



Αθήνα, 30 Ιουλίου 2021

Αριθμ. Πρωτ.: 4311

ΠΡΟΚΗΡΥΞΗ

ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΩΝ ΠΡΩΤΑΘΛΗΜΑΤΩΝ ΚΟΛΥΜΒΗΣΗΣ ΜΕΓΑΛΩΝ ΑΠΟΣΤΑΣΕΩΝ

- A. ΑΝΔΡΩΝ-ΓΥΝΑΙΚΩΝ, Ν. ΑΝΔΡΩΝ-Ν.ΓΥΝΑΙΚΩΝ,
ΕΦΗΒΩΝ-ΝΕΑΝΙΔΩΝ & ΠΑΙΔΩΝ-ΚΟΡΑΣΙΔΩΝ
B. MASTERS (ΒΕΤΕΡΑΝΩΝ)**

Η Κολυμβητική Ομοσπονδία Ελλάδας (Κ.Ο.Ε.) και η Περιφερειακή Επιτροπή Κολύμβησης Ανατ. Στερεάς & Εύβοιας, σε συνεργασία με τον Δήμο Διστόμου-Αράχωβας-Αντίκυρας, την Περιφέρεια Στερεάς Ελλάδας Περιφερειακή Ενότητα Βοιωτίας και το Σωματείο-μέλος μας Α.Ψ.Λ. ΜΕΔΕΩΝ συνδιοργανώνουν το πιο πάνω Πρωτάθλημα, το οποίο θα διεξαχθεί στην παραλία Διστόμου, **οικισμός Άσπρα Σπίτια στις 10-12 Σεπτεμβρίου 2021.**

Δηλώσεις Συμμετοχής

Μόνο κολυμβητές-τριες, που έχουν δελτίο αθλητικής ιδιότητας που έχει εκδοθεί από την Κ.Ο.Ε., καθώς και επικαιροποιημένο δελτίο υγείας, μπορούν να συμμετέχουν στους προκηρυσσόμενους αγώνες. Ιδιαίτερα οι μετέχοντες Masters πέραν των ανωτέρω θα πρέπει με την δήλωση συμμετοχής να καταθέσουν Υπεύθυνη Δήλωση Υγείας για τη συμμετοχή τους στους αγώνες των Masters (βλ. συνημμένο).

Οι δηλώσεις συμμετοχής πρέπει να υποβάλλονται σε ειδικά έντυπα της Κ.Ο.Ε. στο e-mail: swimming@koe.org.gr, **έως 2 Σεπτεμβρίου 2021 ώρα 14.00.** Με την υποβολή των δηλώσεων καταγράφεται και το όνομα του εκπροσώπου (1 από κάθε σωματείο) καθώς και των προπονητών.

ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΑΓΩΝΩΝ

1^η Αγωνιστική ενότητα

Σάββατο 11/9/2021 ώρα 09:00

5.000μ. Ανδρών-Γυναικών (Κ20 & άνω) έτος γένν. 2001 & άνω
& Παίδων-Κορασίδων (Κ14-Κ15) έτος γένν. 2006-2007

Ώρα 07:00 Προθέρμανση

Διάθεση αυτοκόλλητων αριθμών για επικόλληση σε κολυμβητές-τριες

Σάββατο 11/9/2021 ώρα 11:30

1.250μ. Masters (Βετεράνων)

2.500μ. Masters (Βετεράνων)

Ώρα 10:30 Προθέρμανση

Διάθεση αυτοκόλλητων αριθμών για επικόλληση σε κολυμβητές-τριες



2^η Αγωνιστική ενότητα

Σάββατο 11/9/2021 ώρα 17:00

5.000μ. (4X1250μ.) Ομαδικό Ανδρών - Γυναικών (2 άνδρες & 2 γυναίκες)

5.000μ. (4X1250μ.) Ομαδικό 19 ετών & κάτω (2 αγόρια & 2 κορίτσια)

Σάββατο 11/9/2021 ώρα 18:00

5.000μ. (4X1250μ.) Ομαδικό 14-15-16 ετών (2 αγόρια & 2 κορίτσια)

Ώρα 15:30 Προθέρμανση

Διάθεση αυτοκόλλητων αριθμών για επικόλληση σε κολυμβητές-τριες και των τριών (3) ομαδικών αγωνισμάτων.

Μετά την συγκέντρωση των δηλώσεων και εφόσον ο συνολικός αριθμός των ομάδων που θα συμμετάσχουν στα 3 ομαδικά είναι μικρός, τότε θα διεξαχθούν ταυτόχρονα και τα 3 ομαδικά αγωνίσματα.

3^η Αγωνιστική ενότητα

Κυριακή 12/9/2021 ώρα 09:00

10.000μ. Ανδρών-Γυναικών (Κ20 & άνω) έτος γένν. 2001& άνω

& Ν. Ανδρών-Ν. Γυναικών (Κ18-Κ19) έτος γένν. 2002-2003

7.500μ. Εφήβων-Νεανίδων (Κ16-Κ17) έτος γένν. 2004-2005

Ώρα 07:00 Προθέρμανση

Διάθεση αυτοκόλλητων αριθμών για επικόλληση σε κολυμβητές-τριες

Το ακριβές πρόγραμμα ενημέρωσης, προθέρμανσης και ελέγχων πριν την εκκίνηση έχει ως εξής:

- Παραλαβή από εκπρόσωπο απαραίτητα ή προπονητή των αριθμών που αντιστοιχούν στην κατηγορία του και επικόλληση αυτών.
- Προθέρμανση στον αγωνιστικό στίβο για τους συμμετέχοντες
- Αλλαγή μαγιό και προετοιμασία
- Κλήση κολυμβητών, έλεγχος, ενημέρωση για τον αγώνα
- Εκκίνηση σε κύματα

Μετά την ολοκλήρωση των δηλώσεων συμμετοχής, θα ανακοινωθεί το ακριβές πρόγραμμα ενημέρωσης προθέρμανσης και ελέγχου πριν την εκκίνηση των αγωνισμάτων και για κάθε αγωνιστική ενότητα τα starting lists των αγωνισμάτων καθώς και οι ομάδες εκκίνησης του κάθε αγωνίσματος εφόσον η εκκίνηση του αγωνίσματος θα γίνεται σε κύματα.



Τεχνική Σύσκεψη

Την Παρασκευή 10/9/2021 θα πραγματοποιηθεί Τεχνική Σύσκεψη της Διοργάνωσης. Η παρουσία εκπροσώπου & προπονητή είναι απαραίτητα δεδομένου ότι θα γίνει ευρεία ενημέρωση για την διεξαγωγή των αγώνων καθώς και για τα υγειονομικά πρωτόκολλα που θα ισχύουν και την εφαρμογή τους.

Θα υπάρξει νεότερη ανακοίνωση σχετικά με τον τόπο και την ώρα πραγματοποίησης της Τεχνικής Σύσκεψης. Ειδικότερα για την κατηγορία των Masters, η παρουσία τους είναι ακόμη πιο σημαντική διότι σε αυτούς θα γίνει η διανομή των αριθμών.

Απονομές

Οι απονομές θα πραγματοποιηθούν με ιδιαίτερο τρόπο και σύμφωνα με τα ισχύοντα υγειονομικά πρωτόκολλα την ημερομηνία των αγώνων.

Ο Δήμαρχος Διστόμου-Αράχωβας-Αντίκυρας, θα απονεμίσει σε όλους τους συμμετέχοντες αναμνηστικά μετάλλια.

Διατάξεις

1. Οι συμμετέχοντες απαραίτητα συνοδεύονται από υπεύθυνο εκπρόσωπο – προπονητή του Συλλόγου, ο οποίος τους εκπροσωπεί.
2. Ανακοινώνεται σχεδιάγραμμα της αθλητικής εγκατάστασης, οριοθέτηση του και καταγραφή όλων των χρήσεων όπως Γραμματεία Αγώνων, αποδυτήρια, κλήση αθλητών-τριών, θέσεις αναμονής αθλητών-τριών, θέσεις προπονητών κ.λ.π. Η είσοδος στην εγκατάσταση θα επιτρέπεται μόνον σε κολυμβητές-τριες, προπονητές και έναν εκπρόσωπο για κάθε Σωματείο και θα είναι μοναδική.
3. Υπάρχει περιοχή θεατών, φιλάθλων σύμφωνα με το εν ισχύ υγειονομικό πρωτόκολλο.
4. Ο αγωνιστικός στίβος θα είναι μορφής τετράπλευρου συνολικής περιμέτρου 1.250μ. έχει σηματοδοτηθεί με μεγάλες σημαδούρες ιδίου χρώματος στις γωνίες του τετραπλεύρου και με μικρότερης πορείας ανά 200μ. διαφορετικού χρώματος θα αναπτύσσεται δε κατά μήκος της ακτής.
5. Η εκκίνηση θα γίνει από το σημείο της ακτής σε αβαθή νερά με τήρηση του πρωτοκόλλου των αποστάσεων 1,5μ. μεταξύ τους και ανάλογα προς τις συμμετοχές του αγωνίσματος σε κύματα με αντίστοιχο αριθμό αθλητών. Οι εκκινήσεις σε κύματα απέχουν χρονικά τρία (3) λεπτά.
6. Ο τερματισμός θα γίνει σε ειδική κατασκευή και χοάνη σε αβαθή νερά επίσης.
7. Στα αγωνίσματα αποστάσεων πάνω από 5.000μ. όπου είναι υποχρεωτική η τροφοδότηση των κολυμβητών-τριών με υγρά θα υπάρξει ειδική περιοχή για τη τροφοδότηση των αγωνιζόμενων και με τους προπονητές να βρίσκονται σε απόσταση του 1,5μ.
8. Στον χώρο της Γραμματείας, πρόσβαση έχουν μόνο οι προπονητές και οι εκπρόσωποι των Συλλόγων.



9. Οι κολυμβητές-τριες εισερχόμενοι στην εγκατάσταση μεταφέρουν με το σάκο τους τα προσωπικά τους είδη, κατευθύνονται στο χώρο αναμονής (9) και αποθέτουν το σάκο τους σε κάθισμα με αποστάσεις. Όταν κληθούν να λάβουν θέση στο χώρο κλήσης προσέρχονται χωρίς τον σάκο τους, τον οποίο παραλαμβάνουν μετά την ολοκλήρωση του αγωνίσματός τους και αποχωρούν από την εγκατάσταση.

10. Οι αγώνες διεξάγονται σύμφωνα με τις διατάξεις της προκήρυξης αγώνων Κολύμβησης Μεγάλων Αποστάσεων 2020-21.

Οι αγώνες θα πραγματοποιηθούν με αυστηρή εφαρμογή όλων των επικαιροποιημένων υγειονομικών πρωτοκόλλων της Γ.Γ.Α. και της Κ.Ο.Ε. Στους εκπροσώπους και προπονητές των Συλλόγων θα εκδοθούν κάρτες εισόδου στην εγκατάσταση, οι οποίες θα παραληφθούν στην **Τεχνική Σύσκεψη Παρασκευή 10/9/2021**.

Σύμφωνα με το εν ισχύ υγειονομικό πρωτόκολλο Κολύμβησης Μεγάλων Αποστάσεων ο υπεύθυνος Covid 19 του Συλλόγου υποχρεούται τη πρώτη αγωνιστική ενότητα να καταθέσει φάκελο στην είσοδο (7) της εγκατάστασης, ο οποίος θα περιλαμβάνει για τους έως 17 ετών κολυμβητές-τριες, εκτυπωμένα αποτελέσματα PCR / Rapid Test 48ωρου ή Self test το οποίο λαμβάνεται την ημέρα του αγώνα, παρουσία του υπευθύνου Covid 19 του Συλλόγου. Οι κολυμβητές-τριες 18 ετών και άνω, καταθέτουν αποτελέσματα μόνο PCR ή Rapid test 48ώρου. Τα τεστ αυτά καλύπτουν τριήμερη διάρκεια αγώνων. Για υγειονομικούς και λόγους αξιοπιστίας του τεστ συνιστάται η χρήση PCR ή Rapid test.

Οι πλήρως εμβολιασμένοι και όσοι νόσησαν από Covid 19 δεν υπόκεινται στις ανωτέρω υποχρεώσεις.

Επιπλέον στην έναρξη της διοργάνωσης αλλά και σε κάθε αγωνιστική ενότητα ο υπεύθυνος Covid 19 του Σωματείου καταθέτει κατάλογο των εισερχομένων – εξερχομένων με τα απαιτούμενα στοιχεία. Για τους μεμονωμένους καταγράφονται τα στοιχεία στο σχετικό έντυπο στην είσοδο.

Όλοι οι ευρισκόμενοι εντός του αγωνιστικού χώρου φορούν υποχρεωτικά μάσκα. Οι αθλητές την αφαιρούν μόνο στο χρόνο της άσκησης και του αγώνα και όλοι τηρούν αυστηρά τις αποστάσεις πειθαρχούν και ακολουθούν τις οδηγίες των υπευθύνων και των εθελοντών. Θα υπάρξει θερμομέτρηση των εισερχομένων στην εγκατάσταση.

Παράβολο συμμετοχής

Το παράβολο συμμετοχής για κάθε κολυμβητή-τρια ορίζεται στα 25,00 ευρώ.

Για τους κολυμβητές των Masters ορίζεται στα 30,00 €. Το παράβολο πρέπει να κατατεθεί στον λογαριασμό της **ΚΟΕ, (ΕΘΝΙΚΗ ΤΡΑΠΕΖΑ – IBAN: GR6601100800000008048090172)**, όπου θα αναφέρεται σωματείο και η διοργάνωση και αντίγραφο της κατάθεσης να υποβάλλεται μαζί με τις δηλώσεις συμμετοχής.



Ο Δήμος Διστόμου-Αράχωβας-Αντίκυρας αναλαμβάνει τα έξοδα διαμονής για δύο (2) ημέρες, Παρασκευή 10/9/2021, Σάββατο 11/9/2021 (δείπνο) και Σάββατο – Κυριακή (πρωινό) για 150 άτομα (κολυμβητές-προπονητές-εκπρόσωποι), στο ξενοδοχείο ANEMOLIA στην περιοχή της Αράχωβας (τηλ. Επικοινωνίας 6942482187). Επιπλέον αναλαμβάνει τις μετακινήσεις Άσπρα Σπίτια – Αράχωβα εφόσον χρειασθεί, με πρόγραμμα μετακινήσεων που θα ανακοινωθεί.

Εάν οι συμμετέχοντες είναι περισσότεροι των 150 ατόμων, ο αριθμός αυτών θα επιμερισθεί αναλογικά προς αυτούς που συμμετέχουν από κάθε Σωματείο.

Προκειμένου να γίνει αυτό θα πρέπει να γνωρίζουμε τον συνολικό αριθμό ατόμων (κολυμβητών-τριών, προπονητών-τριών, παραγόντων ένας (1) από κάθε σύλλογο) για το κάθε σωματείο που θα λάβουν μέρος στους αγώνες καθώς και αν θα χρησιμοποιήσουν την μετακίνηση της διοργάνωσης.

Για το λόγο αυτό θα πρέπει το αργότερο μέχρι τις 23 Αυγούστου 2021 να μας το έχετε γνωστοποιήσει συμπληρώνοντας το συνημμένο έντυπο. Στη συνέχεια θα σας γνωστοποιήσουμε τον αριθμό των ατόμων που θα φιλοξενηθούν.

Η ανωτέρω ρύθμιση δεν περιλαμβάνει την κατηγορία των Masters, ωστόσο προς διευκόλυνση τους σε θέματα διαμονής, μπορούν να απευθύνονται, στο ξενοδοχείο ANEMOLIA (τηλ. Επικοινωνίας 6942482187).

Τέλος, ενημερώνουμε η χρονική απόσταση Αράχωβα – Άσπρα Σπίτια εγκατάσταση των αγώνων είναι περίπου 20-30 λεπτά.

Θα ακολουθήσουν επόμενες ανακοινώσεις προς ενημέρωση.



**ΕΝΤΥΠΟ ΣΥΜΜΕΤΟΧΗΣ
ΣΤΟ ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΟ ΠΡΩΤΑΘΛΗΜΑ ΚΟΛΥΜΒΗΣΗΣ ΜΕΓ. ΑΠΟΣΤΑΣΕΩΝ**

**A. ΑΝΔΡΩΝ-ΓΥΝΑΙΚΩΝ, Ν. ΑΝΔΡΩΝ-Ν.ΓΥΝΑΙΚΩΝ,
ΕΦΗΒΩΝ-ΝΕΑΝΙΔΩΝ & ΠΑΙΔΩΝ-ΚΟΡΑΣΙΔΩΝ**

10-12 Σεπτεμβρίου 2021

Επωνυμία Σωματείου:.....

Αριθμός Κολυμβητών:..... Αριθμός Κολυμβητριών:.....

Αριθμός Προπονητών:..... Αριθμός Προπονητριών:.....

Παράγοντας: Άνδρας: Γυναίκα:

Συνολικός αριθμός ατόμων:.....

Μέγεθος T-SHIRT: SMALL / MEDIUM / LARGE / XLARGE

Μεταφορά – μετακινήσεις Άσπρα Σπίτια – Αράχωβα: Ναι Όχι

Αριθμός ατόμων που επιθυμούν εσωτερική μετακίνηση:.....

Ονοματεπώνυμο και ιδιότητα υπογράφοντος:.....

.....

Ημερομηνία:.....

Υπογραφή:.....

Το έντυπο θα πρέπει να υποβληθεί το αργότερο **23 Αυγούστου 2021** και ώρα **14.00** στα γραφεία της ΚΟΕ.



ΕΝΤΥΠΟ ΣΥΜΜΕΤΟΧΗΣ
ΣΤΟ ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΟ ΠΡΩΤΑΘΛΗΜΑ ΚΟΛΥΜΒΗΣΗΣ ΜΕΓ. ΑΠΟΣΤΑΣΕΩΝ
B. MASTERS (ΒΕΤΕΡΑΝΩΝ)

11 Σεπτεμβρίου 2021

Επωνυμία Σωματείου:.....

Αριθμός Κολυμβητών:..... Αριθμός Κολυμβητριών:.....

Αριθμός Προπονητών:..... Αριθμός Προπονητριών:.....

Παράγοντας: Άνδρας: Γυναίκα:

Συνολικός αριθμός ατόμων:.....

Μέγεθος T-SHIRT: SMALL / MEDIUM /LARGE /XLARGE

Ονοματεπώνυμο και ιδιότητα υπογράφοντος:.....

.....

Ημερομηνία:.....

Υπογραφή:.....

* Το παρόν έντυπο συμμετοχής συμπληρώνεται μόνον για τη διανομή T-shirts.

ΥΠΕΥΘΥΝΗ ΔΗΛΩΣΗ ΥΓΕΙΑΣ

Ο/Η παρακάτω υπογράφων/υπογράφουσα

.....

του με αριθμό ταυτότητας ή διαβατηρίου ...

.....,που συμμετέχω με ιδία
πρωτοβουλία και ατομική μου ευθύνη στους αγώνες κολύμβησης με την επωνυμία

.....

δηλώνω συνειδητά και υπεύθυνα ότι:

1. Έχω στην κατοχή μου επικαιροποιημένα ΚΑΡΤΑ ΥΓΕΙΑΣ και ΚΑΡΤΑ ΔΙΑΠΙΣΤΕΥΣΗΣ που έχουν εκδοθεί από την ΚΟΕ.

2. Βεβαιώνω ότι δεν αντιμετωπίζω κανένα πρόβλημα υγείας και δύναμαι να συμμετάσχω σε τέτοιου είδους αγώνες.

3. Οι διοργανωτές των αγώνων και οι εμπλεκόμενοι φορείς ή Αρχές δεν φέρουν καμία ευθύνη για οτιδήποτε προκύψει πριν κατά τη διάρκεια ή μετά το πέρας του αγώνα, όπως ενδεικτικά, σωματική ή πνευματική βλάβη της υγείας μου, προσωρινή ή μόνιμη, ακόμη και απώλεια ζωής, ότι έχω αποκλειστική ευθύνη για τη διαφύλαξη της υγείας ή της ζωής μου και ότι καμία αξίωση δεν θα έχω από τις ως άνω αιτίες ή οποιαδήποτε συναφή, προσωπικά ή οποιοδήποτε μέλος της οικογένειάς μου.

4. Παραχωρώ στους διοργανωτές το δικαίωμα χρήσης στοιχείων μου, όπως φωτογραφίες, βίντεο, ηχογραφήσεις και πάσης φύσεως καταγραφή του αγώνα με οπτικοακουστικά μέσα καθώς επίσης και για υλικό διαφημίσεων.

Για όλες τις παραπάνω περιπτώσεις απαλλάσσω τους διοργανωτές από κάθε είδους ευθύνη και παραιτούμαι του δικαιώματος οποιασδήποτε αποζημίωσης.

Ημερομηνία/...../.....

Ο – Η Δηλών/Δηλούσα

ΥΠΟΜΝΗΜΑ

1. ΠΕΡΙΟΧΗ ΕΚΚΙΝΗΣΗΣ
2. ΧΟΑΝΗ ΤΕΡΜΑΤΙΣΜΟΥ
3. ΠΛΑΤΦΟΡΜΑ ΤΡΟΦΟΔΟΣΙΑΣ
4. ΓΡΑΜΜΑΤΕΙΑ ΑΓΩΝΩΝ
5. ΑΦΙΞΗ ΧΡΟΝΟΜΕΤΡΕΣ
6. ΗΛΕΚΤΡΟΝΙΚΗ ΧΡΟΝΟΜΕΤΡΙΣΗ
7. ΕΙΣΟΔΟΣ - ΕΞΟΔΟΣ ΕΓΚΑΤΑΣΤΑΣΗΣ
8. ΧΩΡΟΣ ΚΛΗΣΗΣ ΚΟΛΥΜΒΗΤΩΝ
9. ΧΩΡΟΣ ΑΝΑΜΟΝΗΣ ΚΟΛΥΜΒΗΤΩΝ
10. ΑΝΑΜΟΝΗ ΠΡΟΠΟΝΗΤΩΝ
11. ΑΠΟΔΥΤΗΡΙΑ ΓΥΝΑΙΚΩΝ
12. ΑΠΟΔΥΤΗΡΙΑ ΑΝΔΡΩΝ
13. ΙΑΤΡΕΙΟ
14. PRESS
15. ΕΚΑΒ
16. ΧΩΡΟΣ ΘΕΑΤΩΝ
17. DECK ΠΛΗΡΟΦΟΡΙΩΝ
18. ΧΩΡΟΣ ΧΟΡΗΓΩΝ
19. VIDEO WALL
20. ΛΙΜΕΝΑΡΧΕΙΟ

ΣΧΕΔΙΑΓΡΑΜΜΑ ΑΓΩΝΙΣΤΙΚΟΥ ΧΩΡΟΥ

ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΟ ΠΡΩΤΑΘΛΗΜΑ ΚΟΛΥΜΒΗΣΗΣ ΜΕΓΑΛΩΝ ΑΠΟΣΤΑΣΕΩΝ
ΠΑΡΑΛΙΑ ΔΙΣΤΟΜΟΥ - ΟΙΚΙΣΜΟΣ ΑΣΠΡΑ ΣΠΙΤΙΑ
10-12 ΣΕΠΤΕΜΒΡΙΟΥ 2021

