

**ΠΡΟΚΗΡΥΞΗ ΑΓΩΝΩΝ
ΤΕΧΝΙΚΗΣ ΚΟΛΥΜΒΗΣΗΣ 2020**

Με απόφαση που πήρε το Διοικητικό Συμβούλιο της Κ.Ο.Ε. στις 23/9/2019, εγκρίνεται το αγωνιστικό πρόγραμμα 2020

Όλοι οι αγώνες θα διεξαχθούν σύμφωνα με τους Διεθνείς Κανονισμούς Τεχνικής Κολύμβησης, τον Κανονισμό της Κ.Ο.Ε. και με την παρούσα Προκήρυξη.

Σε όλες τις Αγωνιστικές εκδηλώσεις είναι απαραίτητη η παρουσία Ιατρού.

Κάθε ασάφεια ή αμφιβολία θα λύνεται με απόφαση του Διοικητικού Συμβουλίου.

Το Διοικητικό Συμβούλιο της Ομοσπονδίας μπορεί να μεταβάλλει ή να τροποποιήσει την Προκήρυξη εφόσον υπάρξει κατά την κρίση του σοβαρός λόγος.

Κάθε μεταβολή γνωστοποιείται έγκαιρα στους συλλόγους.

Για το Δ.Σ.

Ο Πρόεδρος
ΔΗΜΗΤΡΗΣ ΔΙΑΘΕΣΟΠΟΥΛΟΣ

Ο Γενικός Γραμματέας
ΔΗΜΗΤΡΗΣ ΣΑΡΑΚΑΤΣΑΝΗΣ

ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΑ

ΓΕΝΙΚΕΣ ΔΙΑΤΑΞΕΙΣ	3
ΗΜΕΡΙΔΕΣ ΟΡΙΩΝ	6
ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΗΜΕΡΙΔΩΝ	6
ΧΕΙΜΕΡΙΝΟΙ ΑΓΩΝΕΣ	7
ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΑΓΩΝΩΝ	8
ΠΡΩΤΑΘΛΗΜΑ ΟΠΕΝ	9
ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΑΓΩΝΩΝ	10
ΠΙΝΑΚΑΣ ΟΡΙΩΝ	11
ΠΡΩΤΑΘΛΗΜΑ ΚΑΤΗΓΟΡΙΩΝ.	12
ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΑΓΩΝΩΝ	13
Α ΟΡΙΑ ΕΠΙΔΟΣΕΩΝ	16
Β ΟΡΙΑ ΕΠΙΔΟΣΕΩΝ	17
ΚΡΙΤΗΡΙΑ ΕΘΝΙΚΗΣ ΟΜΑΔΑΣ	17
ΣΥΝΟΠΤΙΚΟ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ	18

ΔΕΛΤΙΑ ΚΟΛΥΜΒΗΤΩΝ

Μόνο 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 οποιοσδήποτε 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 σειρών 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 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.

ΑΡΧΟΝΤΕΣ ΑΓΩΝΩΝ

Οι Αλυτάρχες των αγώνων ορίζονται με απόφαση του Δ.Σ της Κ.Ο.Ε. Τα μέλη της Γραμματείας, οι Κριτές-Χρονομέτρες και οι υπόλοιποι άρχοντες των αγώνων ορίζονται από το Δ.Σ ή την Περιφερειακή Επιτροπή των αγώνων ή τον Αλυτάρχη των αγώνων.

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

ΕΝΣΤΑΣΕΙΣ

Κάθε ένσταση ή διαμαρτυρία πρέπει να γίνεται γραπτά προς τον Αλυτάρχη μέσα σε 30 λεπτά το αργότερο από το γεγονός στο οποίο αναφέρεται.

Εάν η παράβαση αφορά αγώνισμα ή αθλητή για αντικανονική συμμετοχή κ.λ.π και είναι γνωστή εκ των προτέρων, η ένσταση πρέπει να δοθεί στον Αλυτάρχη 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 Αλυτάρχης δεν τα έχει στη διάθεσή του κατά την υποβολή της ένστασης, ο Αλυτάρχης επιφυλάσσεται να εκδώσει απόφαση, η δε Κ.Ο.Ε. υποχρεούται όπως εντός τριών (3) εργάσιμων ημερών, από της υποβολής της ένστασης να παραδώσει στον Αλυτάρχη τα σχετικά με την ένσταση στοιχεία, οπότε αυτός αποφασίζει επί της ένστασης εντός δύο (2) ημερών από την παραλαβή τους. Η απόφαση του Αλυτάρχη στην πιο πάνω περίπτωση είναι ανέκκλητη.

Εάν η ένσταση αφορά γεγονός που συνέβη κατά την διάρκεια ή μετά την τέλεση αγωνίσματος, ο Αλυτάρχης αποφασίζει ανέκκλητα εντός εικοσιτεσσάρων (24) ωρών από της υποβολής της ένστασης.

Η απόφαση του Αλυτάρχη για κάθε ένσταση υποβάλλεται προς επικύρωση και μόνο 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 συνεδρίαση του αφότου υποβληθεί σ' αυτό η σχετική απόφαση του Αλυτάρχη.

Όλες οι ενστάσεις πρέπει να υπογράφονται από τον Έφορο Τεχνικής Κολύμβησης ή από εκπρόσωπο, με έγγραφη προς τούτο εξουσιοδότηση, του σωματείου που υποβάλλει την ένσταση. Κάθε ένσταση ή διαμαρτυρία πρέπει να συνοδεύεται από **παράβολο 100 €**, άλλως αυτή είναι απαράδεκτη. 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.

Η κατάθεση (video) βάση κανονισμού της Παγκόσμιας Ομοσπονδίας (CMAS) δεν αποτελεί τεκμήριο πιστοποίησης εγκυρότητας ή ακύρωσης.

ΕΚΠΡΟΣΩΠΟΙ ΣΥΛΛΟΓΩΝ

Σε όλους τους αγώνες πρέπει απαραίτητα να υπάρχει επίσημος εκπρόσωπος κάθε Συλλόγου, γραπτά εξουσιοδοτημένος από το Δ.Σ του Συλλόγου του όπως και αναπληρωτής αυτού. Ο εκπρόσωπος ή ο αναπληρωτής του, πρέπει να είναι εξουσιοδοτημένος ώστε κατά τη διάρκεια των αγώνων **Μόνο Αυτοί** να εκπροσωπούν τον Σύλλογό τους και υποχρεούνται να παρουσιασθούν πριν την έναρξη αυτών στον Αλυτάρχη και να του παραδώσουν τις εξουσιοδοτήσεις τους. Δεν επιτρέπεται ο ορισμός προπονητή ή αθλητή εν ενεργεία σαν εκπροσώπου.

Η είσοδος στον αγωνιστικό χώρο της πισίνας κατά τη διάρκεια της προθέρμανσης ή των αγώνων θα επιτρέπεται **μόνο** στους εκπροσώπους που φέρουν τη σχετική κάρτα που εκδίδει η Ομοσπονδία .

ΔΗΛΩΣΗ ΠΡΟΠΟΝΗΤΗ

Υπενθυμίζεται η υποχρέωση των Σωματείων πριν από την έναρξη της Αγωνιστικής περιόδου να ορίζουν εγγράφως προς την Κ.Ο.Ε. τα **ονόματα των προπονητών** τους. Η υποχρέωση αυτή επεβλήθη με την υπ' αριθ. Α1-Β/Φ67 82 Υπουργική Απόφαση του Υπουργού Προεδρίας Κυβέρνησης, η οποία στο άρθρο 12 αυτής επί λέξη ορίζει: "Σωματεία μετέχοντα σε πάσης φύσεως πρωταθλήματα υποχρεούνται να ορίζουν με έγγραφο προς την Κ.Ο.Ε. τους συμβαλλόμενους προπονητές αυτών πριν την συμμετοχή τους στους πάσης φύσεως αγώνες, αλλιώς η συμμετοχή τους δεν θα επιτρέπεται. Ο ορισμός αυτός πρέπει να έχει ταχυδρομηθεί προς την Κ.Ο.Ε. με συστημένη επιστολή το αργότερο μέχρι της προηγούμενης ημέρας διεξαγωγής της πρώτης ημέρας των αγώνων, ενώ για τους υπόλοιπους αγώνες ισχύουν μόνο η δήλωση του ονόματος του προπονητή στην Αγωνοδίοκο επιτροπή, εφόσον η σύμβαση του προπονητή ισχύει.

Επιπλέον σας ΕΦΙΣΤΟΥΜΕ ΤΗΝ ΠΡΟΣΟΧΗ στην προϋπόθεση της απασχόλησης προπονητή σύμφωνα με τις διατάξεις του Ν. 2725/99, άρθρο 50, παρ. 6, η οποία θα πρέπει να πιστοποιείται με την υποβολή εκ μέρους του σωματείου, Υπεύθυνης Δήλωσης, όπου ρητά θα αναφέρονται τα στοιχεία του απασχολούμενου προπονητή και η σχέση εργασίας του με το σωματείο, συνοδευόμενη από φωτοαντίγραφο της σχετικής ΑΔΕΙΑΣ ΑΣΚΗΣΗΣ ΕΠΑΓΓΕΛΜΑΤΟΣ ΠΡΟΠΟΝΗΤΗ.

Κάθε αλλαγή προπονητή σύμφωνα με τον παρόντα κανονισμό θα 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 Τεχνικής Κολύμβησης, συνυποβάλλοντας φωτοαντίγραφο αυτής.

Η είσοδος στον αγωνιστικό χώρο της πισίνας κατά τη διάρκεια της προθέρμανσης θα επιτρέπεται μόνο στους προπονητές που φέρουν τη σχετική κάρτα προπονητή που εκδίδει η Ομοσπονδία.

Σωματείο που δεν κατέθεσε (έστω και μία 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.

ΔΗΛΩΣΕΙΣ ΣΥΜΜΕΤΟΧΗΣ

Α. Οι δηλώσεις συμμετοχής για όλες τις διοργανώσεις θα πρέπει να υποβάλλονται γραπτά, στο ειδικό έντυπο που διατίθεται από την Κ.Ο.Ε. και υπογεγραμμένες από τον αρμόδιο Έφορο ή προπονητή γραπτά εξουσιοδοτημένο από τον Σύλλογο στα γραφεία της Ομοσπονδίας στις συγκεκριμένες ημερομηνίες που έχουν οριστεί. Με ευθύνη των Συλλόγων είναι αποδεκτές οι δηλώσεις συμμετοχής και με FAX, εφόσον ενημερωθούν τηλεφωνικά για την ορθότητα της αποστολής.

Επιπροσθέτως, σ' αυτές θα πρέπει να αναγράφεται το Ονοματεπώνυμο, ο αριθμός άδειας ασκήσεως επαγγέλματος του προπονητή για το άθλημα της Τεχνικής κολύμβησης, καθώς και ο αριθμός αθλητικής αναγνώρισης του σωματείου. Ανακριβή ή ψευδή στοιχεία στη δήλωση συμμετοχής υπόκειται στο (άρθρο 8 Ν.1599/1986).

Β. Καθυστέρηση των δηλώσεων συμμετοχής σημαίνει αυτόματα τον αποκλεισμό του Σωματείου από την συγκεκριμένη διοργάνωση.

Γ. Μη συμμετοχή Κολυμβητή-τριας που έχει δηλωθεί σε αγώνισμα και δεν γνωστοποιηθεί έγκαιρα (30 λεπτά πριν την έναρξη των αγώνων) στη Γραμματεία των αγώνων ή στον Αλυτάρχη θα επιφέρει χρηματικό πρόστιμο στο Σωματείο ύψους 25 EURO.

Δ. Κολυμβητής-τρια που δηλωθεί σε περισσότερα από τα επιτρεπόμενα αγώνισμα διαγράφεται αυτόματα από τα αγωνίσματα που ακολουθούν, μόλις συμπληρωθεί το επιτρεπόμενο όριο, χωρίς προειδοποίηση του Συλλόγου του, ο οποίος επιβαρύνεται με χρηματικό πρόστιμο ύψους 35 EURO.

Ε. Κολυμβητής-τρια που μετέχει στα Πρωταθλήματα ΟΠΕΝ και Κατηγοριών και υπερβεί τους χρόνους των Β ΟΡΙΩΝ επιβαρύνει τον Σύλλογό του με χρηματικό πρόστιμο ύψους 25 EURO.

ΣΤ. Κολυμβητής-τρια που δηλωθεί στο Πρωτάθλημα της Κατηγορίας του και δεν έχει επιτύχει το προβλεπόμενο όριο (Α ΟΡΙΟ) θα διαγράφεται από το συγκεκριμένο αγώνισμα, χωρίς την προειδοποίηση του Συλλόγου του και θα επιβαρύνεται με χρηματικό πρόστιμο 30 EURO.

Ζ. Τα παράβολα συμμετοχής κολυμβητών-τριών 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)

Η. Το Δ.Σ της Ομοσπονδίας μπορεί να αποκλείσει Δήλωση συμμετοχής με ελλιπή ή ανακριβή στοιχεία.

ΕΚΚΙΝΗΣΗ

Α. Ισχύει ο θεσμός της μίας εκκίνησης.

Β. Θα αποκλείεται από το αγώνισμα ο κολυμβητής-τρια που καθυστερεί την έναρξη του αγωνίσματος κατά την διάρκεια της προετοιμασίας (**μέγιστος χρόνος 1:30 λεπτό**).

Γ. Θα αποκλείεται από το αγώνισμα ο κολυμβητής-τρια κατά την κρίση του αφέτη ή του αλυτάρχη ο οποίος καθυστερεί σκόπιμα να λάβει την θέση της εκκίνησης μετά το παράγγελμα του αφέτη (λάβετε θέσεις).

Δ. Θα αποκλείεται από το αγώνισμα κάθε κολυμβητής-τρια που κατά την κρίση του Αφέτη ή του Αλυτάρχη, πέφτει στο νερό πριν ή μετά το παράγγελμα του Αφέτη Λάβετε Θέσεις» ή τη χρονική στιγμή που διαρκεί αυτό .. Και από την λήξη του έως και την έναρξη του σφυρίγματος της κόρνας.

ΕΛΕΓΧΟΣ ΝΤΟΠΙΝΓΚ

Το Δ.Σ της Κ.Ο.Ε διατηρεί το δικαίωμα να αποφασίζει την διενέργεια αιφνιδιαστικού ελέγχου Ντόπινγκ σε οποιαδήποτε ημερίδα ή Πρωτάθλημα ή προπονητική εκδήλωση που κρίνει σκόπιμο. Με απόφαση του Δ.Σ της Κ.Ο.Ε. η οποία εγκρίθηκε και στη Γενική Συνέλευση, στον έλεγχο Ντόπινγκ συμπεριλαμβάνεται και η Αιματολογική εξέταση.

ΚΑΤΗΓΟΡΙΕΣ ΚΟΛΥΜΒΗΤΩΝ-ΤΡΙΩΝ

ΚΑΤΗΓΟΡΙΑ	ΕΤΟΣ ΓΕΝΝΗΣΗΣ
ΑΝΔΡΩΝ-ΓΥΝΑΙΚΩΝ	2002 και πριν
ΕΦΗΒΩΝ – ΝΕΑΝΙΔΩΝ	2003 – 2004
ΠΑΙΔΩΝ – ΚΟΡΑΣΙΔΩΝ	2005 – 2006
ΠΑΜΠΑΙΔΩΝ - ΠΑΓΚΟΡΑΣΙΔΩΝ (Α)	2007
ΠΑΜΠΑΙΔΩΝ -ΠΑΓΚΟΡΑΣΙΔΩΝ (Β)	2008
ΠΡΟΑΓΩΝΙΣΤΙΚΗ Α	2009 – 2010
ΠΡΟΑΓΩΝΗΣΤΙΚΗ Β	2011

Οι κολυμβητές-τριες των προαγωνιστικών Α' – Β' έχουν δικαίωμα συμμετοχής στις ημερίδες, Χειμερινό και στα Πανελλήνια Πρωταθλήματα.

Οι κολυμβητές-τριες της κατηγορίας προαγωνιστική Α' επιτρέπεται να αγωνίζονται με πτερύγιο μέγιστης διάστασης 60Χ60 ή μικρότερο, (σε περίπτωση παράβασης ο αθλητής ακυρώνεται).

Τα αγωνίσματα της προαγωνιστικής κατηγορίας Α' για την περίοδο 2019-2020 είναι τα 50,100, 200, 4Χ50 μέτρα επιφανείας Μικτή Ομάδα και 50,100, 200 και 4Χ100 μέτρα Διπλά Πέδιλα Μικτή Ομάδα.

Τα αγωνίσματα της προαγωνιστικής κατηγορίας Β' είναι 50 – 100 μέτρα επιφανείας με αποκλειστική χρήση πτερυγίου κατασκευασμένο από ομοιογενές ελαστικό υλικό μέγιστων διαστάσεων 42Χ42 εκ. και 50 – 100 μέτρα διπλά πέδιλα. Τα υλικά της συγκεκριμένης κατηγορίας εντάσσονται στους κανονισμούς 2.3.2.3 έως και 2.3.2.6 της CMAS.

Για τις προαγωνιστικές κατηγορίες (Α' – Β') **ΔΕΝ** επιτρέπεται η χρήση ολόσωμου μαγιό .

Οι συνθέσεις των ομαδικών αγωνισμάτων για τις πρωταγωνιστικές κατηγορίες (Α' – Β') είναι κοινές με τον προβλεπόμενο εξοπλισμό ανά κατηγορία.

Στην κατηγορία Παμπαίδων-Παγκορασίδων Β' τα αγωνίσματα είναι 50, 100, 200, 400 μέτρα επιφανείας, 50, 100, 200, 400 μέτρα Διπλά Πέδιλα.

Στην κατηγορία Παμπαίδων – Παγκορασίδων Α' τα αγωνίσματα είναι 50, 100, 200, 400, 800 μέτρα επιφανείας, 50, 100, 200, 400 μέτρα Διπλά Πέδιλα, 50 μέτρα Άπνοια και 100 μέτρα υποβρύχιο.

Η χρήση διπλών πτερυγίων (BIFINS) επιτρέπεται αποκλειστικά στα αγωνίσματα 50, 100, 200, 400 και 4Χ100 μέτρα στα οποία **είναι υποχρεωτική** η χρήση αναπνευστήρα.

Η αγωνιστική περίοδος για το έτος 2020 αρχίζει στις 1/11/2019, οι κολυμβητές από 1/11/2019 θα ανήκουν αγωνιστικά στην επόμενη κατηγορία. Εάν κολυμβητής στο διάστημα από 1/11/19 μέχρι 31/12/19 αγωνιζόμενος στην επόμενη κατηγορία από αυτήν που ανήκει, επιτύχει Πανελλήνια επίδοση της προηγούμενης από αυτήν που αγωνίζεται κατηγορίας, τότε αυτή θα αναγνωρισθεί.

ΕΠΙΔΟΣΕΙΣ – ΡΕΚΟΡ

Οι επίδοσεις που επιτυγχάνονται στους αγώνες αναγνωρίζονται σαν Πανελλήνια Ρεκόρ ή σαν Όρια αγώνων από την Κ.Ο.Ε. μόνο όταν τελούνται σε πισίνα 50μ και με την χρησιμοποίηση Ηλεκτρονικού Χρονομέτρου. Οι ενδιάμεσοι χρόνοι των 100,200,400 και 800 θα αναγνωρίζονται σαν νέα Πανελλήνια Ρεκόρ, μόνο όταν η τελική επίδοση του συγκεκριμένου αγωνίσματος αποτελεί νέο Πανελλήνιο Ρεκόρ.

Στα Ομαδικά αγωνίσματα αναγνωρίζεται ο χρόνος του πρώτου κολυμβητή-τριας σαν επίσημος. **Ο χρόνος του 1^{ου} Αθλητή για τα ομαδικά αγωνίσματα μεικτών ομάδων δεν κατοχυρώνεται ως ατομική επίδοση.**

ΕΛΕΓΧΟΣ ΦΙΑΛΩΝ

Για την συμμετοχή των αθλητών στα υποβρύχια αγωνίσματα, θα πρέπει οι φιάλες των ομάδων να έχουν περάσει υδροστατικό έλεγχο διετίας.

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

Να προσκομίσουν στον τεχνικό της ομοσπονδίας, πιστοποιητικό υδροστατικού ελέγχου.

Να αναγράφεται επάνω στην φιάλη το όνομα του σωματείου

Να είναι εντοπισμένα τα σημεία (με μαρκαδόρο) του τεστ και του αριθμού φιάλης. Οι φιάλες να είναι αριθμημένες κατά αύξοντα αριθμό σύμφωνα με το πιστοποιητικό ελέγχου.

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

Απαγορεύονται οι αυτοσχέδιοι μετατροπείς για το γέμισμα των φιαλών.

Επιτρέπεται η χρήση φιαλών κατασκευασμένες από χάλυβα και αλουμίνιο.

ΗΜΕΡΙΑΔΕΣ ΟΡΙΩΝ

1. Ο τρόπος διεξαγωγής των Ημεριδων Ορίων θα είναι με μορφή Ανοικτής κατηγορίας, δηλαδή οι κολυμβητές-τριες θα τοποθετούνται στις σειρές βάσει του χρόνου και ανεξάρτητα από την ηλικία τους, η δε κατάταξή τους θα γίνεται ξεχωριστά για κάθε κατηγορία.

2. Τα Σωματεία της Περιφέρειας θα αγωνίζονται στη Περιφέρειά τους βάση των κανονισμών που ορίζει η Κ.Ο.Ε..

3. Στις ημερίδες Ορίων κάθε Σύλλογος έχει δικαίωμα να συμμετάσχει με απεριόριστο αριθμό κολυμβητών-τριων σε κάθε αγώνισμα και απεριόριστο αριθμό αγωνισμάτων.

4. Υποχρεωτική είναι η χρήση ηλεκτρονικού χρονομέτρου σε όλες τις επίσημες διοργανώσεις της ομοσπονδίας.

5. Για τους αγώνες της περιφέρειας η αρμόδια περιφερειακή επιτροπή είναι υποχρεωμένη να αποστείλει τα αποτελέσματα της διοργάνωσης, μαζί με τα επίσημα έντυπα του ηλεκτρονικού χρονομέτρου (Backup) εντός 2 ημερών από την λήξη των αγώνων. Διαφορετικά οι επιδόσεις των αθλητών-τριων δεν θα λαμβάνονται υπόψη.

6. Δεν επιτρέπεται η συμμετοχή αθλητών-τριων σε αγώνες διαφορετικής περιφέρειας από αυτή που ανήκει ο σύλλογος τους, εκτός αν έχει ενημερωθεί εγκαίρως το ΔΣ της ομοσπονδίας και υπάρχει η έγκρισή της για αυτό.

ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΗΜΕΡΙΔΩΝ

1. 800μ. Επιφάνεια Αγόρια	14. 50μ. Άπνοη	Κορίτσια
2. 800μ. Επιφάνεια Κορίτσια	15. 400μ. Υποβρύχιο	Αγόρια
3. 50μ. Επιφάνεια Αγόρια	16. 400μ. Υποβρύχιο	Κορίτσια
4. 50μ. BIFINS Αγόρια	17. 100μ. Επιφάνεια	Αγόρια
5. 50μ. Επιφάνεια Κορίτσια	18. 100μ. BIFINS	Αγόρια
6. 50μ. BIFINS Κορίτσια	19. 100μ. Επιφάνεια	Κορίτσια
7. 1500μ.Επιφάνεια Αγόρια	20. 100μ. BIFINS	Κορίτσια
8. 1500μ.Επιφάνεια Κορίτσια	21. 400μ. Επιφάνεια	Αγόρια
9. 200μ. Επιφάνεια Αγόρια	22. 400μ. BIFINS	Αγόρια
10. 200μ. BIFINS Αγόρια	23. 400μ. Επιφάνεια	Κορίτσια
11. 200μ. Επιφάνεια Κορίτσια	24. 400μ. BIFINS	Κορίτσια
12. 200μ. BIFINS Κορίτσια	25. 100μ. Υποβρύχιο	Αγόρια
13. 50μ. Άπνοη Αγόρια	26. 100μ. Υποβρύχιο	Κορίτσια

Οι ημερομηνίες για τις Ημερίδες είναι:

1. 15/12/2019

N. ΕΛΛΑΔΑ

2. 26/01/2020

N. ΕΛΛΑΔΑ - Β. ΕΛΛΑΔΑ

3. 15/03/2020

N. ΕΛΛΑΔΑ - Β. ΕΛΛΑΔΑ

4. 12/04/2020

N. ΕΛΛΑΔΑ – Β. ΕΛΛΑΔΑ

5. 15/06/2020

N. ΕΛΛΑΔΑ – Β. ΕΛΛΑΔΑ

ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΟΙ ΧΕΙΜΕΡΙΝΟΙ ΑΓΩΝΕΣ

1. Διεξάγονται Πανελλήνιοι Χειμερινοί αγώνες των κατηγοριών ΑΝΔΡΩΝ-ΓΥΝΑΙΚΩΝ, ΝΕΩΝ-ΝΕΑΝΙΔΩΝ, ΠΑΙΔΩΝ-ΚΟΡΑΣΙΔΩΝ, Π/ΠΑΙΔΩΝ-Π/ΚΟΡΑΣΙΔΩΝ (Α'-Β') και ΠΡΟΑΓΩΝΙΣΤΙΚΩΝ (Α'-Β'): με συμμετοχή όλων των συλλόγων της επικράτειας .Το αγωνιστικό πρόγραμμα θα ολοκληρωθεί σε (5) πέντε αγωνιστικές .
2. Ο τρόπος διεξαγωγής των Πανελλήνιων Χειμερινών Αγώνων θα είναι με μορφή Ανοικτής κατηγορίας ΜΟΝΟ για τα ατομικά αγωνίσματα, δηλαδή οι κολυμβητές-τριες θα τοποθετούνται στις σειρές βάσει του χρόνου και ανεξάρτητα από την ηλικία τους, η δε κατάταξή τους θα γίνεται ξεχωριστά για κάθε κατηγορία. Για τις κατηγορίες των Προαγωνιστικών Α' & Β' θα διεξάγονται ξεχωριστές σειρές.
3. Κολυμβητής-τρια μικρότερης κατηγορίας δεν δικαιούται να συμμετέχει σε ατομικό αγώνισμα μεγαλύτερης κατηγορίας.
4. Κάθε Σύλλογος έχει το δικαίωμα να δηλώσει στα Ομαδικά αγωνίσματα κολυμβητές-τριες της ηλικιακά αμέσως μικρότερης κατηγορίας στην αμέσως μεγαλύτερη κατηγορία με την προϋπόθεση ότι θα συμμετέχουν υποχρεωτικά δύο (2) κολυμβητές-τριες από την συγκεκριμένη κατηγορία. Οι αθλητές-τριες των προαγωνιστικών κατηγοριών δεν μπορούν να ανεβούν κατηγορία.
5. Κάθε Σύλλογος έχει δικαίωμα να συμμετέχει με πέντε (5) κολυμβητές-τριες σε κάθε αγώνισμα και κάθε κολυμβητής-τρια έχει το δικαίωμα να συμμετέχει το πολύ μέχρι τέσσερα (4) ατομικά αγωνίσματα.
7. Οι συνθέσεις των Ομαδικών αγωνισμάτων κάθε ημέρας θα πρέπει να υποβάλλονται στη Γραμματεία των αγώνων το πολύ μέχρι την έναρξη των αγώνων. Μετά την υποβολή των συνθέσεων δεν επιτρέπεται καμία αλλαγή εκτός περιπτώσεων εξαιρετικής ανάγκης (Ασθένεια, Τραυματισμός).
8. Τα ομαδικά αγωνίσματα στις κατηγορίες Παμπαίδων - Παγκορασίδων Α'-Β' είναι κοινά χωρίς περιορισμούς όσον αφορά την αναλογία των κολυμβητών-τριων των ανάλογων κατηγοριών στον τρόπο σύνθεσή τους. Επιπροσθέτως και οι συνθέσεις των ομαδικών αγωνισμάτων για τις πρωταγωνιστικές κατηγορίες (Α' – Β') είναι κοινές με τον προβλεπόμενο εξοπλισμό ανά κατηγορία, και χωρίς περιορισμό και αναλογία στον αριθμό των συμμετεχόντων ανά κατηγορία. .
9. Δεν επιτρέπεται η συμμετοχή κολυμβητών-τριων στους Πανελλήνιους χειμερινούς αγώνες εάν δεν έχουν πάρει μέρος τουλάχιστον σε μία ημερίδα πριν από αυτούς. Εκτός από την περίπτωση που έχει εκδοθεί το δελτίο του αθλητή μετά την τελευταία ημερίδα.
10. Στους χειμερινούς αγώνες δεν υπάρχει βαθμολογία για τους συλλόγους.

Οι ημερομηνίες για τους Χειμερινούς Αγώνες είναι: **21 -23 Φεβρουαρίου 2020**

ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΑΓΩΝΩΝ

1η ΑΓΩΝΙΣΤΙΚΗ: Παρασκευή Απόγευμα 21/02/2002 Έναρξη αγώνων 17:00

1.	1500μ. Επιφάνεια	Ανδρών–Νέων-Παίδων
2.	1500μ.Επιφάνεια	Γυναικών–Νεανίδων-Κορασίδων
3.	50μ. Άπνοη	Ανδρών–Νέων–Παίδων–Π/παίδων Α
4.	50μ. Άπνοη	Γυναικών–Νεανίδων–Κορασίδων–Π/κορασίδων Α
5.	50μ. Διπλά Πέδιλα	Ανδρών–Νέων–Παίδων–Π/παίδων Α– Β – Προαγωνιστικά Α-Β
6.	50μ. Διπλά Πέδιλα	Γυναικών–Νεανίδων–Κορασίδων–Π/κορασίδων Α –Β – Προαγωνιστικά Α-Β
7.	4Χ200μ. Επιφάνεια	1 ^η Νέων –2 ^η Π/παίδων Α– Β- 3 ^η Ανδρών – 4 ^η Παίδων
8.	4Χ200μ. Επιφάνεια	1 ^η Νεανίδων–2 ^η Π/κορασίδων Α –Β – 3 ^η Γυναικών 4 ^η Κορασίδων

2η ΑΓΩΝΙΣΤΙΚΗ: Σάββατο Πρωί 22/2/2020 Έναρξη αγώνων 09:00

1.	200μ. Επιφάνεια	Ανδρών–Νέων–Παιδων–Π/παιδων Α– Β- Προαγωνιστικά Α
2.	200μ. Διπλά Πέδιλα	Ανδρών–Νέων–Παιδων–Π/παιδων Α– Β- Προαγωνιστικά Α
3.	200μ. Επιφάνεια	Γυναικών–Νεανίδων–Κορασίδων–Π/κορασιδων Α –Β- Προαγωνιστικά
4.	200μ. Διπλά Πέδιλα	Γυναικών–Νεανίδων–Κορασίδων–Π/κορασιδων Α –Β- Προαγωνιστικά
5.	200μ. Επιφάνεια	Ανδρών–Νέων–Παιδων–Π/παιδων Α– Β- Προαγωνιστικά
6.	400μ. Υποβρύχιο	Ανδρών–Νέων–Παιδων
7.	400μ. Υποβρύχιο	Γυναικών–Νεανίδων–Κορασίδων
8.	4Χ50 Επιφάνεια	Προαγωνιστική Μικτή Ομάδα Α-Β

3η ΑΓΩΝΙΣΤΙΚΗ: Σάββατο Απόγευμα 22/2/2020 Έναρξη αγώνων 17:00

1.	400μ. Επιφάνεια	Ανδρών–Νέων–Παιδων–Π/παιδων Α– Β
2.	400μ. Διπλά Πέδιλα	Ανδρών–Νέων–Παιδων–Π/παιδων Α– Β
3.	400μ. Επιφάνεια	Γυναικών–Νεανίδων–Κορασίδων–Π/κορασιδων Α –Β
4.	400μ. Διπλά Πέδιλα	Γυναικών–Νεανίδων–Κορασίδων–Π/κορασιδων Α –Β
5.	100μ. Υποβρύχιο	Ανδρών–Νέων–Παιδων–Π/παιδων Α
6.	100μ. Υποβρύχιο	Γυναικών–Νεανίδων–Κορασίδων–Π/κορασιδων Α
7.	4Χ100μ. Διπλά Πέδιλα	Μικτή ομάδα (2 αγόρια – 2 κορίτσια) 1 ^Η (ΝΕΩΝ-Ν/ΔΩΝ) . 2 ^Η (Π/παιδ.Α.Β-Π/κορ.Α.Β) – 3 ^Η (ΑΝ-ΓΥΝ).- 4 ^Η (ΠΑΙΔ.-ΚΟΡ. - 5 ^Η Προαγωνιστικά Α-Β

4η ΑΓΩΝΙΣΤΙΚΗ: Κυριακή ΠΡΩΙ 23/2/2020 Έναρξη αγώνων 09:00

1.	50μ. Επιφάνεια	Ανδρών–Νέων–Παιδων–Π/παιδων Α– Β – Προαγωνιστικά Α-Β
2.	50μ. Επιφάνεια	Γυναικών–Νεανίδων–Κορασίδων–Π/κορασιδων Α –Β – Προαγωνιστικά Α-Β
3.	800μ. Επιφάνεια	Ανδρών–Νέων–Παιδων–Π/παιδων Α
4.	800μ. Επιφάνεια	Γυναικών–Νεανίδων–Κορασίδων–Π/κορασιδων Α
5.	4Χ100μ. Επιφάνεια	1 ^η Νέων –2 ^η Π/παιδων Α– Β- 3 ^η Ανδρών – 4 ^η Παιδων
6.	4Χ100μ.Επιφάνεια	1 ^η Νεανίδων–2 ^η –Π/κορασιδων Α –Β – 3 ^η Γυναικών 4 ^η Κορασίδων

5η ΑΓΩΝΙΣΤΙΚΗ: Κυριακή ΑΠΟΓΕΥΜΑ 23/2/2020 Έναρξη αγώνων 17:00

1.	100μ. Επιφάνεια	Ανδρών–Νέων–Παιδων–Π/παιδων Α– Β- Προαγωνιστικά Α-Β
2.	100μ. Διπλά Πέδιλα	Ανδρών–Νέων–Παιδων–Π/παιδων Α– Β- Προαγωνιστικά Α-Β
3.	100μ. Επιφάνεια	Γυναικών–Νεανίδων–Κορασίδων–Π/κορασιδων Α –Β - Προαγωνιστικά
4.	100μ. Διπλά Πέδιλα	Γυναικών–Νεανίδων–Κορασίδων–Π/κορασιδων Α –Β- Προαγωνιστικά
5.	4Χ50μ. Επιφάνεια	Μικτή ομάδα (2 αγόρια – 2 κορίτσια) 1 ^Η (ΝΕΩΝ-Ν/ΔΩΝ) . 2 ^Η (Π/παιδ.Α.Β-Π/κορ.Α.Β) – 3 ^Η (ΑΝ-ΓΥΝ).- 4 ^Η (ΠΑΙΔ.-ΚΟΡ.)

Οι ημερομηνίες για τους Πανελλήνιους Χειμερινούς Αγώνες είναι: **21 – 23/02/2020**

Δηλώσεις Συμμετοχής:

17/02/2020 16:30 μ.μ.

ΠΡΩΤΑΘΛΗΜΑ ΟΠΕΝ

1. Το πρωτάθλημα της ΟΠΕΝ κατηγορίας θα γίνει σε Πανελλήνια βάση.
2. Επιτρέπεται η συμμετοχή οποιουδήποτε κολυμβητή-τριας ανεξαρτήτου ηλικίας εφόσον έχει επιτύχει το προβλεπόμενο όριο στο συγκεκριμένο ατομικό ή ομαδικό αγώνισμα που θα συμμετέχει.
3. Κάθε σύλλογος έχει δικαίωμα να συμμετέχει με πέντε (5) κολυμβητές-τριες σε κάθε αγώνισμα και κάθε κολυμβητής-τρια έχει το δικαίωμα να συμμετέχει το πολύ μέχρι τέσσερα (4) ατομικά αγωνίσματα.
4. Οι αγώνες θα διεξαχθούν σε δύο φάσεις, το πρώι οι προκριματικοί και το απόγευμα οι τελικοί (οι οκτώ (8) καλύτεροι χρόνοι των προκριματικών).
Η τοποθέτηση των κολυμβητών-τριών σε σειρές στους προκριματικούς θα γίνει σύμφωνα με τους Διεθνείς κανονισμούς (πυραμίδα) και η θέση των κολυμβητών-τριών στους τελικούς θα καθορίζεται από τους χρόνους που έκαναν στους προκριματικούς.
5. Στα 400μ. – 800μ. – 1500μ. Επιφάνεια, στα 400μ. Υποβρύχιο και στα 400μ. Διπλά Πέδιλα, δεν διεξάγονται προκριματικοί αγώνες.
Οι σειρές με τις οκτώ (8) καλύτερες επιδόσεις, που έχουν επιτευχθεί σε προηγούμενους επίσημους αγώνες από την αρχή της αγωνιστικής χρονιάς (2019-2020), για τα παραπάνω αγωνίσματα θα διεξάγονται το απόγευμα.
6. Κολυμβητής ή Ομάδα που θα προκρίνεται, υποχρεούται να συμμετέχει στους τελικούς. Εάν δεν μπορεί, για οποιοδήποτε λόγο να συμμετέχει, οφείλει να το δηλώσει εγγράφως στον Αλυτάρχη ή την Γραμματεία των αγώνων το πολύ εντός (30 λεπτών) από την διεξαγωγή του αγωνίσματος. Στη περίπτωση παραίτησης, ο αμέσως επόμενος ή επόμενοι κολυμβητές-τριες ή Ομάδα καταλαμβάνουν αντίστοιχα τις θέσεις των αποχωρούντων για τους τελικούς όπου και βαθμολογούνται. Αντίθετα ο σύλλογος που ανήκει ο κολυμβητής-τρια ή Ομάδα του συλλόγου που απουσιάζει αυθαίρετα από τους τελικούς, χάνει τους συγκεκριμένους βαθμούς της οκτάδας και επιβαρύνεται με χρηματικό πρόστιμο ύψους 25 EURO.
7. Βαθμολογούνται οι οκτώ (8) πρώτοι χρόνοι σε κάθε αγώνισμα.
8. Οι συνθέσεις των ομαδικών αγωνισμάτων μπορεί να είναι διαφορετικές στους προκριματικούς και τελικούς αντίστοιχα και πρέπει να υποβάλλονται στη Γραμματεία των αγώνων το πολύ μέχρι την έναρξη της κάθε αγωνιστικής περιόδου. Μετά την υποβολή των συνθέσεων δεν επιτρέπεται καμία αλλαγή εκτός των περιπτώσεων εξαιρετικής ανάγκης (ασθένεια, τραυματισμός).
9. Οι φιάλες θα γεμίζονται από την ομοσπονδία και οι έφοροι των ομάδων θα πρέπει:
Να προσκομίσουν στον τεχνικό της ομοσπονδίας, πιστοποιητικό υδροστατικού ελέγχου.
Να αναγράφεται επάνω στην φιάλη το όνομα του σωματείου
Να είναι εντοπισμένα τα σημεία (με μαρκαδόρο) του τεστ και του αριθμού φιάλης.
Οι φιάλες να είναι αριθμημένες κατά αύξοντα αριθμό σύμφωνα με το πιστοποιητικό ελέγχου.
Η ευθύνη ελέγχου σωστής πληρότητας των φιαλών βαραινεί τον προπονητή κάθε ομάδας.
Απαγορεύονται οι αυτοσχέδιοι μετατροπείς για το γέμισμα των φιαλών.
Επιτρέπεται η χρήση φιαλών κατασκευασμένες από χάλυβα και αλουμίνιο.
10. Εάν κολυμβητής μετέχει στο Πανελλήνιο Πρωτάθλημα ΟΠΕΝ Κατηγορίας με το όριο να έχει επιτευχθεί σε κολυμβητήριο 25μ., τότε ο χρόνος του δεν λογίζεται για τη θέση του σε σειρά. Ο εν λόγω κολυμβητής θα μετέχει χωρίς χρόνο.
11. Καθιερώνεται η βράβευση του καλύτερου αθλητή-τριας του πρωταθλήματος. Η βράβευση θα γίνεται σύμφωνα με τον διεθνή πίνακα αξιολόγησης των επιδόσεων. Θα υπολογίζεται η βαθμολογία στο καλύτερο αγώνισμα του κάθε αθλητή – τριας.
12. Οι αθλητές-τριες της κατηγορίας βετεράνων δεν έχουν δικαίωμα συμμετοχής.

1η ΑΓΩΝΙΣΤΙΚΗ (Πρωί)

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

1η ΑΓΩΝΙΣΤΙΚΗ (Απόγευμα)

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

2η ΑΓΩΝΙΣΤΙΚΗ (Πρωί)

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

2η ΑΓΩΝΙΣΤΙΚΗ (Απόγευμα)

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

3η ΑΓΩΝΙΣΤΙΚΗ (Πρωί)

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

3η ΑΓΩΝΙΣΤΙΚΗ (Απόγευμα)

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

Οι ημερομηνίες για το Πρωτάθλημα της ΟΠΕΝ κατηγορίας είναι: **8 - 10/05/2020**
Δηλώσεις Συμμετοχής: 04/05/2020 16:30 μ.μ.

Πίνακας Ορίων για την συμμετοχή των κολυμβητών-τριων στο Πρωτάθλημα της ΟΠΕΝ κατηγορίας:

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

ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΟ ΠΡΩΤΑΘΛΗΜΑ ΚΑΤΗΓΟΡΙΩΝ

1. Διεξάγονται οι Θερινοί αγώνες των κατηγοριών ΑΝΔΡΩΝ-ΓΥΝΑΙΚΩΝ, ΝΕΩΝ-ΝΕΑΝΙΔΩΝ, ΠΑΙΔΩΝ-ΚΟΡΑΣΙΔΩΝ, ΠΑΜΠΑΙΔΩΝ-ΠΑΓΚΟΡΑΣΙΔΩΝ (Α'-Β')..
2. Επιτρέπεται η συμμετοχή οποιουδήποτε κολυμβητή-τριας στην κατηγορία του εφόσον έχει επιτύχει το προβλεπόμενο όριο Α στο συγκεκριμένο αγώνισμα που συμμετέχει.
3. Κάθε Σύλλογος έχει δικαίωμα να συμμετέχει με πέντε (5) κολυμβητές-τριες σε κάθε αγώνισμα και κάθε κολυμβητής-τρια έχει δικαίωμα να συμμετέχει το πολύ μέχρι τέσσερα (4) ατομικά αγωνίσματα.
4. Κάθε Σύλλογος έχει το δικαίωμα να δηλώσει στα Ομαδικά αγωνίσματα κολυμβητές-τριες της ηλικιακά αμέσως μικρότερης κατηγορίας στην αμέσως μεγαλύτερη κατηγορία με την προϋπόθεση ότι θα συμμετέχουν υποχρεωτικά δύο (2) κολυμβητές-τριες από την συγκεκριμένη κατηγορία. Οι αθλητές-τριες των προαγωνιστικών κατηγοριών δεν επιτρέπεται να ανεβούν κατηγορία. Για την συμμετοχή στα ομαδικά αγωνίσματα αρκεί ο κολυμβητής-τρια να έχει επιτύχει ένα (1) προβλεπόμενο όριο σε ατομικό ή στο συγκεκριμένο ομαδικό αγώνισμα.
5. Βαθμολογούνται οι οκτώ (8) πρώτοι χρόνοι σε κάθε αγώνισμα.
6. Οι συνθέσεις των ομαδικών αγωνισμάτων πρέπει να υποβάλλονται στη Γραμματεία των αγώνων το πολύ μέχρι την έναρξη της κάθε αγωνιστικής περιόδου. Μετά την υποβολή των συνθέσεων δεν επιτρέπεται καμία αλλαγή εκτός των περιπτώσεων εξαιρετικής ανάγκης (ασθένεια, τραυματισμός).
7. Οι φιάλες θα γεμίζονται από την ομοσπονδία και οι έφοροι των ομάδων θα πρέπει:
Να προσκομίσουν στον τεχνικό της ομοσπονδίας, πιστοποιητικό υδροστατικού ελέγχου.
Να αναγράφεται επάνω στην φιάλη το όνομα του σωματείου
Να είναι εντοπισμένα τα σημεία (με μαρκαδόρο) του τεστ και του αριθμού φιάλης.
Οι φιάλες να είναι αριθμημένες κατά αύξοντα αριθμό σύμφωνα με το πιστοποιητικό ελέγχου.
Η ευθύνη ελέγχου σωστής πληρότητας των φιαλών βαραίνει τον προπονητή κάθε ομάδας.
Απαγορεύονται οι αυτοσχέδιοι μετατροπείς για το γέμισμα των φιαλών.
Επιτρέπεται η χρήση φιαλών κατασκευασμένες από χάλυβα και αλουμίνιο.
8. Εάν κολυμβητής μετέχει στο Πανελλήνιο Πρωτάθλημα Κατηγοριών με το όριο να έχει επιτευχθεί σε κολυμβητήριο 25μ., τότε ο χρόνος του δεν λογίζεται για τη θέση του σε σειρά. Ο εν λόγω κολυμβητής θα μετέχει χωρίς χρόνο.
9. Οι αθλητές-τριες της κατηγορίας βετεράνων δεν έχουν δικαίωμα συμμετοχής.

ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΟΙ ΑΓΩΝΕΣ ΠΡΟΑΓΩΝΙΣΤΙΚΩΝ ΚΑΤΗΓΟΡΙΩΝ

1. Διεξάγονται οι Θερινοί αγώνες των ΠΡΟΑΓΩΝΙΣΤΙΚΩΝ Α'-Β' κατηγοριών Αγοριών-Κοριτσιών, κατά την διάρκεια του Πανελληνίου Πρωταθλήματος Κατηγοριών.
2. Κάθε Σύλλογος έχει δικαίωμα να συμμετέχει με ΕΞΙ (6) κολυμβητές-τριες σε κάθε αγώνισμα και κάθε κολυμβητής-τρια έχει δικαίωμα να συμμετέχει το πολύ μέχρι τρία (3) ατομικά αγωνίσματα.
3. Η βαθμολογία των Προαγωνιστικών Α'-Β' είναι κοινή . Βαθμολογούνται οι οκτώ (8) πρώτοι χρόνοι σε κάθε αγώνισμα.
4. Για την προαγωνιστική κατηγορία Α' τα ατομικά αγωνίσματα για την περίοδο 2019-2020 είναι τα 50,100, 200, επιφανείας και 50,100, 200 Διπλά πέλδιλα .
5. Τα αγωνίσματα της προαγωνιστικής κατηγορίας Β' είναι 50 – 100 μέτρα επιφανείας με αποκλειστική χρήση πτερυγίου κατασκευασμένο από ομοιογενές ελαστικό υλικό μέγιστων διαστάσεων 42Χ42 εκ. και 50 – 100 μέτρα διπλά πέλδιλα. Τα υλικά της συγκεκριμένης κατηγορίας εντάσσονται στους κανονισμούς 2.3.2.3 έως και 2.3.2.6 της CMAS.
6. Τα αγωνίσματα και οι συνθέσεις των ομαδικών αγωνισμάτων 4Χ50 μέτρα Επιφάνεια Μικτή ομάδα και 4Χ100 μέτρα Διπλά πέλδιλα Μικτή Ομάδα για τις πρωταγωνιστικές κατηγορίες (Α'-Β') είναι κοινά με τον προβλεπόμενο εξοπλισμό ανά κατηγορία.
7. Οι συνθέσεις των ομαδικών αγωνισμάτων πρέπει να υποβάλλονται στη Γραμματεία των αγώνων το πολύ μέχρι την έναρξη της κάθε αγωνιστικής περιόδου. Μετά την υποβολή των συνθέσεων δεν επιτρέπεται καμία αλλαγή εκτός των περιπτώσεων εξαιρετικής ανάγκης (ασθένεια, τραυματισμός).
8. Για τις προαγωνιστικές κατηγορίες (Α' – Β') **ΔΕΝ** επιτρέπεται η χρήση ολόσωμου μαγιό .
9. Κατά τα λοιπά ισχύουν οι γενικές διατάξεις που αφορούν την συγκεκριμένη κατηγορία.

ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΑΓΩΝΩΝ

1η ΑΓΩΝΙΣΤΙΚΗ (Πρωί)

1.	1500μ. Επιφάνεια	Ανδρών – Γυναικών
2.	200μ. Επιφάνεια	Παιδων – Κορασίδων
3.	200μ. Διπλά Πέδyla	Παιδων – Κορασίδων
4.	800μ. Επιφάνεια	Νέων – Νεανίδων
5.	800μ. Επιφάνεια	Π/παιδων Α – Π/κορασίδων Α
6.	200μ. Επιφάνεια	Προαγωνιστικά Α
7.	200μ. Διπλά Πέδyla	Προαγωνιστικά Α
8.	4Χ200μ. Διπλά Πέδyla Μικτή Ομάδα	Π/παιδων Α –Β - Π/κορασίδων Α-Β

1η ΑΓΩΝΙΣΤΙΚΗ (Απόγευμα)

1.	50μ. Επιφάνεια	Ανδρών – Γυναικών
2.	50μ. Διπλά Πέδyla	Ανδρών – Γυναικών
3.	50μ. Επιφάνεια	Νέων – Νεανίδων
4.	50μ. Διπλά Πέδyla	Νέων – Νεανίδων
5.	50μ. Επιφάνεια	Π/παιδων Α – Π/κορασίδων Α
6.	50μ. Διπλά Πέδyla	Π/παιδων Α – Π/κορασίδων Α
7.	50μ. Επιφάνεια	Π/παιδων Β – Π/κορασίδων Β
8.	50μ. Διπλά Πέδyla	Π/παιδων Β – Π/κορασίδων Β
9.	100μ. Υποβρύχιο	Παιδων – Κορασίδων
10.	4Χ200μ. Επιφάνεια	Ανδρών-γυναικών
11.	4Χ200μ. Επιφάνεια	Παιδων – Κορασίδων
12.	4Χ50μ. Μικτή Ομάδα	Π/παιδων Α –Β - Π/κορασίδων Α-Β

2η ΑΓΩΝΙΣΤΙΚΗ (Πρωί)

1.	200μ. Επιφάνεια	Νέων – Νεανίδων
2.	200μ. Διπλά Πέδyla	Νέων – Νεανίδων
3.	200μ. Επιφάνεια	Ανδρών – Γυναικών
4.	200μ. Διπλά Πέδyla	Ανδρών – Γυναικών
5.	1500μ. Επιφάνεια	Παιδων – Κορασίδων
6.	100μ. Επιφάνεια	Προαγωνιστικά Α-Β
7.	100μ. Διπλά Πέδyla	Προαγωνιστικά Α-Β
8.	4Χ100μ. Επιφάνεια	Π/παιδων Α-Β – Π/κορασίδων Α-Β

2η ΑΓΩΝΙΣΤΙΚΗ (Απόγευμα)

1.	100μ. Επιφάνεια	Παίδων – Κορασίδων
2.	100μ. Διπλά Πέδπλα	Παίδων – Κορασίδων
3.	100μ. Επιφάνεια	Π/παίδων Α – Π/κορασίδων Α
4.	100μ. Διπλά Πέδπλα	Π/παίδων Α – Π/κορασίδων Α
5.	100μ. Επιφάνεια	Π/παίδων Β – Π/κορασίδων Β
6.	100μ. Διπλά Πέδπλα	Π/παίδων Β – Π/κορασίδων Β
7.	100μ. Υποβρύχιο	Ανδρών – Γυναϊκών
8.	100μ. Υποβρύχιο	Νέων – Νεανίδων
9.	4Χ200μ. Επιφάνεια	Νέων – Νεανίδων
10.	4Χ100μ. Διπλά Πέδπλα Μικτή Ομάδα	Παίδων - Κορασίδων
11	4Χ50μ. Μικτή Ομάδα	Ανδρών – Γυναϊκών
12.	4Χ200μ. Επιφάνεια	Π/παίδων Α-Β – Π/κορασίδων Α-Β

3η ΑΓΩΝΙΣΤΙΚΗ (Πρωί)

1.	400μ. Υποβρύχιο	Ανδρών – Γυναϊκών
2.	400μ. Υποβρύχιο	Νέων – Νεανίδων
3.	1500μ. Επιφάνεια	Νέων – Νεανίδων
4.	800μ. Επιφάνεια	Ανδρών – Γυναϊκών
5.	400μ. Επιφάνεια	Παίδων – Κορασίδων
6.	400μ. Διπλά Πέδπλα	Παίδων – Κορασίδων
7.	400μ. Επιφάνεια	Π/παίδων Α – Π/κορασίδων Α
8.	400μ. Διπλά Πέδπλα	Π/παίδων Α – Π/κορασίδων Α
9.	400μ. Επιφάνεια	Π/παίδων Β – Π/κορασίδων Β
10.	400μ. Διπλά Πέδπλα	Π/παίδων Β – Π/κορασίδων Β
11.	4Χ50μ. Επιφάνεια Μικτή Ομάδα	Νέων - Νεανίδων

3η ΑΓΩΝΙΣΤΙΚΗ (Απόγευμα)

1.	100μ. Επιφάνεια	Ανδρών – Γυναϊκών
2.	100μ. Διπλά Πέδπλα	Ανδρών - Γυναϊκών
3.	100μ. Επιφάνεια	Νέων - Νεανίδων
4.	100μ. Διπλά Πέδπλα	Νέων - Νεανίδων
5.	50μ. Άπνοη	Παίδων – Κορασίδων
6.	50μ. Άπνοη	Π/παίδων Α – Π/κορασίδων Α
7.	50μ. Επιφάνεια	Προαγωνιστικά Α-Β
8.	50μ. Διπλά Πέδπλα	Προαγωνιστικά Α-Β
9.	4Χ100μ.Επιφάνεια	Ανδρών – Γυναϊκών
10.	4Χ100μ.Επιφάνεια	Παίδων - Κορασίδων

4η ΑΓΩΝΙΣΤΙΚΗ (Πρωί)

1.	400μ. Υποβρύχιο	Παιδων – Κορασίδων
2.	400μ. Επιφάνεια	Νέων – Νεανίδων
3.	400μ. Διπλά Πέδyla	Νέων – Νεανίδων
4.	800μ. Επιφάνεια	Παιδων – Κορασίδων
5.	200μ. Επιφάνεια	Π/παιδων Α – Π/κορασίδων Α
6.	200μ. Διπλά Πέδyla	Π/παιδων Α – Π/κορασίδων Α
7.	200μ. Επιφάνεια	Π/παιδων Β – Π/κορασίδων Β
8.	200μ. Διπλά Πέδyla	Π/παιδων Β – Π/κορασίδων Β
9.	4Χ100μ. Διπλά Πέδyla Μικτή Ομάδα	Νέων - Νεανίδων
10.	4Χ100μ. Διπλά Πέδyla Μικτή Ομάδα	Προαγωνιστικά

4η ΑΓΩΝΙΣΤΙΚΗ (Απόγευμα)

1.	50μ. Επιφάνεια	Παιδων – Κορασίδων
2.	50μ. Διπλά Πέδyla	Παιδων – Κορασίδων
3.	50μ. Άπνοη	Ανδρών – Γυναικών
4.	50μ. Άπνοη	Νέων – Νεανίδων
5.	400μ. Επιφάνεια	Ανδρών – Γυναικών
6.	400μ. Διπλά Πέδyla	Ανδρών – Γυναικών
7.	100μ. Υποβρύχιο	Π/παιδων Α – Π/κορασίδων Α
8.	4Χ50μ. Επιφάνεια Μικτή Ομάδα	Πρωταγωνιστικά Α-Β
9.	4Χ100μ. Διπλά Πέδyla Μικτή Ομάδα	Ανδρών – Γυναικών
10.	4Χ50μ. Επιφάνεια Μικτή Ομάδα	Παιδων – Κορασίδων
11.	4Χ100μ. Επιφάνεια	Νέων – Νεανίδων

Οι ημερομηνίες για το Πανελλήνιο Πρωτάθλημα Κατηγοριών είναι: **16 – 19/07/2020**
Δηλώσεις συμμετοχής: 10/7/2020 16:30μμ

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

ΑΓΩΝΙΣΜΑ	ΝΕΩΝ ΝΕΑΝΙΔΩΝ	ΠΑΙΔΩΝ ΚΟΡΑΣΙΔΩΝ	Π/ΠΑΙΔΩΝ Α Π/ΚΟΡΑΣΙΔΩΝ Α	Π/ΠΑΙΔΩΝ Β Π/ΚΟΡΑΣΙΔΩΝ Β
50 ΑΠΝΟΙΑ	22.74 23.40	24.51 25.38	25.50 26.94	Δ.Υ.
100 ΥΠΟΒΡΥΧΙΟ	47.71 53.78	54.67 57.92	1:01.48 1:02.23	Δ.Υ.
400 ΥΠΟΒΡΥΧΙΟ	4:05.81 4:11.60	4:10.19 4:14.12	Δ/Υ	Δ.Υ.
50 ΕΠΙΦΑΝΕΙΑ	22.26 25.48	24.86 26.55	27.84 29.49	32.22 32.76
50 ΔΙΠΛΑ ΠΕΔΙΛΑ	25.90 28.81	27.55 29.70	30.62 31.80	34.27 35.15
100 ΕΠΙΦΑΝΕΙΑ	49.22 55.90	54.93 59.65	1:03.19 1:06.63	1:06.87 1:07.88
100 ΔΙΠΛΑ ΠΕΔΙΛΑ	55.60 1:01:53	57.78 1:03.24	1:03.58 1:07:29	1:09.07 1:10.88
200 ΕΠΙΦΑΝΕΙΑ	1:53.24 1:59.25	1:59.15 2:09.00	2:15.15 2:27.91	2:18.28 2:30.07
200 ΔΙΠΛΑ ΠΕΔΙΛΑ	2:05.13 2:13.33	2:11.75 2:15.70	2:18.21 2:22.27	2:36.12 2:39.44
400 ΕΠΙΦΑΝΕΙΑ	3:54.18 4:07.10	4:02.25 4:16.80	4:22.84 4:37.27	4:39.79 4:50.31
400 ΔΙΠΛΑ ΠΕΔΙΛΑ	4:40.24 4:52.26	4:53.90 4:57.54	5:12.21 5:19.66	5:40.11 5:50.16
800 ΕΠΙΦΑΝΕΙΑ	8:21.06 8:35.67	8:38.60 9:21.33	9:02.21 10:05.52	Δ.Υ.
1500 ΕΠΙΦΑΝΕΙΑ	15:18.43 16:18.93	16:14.34 16:35.44	Δ/Υ Δ/Υ	Δ.Υ.

- Τα όρια για την συμμετοχή στο πρωτάθλημα κατηγοριών για τους Άνδρες και τις Γυναίκες είναι όμοια με αυτά του πρωταθλήματος ΟΠΕΝ κατηγορίας.

ΟΡΙΑ ΠΡΟΕΘΝΙΚΗΣ ΟΜΑΔΑΣ

ΑΓΩΝΙΣΜΑΤΑ	ΑΝΔΡΩΝ	ΓΥΝΑΙΚΩΝ	ΝΕΩΝ	ΝΕΑΝΙΔΩΝ
50μ. Επιφάνεια	15.67	18.19	16.90	19.25
50μ. Διπλά Πέδιλα	19.37	22.41	20.05	23.00
100μ. Επιφάνεια	35.50	40.56	38.00	42.45
100μ. Διπλά Πέδιλα	42.94	48.99	44.90	50.20
200μ. Επιφάνεια	1:22.33	1:31.40	1:27.10	1:34.89
200μ. Διπλά Πέδιλα	1:37.00	1:48.47	1:40.29	1:50.73
400μ. Επιφάνεια	3:02.74	3:20.92	3:12.00	3:26.10
400μ. Διπλά Πέδιλα	3:33.62	3:52.52	3:38:23	3:56.90
800μ. Επιφάνεια	6:27.74	7:05.35	6:44.11	7:17.10
1500μ. Επιφάνεια	12:42.90	13:48.75	13:08.00	14:10.10
50μ. Άπνοη	14.58	16.48	15.73	17.57
100μ. Υποβρύχιο	33.12	37.16	36.05	40.10
400μ. Υποβρύχιο	2:49.50	3:11.57	3:03.26	3:20.15

ΟΡΙΑ ΕΘΝΙΚΩΝ ΟΜΑΔΩΝ (OPEN WATER)

ΑΓΩΝΙΣΜΑΤΑ	ΑΝΔΡΩΝ	ΓΥΝΑΙΚΩΝ	ΝΕΩΝ	ΝΕΑΝΙΔΩΝ
1500μ. Επιφάνεια	12:46:00	13:52:00	13:11:00	14:13:10
400μ. Διπλά πέδιλα	3:33:62	3:52:52	3:38:23	3:56:90

- 1) Επίσημες διοργανώσεις για την επίτευξη των ορίων πρόκρισης για την προεθνική ομάδα θα είναι: οι Πανελλήνιοι Χειμερινοί Αγώνες και το Πανελλήνιο της κατηγορίας Open.
- 2) Η 1^η Πανελλήνια νίκη δεν αποτελεί κριτήριο εισόδου στις Εθνικές Ομάδες .
- 3) Ο αριθμός και συνεπώς η τελική επιλογή των κολυμβητών-τριων για την Εθνική ομάδα Ανδρών - Γυναικών εν' όψη του Παγκοσμίου Πρωταθλήματος θα γίνει βασικά από τους κολυμβητές που έχουν επιτύχει τα ανάλογα όρια. Επιπροσθέτως η ομάδα θα συμπληρωθεί με μικρό αριθμό αθλητών –τριων, ανάλογα με τις ανάγκες και τους στόχους του πρωταθλήματος. Για την συγκεκριμένη επιλογή θα συνηυπολογιστούν το επίπεδο και η διαχρονική εξέλιξη των επιδόσεων των συγκεκριμένων αθλητών. Και στις δύο παραπάνω περιπτώσεις ισχύει η προϋπόθεση ότι θα έχουν το δικαίωμα συμμετοχής σε δύο ατομικά αγωνίσματα βάση των κανονισμών της CMAS.
- 4) Ο αριθμός και συνεπώς η τελική επιλογή των κολυμβητών-τριων για την Εθνική ομάδα Νέων – Νεανίδων εν' όψη του Ευρωπαϊκού Πρωταθλήματος θα γίνει **ΑΠΟΚΛΕΙΣΤΙΚΑ ΚΑΙ ΜΟΝΟ** από τους κολυμβητές που έχουν επιτύχει τα ανάλογα όρια και εφόσον θα έχουν το δικαίωμα συμμετοχής σε δύο ατομικά αγωνίσματα βάση των κανονισμών της CMAS.
- 5) Ο αριθμός και συνεπώς η τελική επιλογή των κολυμβητών-τριων για τις Εθνικές ομάδες Ανδρών-Γυναικών-Νέων – Νεανίδων εν' όψη του Παγκοσμίου Πρωταθλήματος OPEN WATER θα γίνει **ΑΠΟΚΛΕΙΣΤΙΚΑ ΚΑΙ ΜΟΝΟ** από τους κολυμβητές που έχουν επιτύχει τα ανάλογα όρια και έχουν ταυτόχρονα την πρώτη επίδοση. Η προεθνική Ομάδα OPEN WATER θα απαρτίζεται από τον 1^ο σε επίδοση αθλητή ανά κατηγορία αγωνισμάτων που έχει επιτύχει ταυτόχρονα το προβλεπόμενο όριο.
- 6) **Κατόπιν αποφάσεως του Δ.Σ. της Κ.Ο.Ε. και μόνο για την αγωνιστική χρονιά 2019 – 2020 θα ισχύει:**
Α) Στο Πανελλήνιο Πρωτάθλημα Κατηγοριών οι αθλητές και οι αθλήτριες που έχουν επιλεγεί να συμμετέχουν στο Ευρωπαϊκό Πρωτάθλημα Νέων – Νεανίδων έχουν δικαίωμα συμμετοχής συνολικά σε τρία (3) αγωνίσματα, εκ των οποίων τα δύο (2) να είναι ομαδικά.

Επίσης για την επιλογή λαμβάνονται υπόψη και τα εξής:

- 1) Το ενδιαφέρον, η συμπεριφορά και το ήθος που θα επιδεικνύει ο κολυμβητής-τρια στην προεθνική ομάδα.
- 2) Η μέχρι τώρα παρουσία των κολυμβητών-τριών από προηγούμενες αποστολές τόσο στον αγωνιστικό όσο και στον πειθαρχικό τομέα.
- 3) Η αγωνιστική κατάσταση των κολυμβητών-τριών λίγο πριν τις διεθνείς υποχρεώσεις.
- 4) Οι τελικές συνθέσεις των οδικών αγωνισμάτων ανακοινώνονται από τους Ομοσπονδιακούς προπονητές την προηγούμενη ημέρα τέλεσης του ομαδικού αγώνισματος.

ΣΥΝΟΠΤΙΚΟ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΤΕΧΝΙΚΗΣ ΚΟΛΥΜΒΗΣΗΣ

ΑΓΩΝΙΣΤΙΚΕΣ ΕΚΔΗΛΩΣΕΙΣ Κ.Ο.Ε.

Δεκέμβριος 2019

15 Ημερίδα Ορίων (Αθήνα)
21-22 Christmas Cup (Ιωάννινα)

Ιανουάριος 2020

26 Ημερίδα Ορίων (Αθήνα-Περιφέρεια)

Φεβρουάριος 2020

21-23 Πανελλήνιο Χειμερινοί Αγώνες*

Μάρτιος 2020

15 Ημερίδα Ορίων (Αθήνα-Περιφέρεια)

Απρίλιος 2020

12 Ημερίδα Ορίων (Αθήνα-Περιφέρεια)

Μάιος 2020

8 – 10 Πανελλήνιο Πρωτάθλημα ΟΠΕΝ*

Ιούνιος 2020

15 Ημερίδα Ορίων (Αθήνα-Περιφέρεια)

Ιούλιος 2020

16 – 19 Πανελλήνιο Πρωτάθλημα Κατηγοριών

* Ημερίδα πρόκρισης για την Εθνική ομάδα

ΔΙΕΘΝΕΙΣ ΔΙΟΡΓΑΝΩΣΕΙΣ

Ιούλιος 2020

3 – 9 Παγκόσμιο Πρωτάθλημα Ανδρών-Γυναίκων (Τομσκ - Ρωσία)
7 – 11 Πανεπιστημιάδα (Τομσκ - Ρωσία)

Ιούλιος – Αύγουστος 2020

26/7 – 1/8 Ευρωπαϊκό Πρωτάθλημα Νέων-Νεανίδων (Λιλιάνο - Ιταλία)

Σεπτέμβριος 2020

24 – 28 Παγκόσμιο Πρωτάθλημα OPEN WATER
Αδρών – Γυναίκων – Νέων – Νεανίδων (Σαν Αντρές-Κολομβία)

Οι Διασυλλογικοί Αγώνες πρέπει υποχρεωτικά να καλύπτουν τις προϋποθέσεις, που ορίζει η Ομοσπονδία.

Για να εγκριθούν οι επιδόσεις Όρια που έγιναν σε Διασυλλογικές Ημερίδες θα πρέπει να έχουν επιτευχθεί δέκα (10) ημέρες πριν από την έναρξη των Πρωταθλημάτων ΟΠΕΝ & ΚΑΤΗΓΟΡΙΩΝ αντίστοιχα.