μέχρι να συμμορφωθεί .

AS 13.11 Μπορεί να φορεθούν κλιπ μύτης ή τάπες.

AS 13.12 Για λόγους ασφαλείας επιτρέπονται μόνο μικρά κουμπωτά κοσμήματα. Οι αγωνιζόμενοι πρέπει να αφαιρέσουν τυχόν κρεμασμένα κοσμήματα ή αντικείμενα που κρέμονται από τα διακοσμητικά κεφαλής ή τα μαγιά πριν από την έναρξη του αγώνα.

AS 13.13 Στις χορογραφίες τα μαγιά πρέπει να συμμορφώνονται με τον κανονισμό GR 5 και AS 13.9.-13.13. Σε περίπτωση που ο διαιτητής πιστεύει ότι τα μαγιά των αγωνιζομένων δεν είναι σύμφωνα με τους κανονισμούς, δεν θα επιτρέπεται στον αγωνιζόμενο να αγωνιστεί μέχρι να συμμορφωθεί. Ωστόσο, τα μαγιά μπορεί να αντιπροσωπεύουν τον χαρακτήρα ή το θέμα της μουσικής την οποία συνοδεύουν στην χορογραφία. Τα μαγιά δεν πρέπει να δίνουν το αποτέλε-

σμα υπερβολικού γυμνού ακατάλληλου για το άθλημα. Τα καλλιτεχνικά μαγιά πρέπει να είναι αξιοπρεπή και κατάλληλα για αθλητικούς αγώνες.

AS 14 ΧΡΟΝΙΚΑ ΟΡΙΑ ΓΙΑ ΤΙΣ ΧΟΡΟΓΡΑΦΙΕΣ

AS 14.1 Τα Χρονικά Όρια για τις Τεχνικές Χορογραφίες, τις Ελεύθερες Χορογραφίες και τις Χορογραφίες Acrobatic, περιλαμβάνοντας δέκα (10) δευτερόλεπτα για την κίνηση πάνω στην εξέδρα εκκίνησης:

AS 14.1.1

Χορογραφία Τεχνικό Σόλο = 2 λεπτά & 00 δευτερόλεπτα

Χορογραφία Τεχνικό Σόλο Αντρικό

Χορογραφία Ελεύθερο Σόλο = 2 λεπτά & 15 δευτερόλεπτα

Χορογραφία Ελεύθερο Σόλο Αντρικό = 2 λεπτά & 15 δευτερόλεπτα

AS 14.1.2 Ντουέτο Τεχνικής Χορογραφίας: 2 λεπτά & 20 δευτερόλεπτα

Ντουέτο Ελεύθερης Χορογραφίας : 2 λεπτά & 45 δευτερόλεπτα

AS 14.1.3 Μικτό Ντουέτο Τεχνικής Χορογραφίας: 2 λεπτά & 20 δευτερόλεπτα

Μικτό Ντουέτο Ελεύθερης Χορογραφίας: 2 λεπτά & 45 δευτερόλεπτα

AS 14.1.4 Τεχνικό Ομαδικό: 2 λεπτά & 50 δευτερόλεπτα

Ελεύθερο Ομαδικό: 3 λεπτά & 30 δευτερόλεπτα

AS 14.1.5 Acrobatic Routine: 3 λεπτά & 00 δευτερόλεπτα

AS 14.1.6 Υπάρχει μια ανοχή πέντε (5) δευτερολέπτων λιγότερο ή περισσότερο του επιτρεπόμενου χρόνου για όλες τις χορογραφίες.

AS 14.1.7 Στα αγωνίσματα χορογραφίας, το περπάτημα από το καθορισμένο σημείο εκκίνησης μέχρι να πάρει η αθλήτρια/ες μια σταθερή θέση πάνω στην πλατφόρμα δεν πρέπει να ξεπερνά τα τριάντα (30) δευτερόλεπτα για Τεχνικά ή Ελεύθερα Μικτά Ντουέτα, Τεχνικά και Ελεύθερα Ομαδικά, για Free Combination και Acrobatic Routine, και δεν πρέπει να ξεπερνά τα είκοσι (20) δευτερόλεπτα για οποιοδήποτε αγώνα Σόλο και Ντουέτο.

AS 14.1.8 Στα αγωνίσματα χορογραφίας, όταν η Χορογραφία ξεκινά μέσα στο νερό, ο επιτρεπόμενος χρόνος για τις αθλήτριες ώστε να επιτύχουν μία σταθερή θέση εκκίνησης μέσα στο νερό δεν θα πρέπει να ξεπερνά τα τριάντα (30) δευτερόλεπτα για το Τεχνικό και Ελεύθερο Μικτό Ντουέτο, Τεχνικό και Ελεύθερο Ομαδικό, Free Combination και Acrobatic Routine και είκοσι (20) δευτερόλεπτα για οποιοδήποτε Σόλο και για τα Γυναικεία Αγωνίσματα Ντουέτων.

AS 14.1.9 Χρονικά όρια Ηλικιακών Κατηγοριών – βλέπε ASAG 5.

AS 14.2 Η χρονομέτρηση της εκτέλεσης θα ξεκινά με το περπάτημα και θα τελειώνει με τη μουσική υπόκρουση. Η χρονομέτρηση της κίνησης πάνω στην εξέδρα εκκίνησης θα ξεκινά όταν ο πρώτος αγωνιζόμενος περάσει από το σημείο εκκίνησης και τελειώνει όταν ο τελευταίος αγωνιζόμενος πάρει θέση εκκίνησης. Η χρονομέτρηση των κινήσεων της εξέδρας θα ξεκινά με τη μουσική υπόκρουση και θα τελειώνει καθώς η τελευταία αθλήτρια αποχωρεί από την εξέδρα.

AS 14.3 Η μουσική υπόκρουση θα ξεκινήσει με σινιάλο από τον Διαιτητή ή από διορισμένο επίσημο. Μετά το σινιάλο ο αγωνιζόμενος(οι) πρέπει να εκτελέσει τη χορογραφία χωρίς διακοπή (βλέπε AS 18.2). Οι χορογραφίες μπορεί να ξεκινήσουν στην εξέδρα ή μέσα στο νερό ,αλλά πρέπει να τελειώνουν μέσα στο νερό.

AS 14.4 Ο χρονομέτρης θα ελέγχει το συνολικό χρόνο των κινήσεων της εξέδρας και του βηματισμού. Εάν σημειωθεί υπέρβαση του χρονικού ορίου για τις κινήσεις στην εξέδρα, του βηματισμού ή υπάρχει απόκλιση από το επιτρεπόμενο όριο χρόνου της χορογραφίας (βλέπε AS 14.1), ο χρονομέτρης ή ο Διευθυντής του Κέντρου Ήχου θα ενημερώσει τον Διαιτητή ή τον διορισμένο επίσημο που ορίζεται από τον διαιτητή.

AS 14.5 Όλοι οι αγωνιζόμενοι θα παρέχουν τη μουσική σύμφωνα με τις ποιοτικές απαιτήσεις κάθε Οργανωτικής Επιτροπής όπως αναφέρονται στο δελτίο. Οι διοργανωτές μπορούν να ζητήσουν νέα μουσική εάν δεν πληρούνται τα απαιτούμενα πρότυπα. Οι Προπονητές Ομάδων θα διαθέτουν στη φόρμα εγγραφής τους τον ακριβή χρόνο εκτέλεσης της μουσικής και όχι του χρόνου κολύμβησης, η οποία θα υπογραφεί στη συνάντηση των Προπονητών Ομάδων για κάθε χορογραφία. Ο επίσημος χρόνος θα επανεξετάζεται από τους masters μουσικούς του ηλεκτρονικού τρέχοντος χρόνου. Ο Master μουσικός θα ειδοποιήσει τον διαιτητή για οποιαδήποτε μουσική δεν συμμορφώνεται με τους κανόνες χρονισμού AS.

AS14.6 Εάν δεν υπάρχει επίσημη προπόνηση με μουσική, ο διοργανωτής πρέπει να δώσει στον αγωνιζόμενο ή στον Αρχηγό της Ομάδας την ευκαιρία να ακούσει τη μουσική του στον χώρο του διαγωνισμού πριν από την έναρξη του αγώνα.

AS 15 ΜΟΥΣΙΚΗ ΥΠΟΚΡΟΥΣΗ

AS 15.1 Ο Διευθυντής του Κέντρου Ήχου θα είναι υπεύθυνος για την ασφάλιση και την ορθή παρουσίαση της μουσικής υπόκρουσης για κάθε χορογραφία.

AS 15.2 Για τους αγώνες της FINA, θα χρησιμοποιείται ένας μετρητής ντεσιμπέλ (ισοσταθμιστής ήχου) για την παρακολούθηση της ισοστάθμισης του ήχου και τη διασφάλιση ότι κανένα άτομο δεν εκτίθεται σε μέσο επίπεδο ήχου που να υπερβαίνει τα 90 ντεσιμπέλ (rms)

ή στιγμιαίο μέγιστο επίπεδο ήχου που να υπερβαίνει τα 100 ντεσιμπέλ.

AS 15.3 Οι Προπονητές ομάδων είναι υπεύθυνοι για την υποβολή της μουσικής τους ηλεκτρονικά μέσω Διαδικτύου προς τον υπεύθυνο του Κέντρου Ήχου σύμφωνα με τις οδηγίες στις κλητεύσεις, τουλάχιστον 14 ημέρες πριν από την έναρξη των αγώνων εξάσκησης.

Κάθε υποβολή θα φέρει ετικέτα ως προς το γεγονός, το όνομα των αγωνιζομένων και την εθνική Ομοσπονδία.

Η οργανωτική επιτροπή πρέπει να παράσχει ένα εγκεκριμένο μουσικό σύστημα της FINA στην πισίνα του διαγωνισμού και να διαθέτει ένα δεύτερο σύστημα ήχου στην πισίνα της πρακτικής της άσκησης.

ΠΑΝΕΛ ΚΡΙΤΩΝ

AS 16.1 Πρέπει να χρησιμοποιηθούν δύο (2) πάνελ των πέντε (5) κριτών για όλες τις χορογραφίες: ένα για τα Στοιχεία και ένα για την Καλλιτεχνική Εντύπωση.

Δύο (2) ομάδες από τρεις (3) Τεχνικούς Ελεγκτές πρέπει να λειτουργούν σε όλες τις χορογραφίες: μία ομάδα για να ελέγξει τον αριθμό, τη σειρά εκτέλεσης και την προδηλωμένη δυσκολία των Ελεύθερων Στοιχείων και την εκτέλεση και την προδηλωμένη σειρά των Απαιτούμενων Τεχνικών Στοιχείων (τεχνικές χορογραφίες), και μία ομάδα για να καταχωρήσει τον αριθμό και τον τύπο των παρατηρηθέντων σφαλμάτων συγχρονισμού.

AS 16.1.1 Θα υπάρχουν 1 Τεχνικός Ελεγκτής Δυσκολίας (DTC) και 2 Βοηθοί Τεχνικοί Ελεγκτές Δυσκολίας (DATC). Ο σκοπός του ρόλου είναι να επαληθεύσει όλα τα Απαιτούμενα Τεχνικά Στοιχεία (τεχνικές χορογραφίες) και τα Ελεύθερα Στοιχεία (Υβριδικά και Ακροβατικά) που εκτελούνται σε πραγματικό χρόνο όπως εμφανίζονται

σε μια χορογραφία. Επίσης είναι υπεύθυνοι για τον εντοπισμό τυχόν "τεχνικών σφαλμάτων", τα οποία είναι διαφορές σε αυτό που δηλώνεται στην Κάρτα Προπονητή σε σχέση με αυτό που εκτελείται στο νερό. Ή ένα σφάλμα σε ένα Απαιτούμενο Τεχνικό Στοιχείο (τεχνικές χορογραφίες). Το πάνελ του Τεχνικού Ελεγκτή Δυσκολίας βρίσκεται σε άμεση πρόσβαση προς τον Διαιτητή.

AS 16.1.2 Θα υπάρχουν 3 Τεχνικοί Ελεγκτές Συγχρονισμού (STC) που θα καταγράφουν τον αριθμό των σφαλμάτων συγχρονισμού (άνισες ενέργειες) που παρατηρούνται κατά την εκτέλεση μιας χορογραφίας. Θα κάθονται στην εξέδρα με ανεμπόδιση θέα προς την πισίνα.

AS 16.2 Κατά τη διάρκεια των αγωνιστικών των χορογραφιών, οι κριτές θα πρέπει να είναι τοποθετημένοι σε υπερυψωμένες θέσεις στις απέναντι πλευρές της πισίνας.

AS 16.3 Με την ολοκλήρωση της εκτέλεσης της κάθε χορογραφίας, οι κριτές υποβάλλουν τη βαθμολογία τους.

AS 16.4 Εάν ένας ή περισσότεροι κριτές λόγω ασθενείας ή άλλων απρόβλεπτων συνθηκών δεν έχουν βαθμολογήσει για κάποια χορογραφία, ο μέσος όρος των βαθμολογιών των άλλων κριτών θα υπολογιστεί και θα θεωρείται ως η τελική βαθμολογία. Αυτή θα υπολογιστεί με ακρίβεια 0,1 βαθμού.

AS 16.4.1 Εάν συμβεί κάτι απροσδόκητο κατά τη διάρκεια μιας αγωνιστικής και ένας ή περισσότεροι κριτές δεν μπορούν να βαθμολογήσουν μια χορογραφία, ο διαιτητής μπορεί να διακόψει την αγωνιστική και την εκτέλεση. Μετά τη διευθέτηση του ζητήματος και την ασφαλή επιβεβαίωση, ο διαιτητής θα συνεχίσει την αγωνιστική και θα επιτρέψει στον αγωνιζόμενο να κολυμπήσει ξανά.

AS 16.5 Οι βαθμολογίες των κριτών θα εμφανίζονται στον πίνακα αποτελεσμάτων κατόπιν έγκρισης από τον διαιτητή.

AS 16.6 Για όλες τις Χορογραφίες, ο Επίσημος/Επίσημοι που θα αναλαμβάνει την παρακολούθηση της χρήσης του πυθμένα της πισίνας, θα ορίζεται από τον Διαιτητή & από τον Εκπρόσωπο / Επιτροπή της FINA.

AS 17 ΚΡΙΣΗ ΧΟΡΟΓΡΑΦΙΩΝ

AS 17.1 Στις χορογραφίες η αθλήτρια μπορεί να διεκδικήσει βαθμολογία από 0 – 10 με την ακρίβεια 0.25 δεκαδικού ψηφίου.

Τέλειο	10
Σχεδόν τέλειο	9.75-9.5
Εξαιρετο	9.25-9.0
Πολύ καλό	8.75-8.0
Καλό	7.75-7.0
Επαρκές	6.75-6.0
Ικανοποιητικό	5.75-5.0
Ελλιπές	4.75-4.0
Αδύναμο	3.75-3.0
Πολύ αδύναμο	2.75-2.0
Μη αναγνωρίσιμο	1.75-0.25
Αποτυχημένο	0

AS 17.2 Σε όλες τις Χορογραφίες, κάθε κριτής θα βαθμολογεί από 0 έως 10 βαθμούς ο καθένας (βλ. AS 17.1).

Οι κριτές των πάνελ για τα Στοιχεία θα απονέμουν μία βαθμολογία για την εκτέλεση κάθε Στοιχείου (Απαιτούμενο σε Ελεύθερο και Τεχνικό).

Οι κριτές του πάνελ της Καλλιτεχνικής Εντύπωσης θα απονείμουν τρεις βαθμολογίες, μία βαθμολογία για τη Χορογραφία και τη Μουσική, μία βαθμολογία για την Εκτέλεση και μία βαθμολογία για τις Μεταβάσεις.

Οι Τεχνικοί Ελεγκτές Δυσκολίας ελέγχουν την προδηλωμένη δυσκολία στην υποβληθείσα Κάρτα Προπονητή. Οι αξιολογήσεις δυσκολίας αναφέρονται στα Παραρτήματα VI και VII και η μορφή Κάρτας Προπονητή στο Παράρτημα VIII του παρόντος Κανονισμού. Η FINA διατηρεί το δικαίωμα να προσαρμόσει τις συνιστώσες που αντίθενται σε κάθε κατηγορία όπως απαιτείται.

AS 17.2.1 Πρώτο Πάνελ – ΣΤΟΙΧΕΙΑ

Στην **ΕΚΤΕΛΕΣΗ** λαμβάνεται υπόψη: το επίπεδο αριστείας στην εκτέλεση εξαιρετικά εξειδικευμένων δεξιοτήτων. Εκτέλεση όλων των στοιχείων της χορογραφίας: Απαιτούμενα Τεχνικά στοιχεία και Ελεύθερα στοιχεία (hybrid και acrobatics)

AS 17.2.2 Δεύτερο πάνελ – ΚΑΛΛΙΤΕΧΝΙΚΗ ΕΝΤΥΠΩΣΗ

Στη **ΧΟΡΟΓΡΑΦΙΑ** και τη **ΜΟΥΣΙΚΗ** λαμβάνεται υπόψη η δημιουργική ικανότητα της σύνθεσης μιας χορογραφίας που συνδυάζει καλλιτεχνικά και τεχνικά στοιχεία. Ο σχεδιασμός και η πλοκή όλων των κινήσεων όσον αφορά το πλήθος, τη δημιουργικότητα και την καινοτομία τους: στοιχεία και μεταφορές. Η επιφάνεια κάλυψης της πισίνας. Η έκφραση της διάθεσης της μουσικής, χρήση της μουσικής δομής και των κινήσεων και συγχρονισμός τους με τη μουσική.

Στην **ΑΠΟΔΟΣΗ** λάβετε υπόψη τον τρόπο με τον οποίο ο/οι κολυμβητρια/ες παρουσιάζουν τη χορογραφία στους θεατές: το βηματισμό και τις κινήσεις στην εξέδρα. Η χρήση της γλώσσας του σώματος για να εκφράσει τη σωματική και συναισθηματική δύναμη, την αυτοπεποίθηση και τον πλήρη έλεγχο της εκτέλεσης.

Στις **ΜΕΤΑΦΟΡΕΣ** εξετάστε την τέχνη και τη μαεστρία ποικίλων και στοχευμένων κινήσεων, ωθήσεων και στυλ που συνδέουν στοιχεία της χορογραφίας.

AS 18 ΑΦΑΙΡΕΣΕΙΣ ΒΑΘΜΩΝ ΠΟΙΝΕΣ ΚΑΙ ΑΛΛΑ ΘΕΜΑΤΑ ΣΤΙΣ ΧΟΡΟΓΡΑΦΙΕΣ

AS 18.1 Στον Ομαδικό αγώνα, είτε στα Προκριματικά της Ελεύθερης Χορογραφίας, Τελικό Ελεύθερης Χορογραφίας ή Τεχνική Χορογραφία, ποινή μισού βαθμού (0.5) θα αφαιρείται από το συνολικό βαθμό για κάθε μέλος της ομάδας με βαθμό μικρότερο του 8. (βλ. AS 13.2).

AS 18.2 Εάν ένας (ή περισσότεροι) αγωνιζόμενοι σταματήσουν να κολυμπούν ή είναι σαφές ότι κάνουν χρήση του τοίχου της πισίνας για στήριξη πριν ολοκληρωθεί η χορογραφία, η χορογραφία θα αποκλειστεί. Ο Διαιτητής θα αξιολογήσει εάν η διακοπή προκαλείται από περιστάσεις πέρα από τον έλεγχο του/των αγωνιζόμενου/ων. Ο Διαιτητής μπορεί να επιτρέψει την εκ νέου κολύμβηση της χορογραφίας κατά τη διάρκεια της αγωνιστικής.

AS 18.3 Ποινές στα Ελεύθερα Προγράμματα, τα Τεχνικά Προγράμματα, το Free Combination και το Acrobatic Routine:

Όλα τα Ελεύθερα Στοιχεία (ασκήσεις και ακροβατικά) έχουν έναν προυπολογισμένο Βασικό Βαθμό Δυσκολίας (Παράρτημα VI και VII) που είναι ο ελάχιστος βαθμός δυσκολίας που μπορεί να εφαρμοστεί εφόσον ένα ή περισσότερα συστατικά του στοιχείου δεν εκτελούνται ή δε συμφωνεί με το τι έχει δηλωθεί στην Coach Card. Σε περίπτωση που εντοπιστούν λάθη στον υπολογισμό του Βασικού Βαθμού Δυσκολίας, ο Τεχνικός Ελεγκτής Δυσκολίας (DTC) θα τον επαναυπολογίσει.

Ένας βαθμός ποινής (1) θα αφαιρείται από το βαθμό της χορογραφίας εάν:

AS 18.3.1 Ξεπεραστεί το χρονικό όριο των δέκα (10) δευτερολέπτων της κίνησης πάνω στην πλατφόρμα εκκίνησης.

AS 18.3.2 Υπάρχει απόκλιση από το προκαθορισμένο χρονικό όριο που επιτρέπεται (περισσότερο ή λιγότερο) για τη χορογραφία και σε συνδυασμό με τον AS 14.1 και ASAG

AS 18.3.3 Ξεπεραστεί το χρονικό όριο των 20/30 δευτερολέπτων ανάλογα με τη χορογραφία για την είσοδο στην εξέδρα εκκίνησης.

Δύο βαθμοί ποινής θα αφαιρούνται από το βαθμό της χορογραφίας εάν:

AS 18.3.4 Ένας αθλητής ή αθλήτρια κάνει σκόπιμη χρήση του πυθμένα της πισίνας κατά τη διάρκεια της χορογραφίας για υποστηρίξει τον εαυτό του ή άλλο αθλητή ή αθλήτρια. Καμία ποινή δε θα εφαρμόζεται όταν η επαφή με τον πυθμένα της πισίνας προκύπτει ως αποτέλεσμα της αυτοπροστασίας από τραυματισμούς.

AS 18.3.5 Μια χορογραφία διακόπτεται από έναν αθλητή ή αθλήτρια κατά τη διάρκεια της κίνησης στην εξέδρα εκκίνησης και μια νέα αρχή επιτραπεί.

AS 18.4 Σε όλες τις χορογραφίες δύο βαθμοί ποινής θα αφαιρούνται από το Βαθμό για τα Στοιχεία για κάθε Στοιχείο που ξεπερνά τον προδιαγεγραμμένο αριθμό που προβλέπεται ανάλογα με το αγώνισμα και την κατηγορία.

AS 18.5 Στο Ελεύθερο Μικτό Ντουέτο και τα αγωνίσματα στο Παγκόσμιο Παίδων -Κορασίδων μισός βαθμός ποινής (0.5) θα αφαιρείται από την Καλλιτεχνική Εντύπωση

