



PA01908.COM

Αθήνα 10-01-2020

Αρ. πρωτ. 014

Προς:

- Πρόεδρο και Δ.Σ. Κ.Ο.Ε.
- Τμήμα Μηχανοργάνωσης
- Τμήματα προαγωνιστικών κατηγοριών όλων των κολυμβητικών σωματείων (μελών της Κ.Ο.Ε.).
- Τμήματα αγωνιστικών κατηγοριών όλων των κολυμβητικών σωματείων (μελών της Κ.Ο.Ε.).
- Περιφερειακή Επιτροπή Αττικής
- Σύνδεσμο Κριτών Χρονομετρών

Κύριοι,

Ο Παναθηναϊκός Αθλητικός Όμιλος στα πλαίσια του κύκλου κολυμβητικών αγώνων με την επωνυμία «ΤΡΟΠΑΙΟ ΠΑΝΑΘΗΝΑΙΚΟΥ», διοργανώνει στις εγκαταστάσεις του Ολυμπιακού Αθλητικού Κέντρου Αθηνών (Ο.Α.Κ.Α.) αγώνες, προαγωνιστικών κατηγοριών, με την επωνυμία:

## «4<sup>ο</sup> ΤΡΟΠΑΙΟ ΠΑΝΑΘΗΝΑΙΚΟΥ 2020 – Προαγωνιστικές Κατηγορίες»

Με την παρούσα προσκαλούμε το σύλλογο σας να συμμετάσχει στη διοργάνωσή μας. Η συμμετοχή σας θα είναι τιμή για το σύλλογο μας,

Οι αγώνες των προαγωνιστικών κατηγοριών θα διεξαχθούν σύμφωνα με τις ισχύουσες διατάξεις της Κολυμβητικής Ομοσπονδίας Ελλάδος (Κ.Ο.Ε.) και δικαίωμα συμμετοχής έχουν όλα τα σωματεία μέλη της ΚΟΕ, της ΚΟΕΚ (Κυπριακή Ομοσπονδία), καθώς και των αναγνωρισμένων από LEN/ FINA διεθνών ομοσπονδιών.

### ΠΡΟΚΗΡΥΞΗ ΑΓΩΝΩΝ ΠΡΟΑΓΩΝΙΣΤΙΚΩΝ ΚΑΤΗΓΟΡΙΩΝ

**ΔΙΟΡΓΑΝΩΤΗΣ:** Παναθηναϊκός Αθλητικός Όμιλος.

Υπό την αιγίδα της Κ.Ο.Ε. και της Περιφερειακής Επιτροπής Αττικής

Με την υποστήριξη της ΠΕΡΙΦΕΡΕΙΑΣ ΑΤΤΙΚΗΣ

**ΗΜΕΡΟΜΗΝΙΕΣ ΔΙΕΞΑΓΩΓΗΣ:** Σάββατο 25 και Κυριακή 26 Ιανουαρίου 2020.

**ΩΡΕΣ ΔΙΕΞΑΓΩΓΗΣ:** Οι αγώνες θα διεξαχθούν σε δύο (2) αγωνιστικές ημέρες, το Σάββατο θα περιλαμβάνει δυο (2) αγωνιστικές ενότητες και η Κυριακή μία (1). Ενδεικτικές ώρες έναρξης Σάββατο 09:00 και 14:00 και Κυριακή 10:00. Οι ακριβείς ώρες διεξαγωγής θα επανακαθοριστούν και θα ανακοινωθούν ανά αγώνισμα μετά τις δηλώσεις συμμετοχής.

Οδός Πεντέλης 43 και Ευκαλύπτων, Μαρούσι 15126 | T +30 2106444401 | F +30 2106424753 | [info@pao1908.com](mailto:info@pao1908.com)



protergia



avance

3E



ΕΥΡΩΠΗ

Μπουκιά & Σχάρις

FILOTHEI



TURBO





PAO1908.COM

**ΤΟΠΟΣ ΔΙΕΞΑΓΩΓΗΣ:** Ο.Α.Κ.Α. – Κλειστό Κολυμβητήριο, Οδός Σπύρου Λούη, Πύλη Δ. 151 23 Μαρούσι. (Κωδικός τοποθεσίας Google maps Plus: 2QQM+H6)

**ΚΟΛΥΜΒΗΤΗΡΙΟ:** 50 μέτρων, 8 διαδρομών, χωρητικότητας 5500 θέσεων, θερμοκρασία νερού 26,9.

**ΚΑΝΟΝΙΣΜΟΙ:** Οι αγώνες διεξάγονται υπό την αιγίδα της Περιφερειακής Επιτροπής της Κ.Ο.Ε., σύμφωνα με τους ισχύοντες γενικούς κανονισμούς. Οι κριτές και οι χρονομέτρες ορίζονται από τον οικείο Σύνδεσμο Κριτών και Χρονομετρών Κολύμβησης. Επίσημη ηλεκτρονική **χρονομέτρηση**. Όλοι οι κολυμβητές-τριες θα πρέπει να έχουν αθλητικό δελτίο της ΚΟΕ σε ισχύ. Οι επιπλέον επιμέρους κανονισμοί ορίζονται από την παρούσα προκήρυξη.

**ΣΕΙΡΕΣ - ΚΑΤΑΤΑΞΗ:** Οι σειρές των αγώνων θα διεξαχθούν σε μορφή τελικών σειρών OPEN και η κατάταξη στα αποτελέσματα θα γίνεται ανά ηλικία, σύμφωνα με την επίσημη κατηγοριοποίηση της ΚΟΕ.

#### ΕΠΙΜΕΡΟΥΣ ΟΡΟΙ ΣΥΜΜΕΤΟΧΗΣ:

- Κάθε σύλλογος έχει δικαίωμα συμμετοχής με 10 αθλητές ανά αγώνισμα για την ηλικία των 9 ετών, με 8 αθλητές ανά αγώνισμα για την ηλικία των 10 ετών και με 6 αθλητές ανά αγώνισμα για τις ηλικίες των 11 και 12 ετών, εκτός από τα αγωνίσματα των 800μ. Ελεύθερο και 400μ. Μικτή, στα οποία θα διεξαχθούν μέχρι δύο σειρές στα αγόρια και δύο στα κορίτσια αντίστοιχα και κάθε σύλλογος μετέχει με 3 αθλητές.
- Κάθε κολυμβητής-τρια 11 και 12 ετών έχει δικαίωμα να συμμετάσχει σε μέχρι τρία (3) αγωνίσματα, ενώ οι 9 και 10 ετών σε μέχρι δύο (2) αγωνίσματα σύμφωνα με τους περιορισμούς της Κολυμβητικής Ομοσπονδίας.

**ΒΡΑΒΕΥΣΕΙΣ:** Μετάλλια θα απονεμηθούν στους τρεις (3) πρώτους νικητές-τριες ανά ηλικία. Επίσης θα βραβευθούν με το Τρόπαιο του Παναθηναϊκού οι ομάδες που θα συγκεντρώσουν τα περισσότερα μετάλλια, προσμετρώντας πρώτα τα χρυσά στη συνέχεια τα ασημένια και τα χάλκινα.

Πολυνίκης Σύλλογος 12 ετών  
Πολυνίκης Σύλλογος 11 ετών  
Πολυνίκης Σύλλογος 10 ετών  
Πολυνίκης Σύλλογος 9 ετών

**ΤΕΛΕΤΕΣ ΕΝΑΡΞΗΣ - ΛΗΞΗΣ:** Κατά τη διάρκεια της απογευματινής αγωνιστικής ενότητας, το Σάββατο 25/1 περίπου στις 16:15 με 16:30, θα γίνει 15λεπτη διακοπή του αγωνιστικού προγράμματος για να γίνει σύντομη τελετή έναρξης των αγώνων. Θα ακολουθήσουν σχετικές οδηγίες.

Η τελετή λήξης, θα πραγματοποιηθεί στο χώρο των απονομών μετά τη λήξη των αγώνων στις 26/1, όπου θα συμμετάσχουν όλοι οι αθλητές των νικητριών ομάδων.

#### ΚΟΣΤΟΣ ΣΥΜΜΕΤΟΧΗΣ:

**15,00 €** (δεκαπέντε ευρώ) ανά κολυμβητή ή κολυμβήτρια. (Πληρώνουν μέχρι δύο (2) παιδιά της ίδιας οικογένειας). **Δωρεάν** από το 3<sup>ο</sup> παιδί της ίδιας οικογένειας.

(Στα παραπάνω κόστη συμπεριλαμβάνονται τα 3,00 € που αποδίδονται στην ΚΟΕ).

Οδός Πεντέλης 43 και Ευκαλύπτων, Μαρούσι 15126 | T +30 2106444401 | F +30 2106424753 | [info@pao1908.com](mailto:info@pao1908.com)





PAO1908.COM

Το συνολικό κόστος για κάθε Σωματείο θα υπολογιστεί με βάση τους κολυμβητές και τις κολυμβήτριες που θα λάβουν μέρος στους αγώνες μετά από τυχόν ολικές διαγραφές ή προσθήκες.

**ΔΗΛΩΣΕΙΣ ΣΥΜΜΕΤΟΧΗΣ:** Τα σωματεία που ενδιαφέρονται να συμμετάσχουν θα πρέπει να αποστείλουν

- Αριθμητική Δήλωση Πρόθεσης Συμμετοχής (ΠΑΡΑΡΤΗΜΑ) έως την Τρίτη 14 Ιανουαρίου 2020, σε: [pao\\_acquatics@hotmail.com](mailto:pao_acquatics@hotmail.com) ή [info@pao1908.gr](mailto:info@pao1908.gr). Να σημειωθεί ότι η Δήλωση Πρόθεσης αποτελεί σημαντικό εργαλείο για το διοργανωτή και παρακαλούμε να αποσταλεί από όλους τους συμμετέχοντες.
- Οριστικές δηλώσεις κολυμβητών-τριων και αγωνισμάτων στην Κ.Ο.Ε. ([swimming@koe.org.gr](mailto:swimming@koe.org.gr), τ. 210 9851020, f. 210 9850964) μέχρι τη Δευτέρα 20 Ιανουαρίου 2020 και ώρα 14:00.

#### ΟΙ ΔΗΛΩΣΕΙΣ ΣΥΜΜΕΤΟΧΩΝ ΠΡΕΠΕΙ ΝΑ ΑΠΟΣΤΑΛΟΥΝ ΣΤΑ ΝΕΑ ΕΝΤΥΠΑ ΤΗΣ ΚΟΕ

**ΆΛΛΕΣ ΠΛΗΡΟΦΟΡΙΕΣ** Σε παράρτημα της παρούσης προκήρυξης, θα ακολουθήσουν ειδικές οδηγίες για το ενδεχόμενο της δυνατότητας προσφοράς γεύματος και τη χρήση της κάρτας διαπίστευσης που θα δοθεί στους συμμετέχοντες.

**ΠΛΗΡΟΦΟΡΙΕΣ:** Μπορείτε να απευθύνεστε:

- Στη γραμματεία του Παναθηναϊκού στο ΟΑΚΑ τ. 210 6826659 (καθημερινά 17:00 – 20:00 και Σάββατο 11:00 – 13:00).
- Στους προπονητές κ.κ. Γιάννη Μηλιδάκη, τ.6995713759 / 6975609991, Βασίλη Δεμέτη τ.6973576121, και Γιώργο Δεμέτη τ.6946697928.

Οδός Πεντέλης 43 και Ευκαλύπτων, Μαρούσι 15126 | T +30 2106444401 | F +30 2106424753 | [info@pao1908.com](mailto:info@pao1908.com)



protergia

υγεία

avance

3E

forky

ΕΥΡΩΠΗ

Μπουκιά & Σαχάρι

FILOTHEI

ΤΟ ΣΠΙΝΟ ΣΑΛΜΟ

TURBO

smile @cadimos

BIKEFORMANCE

Christou



PAO1908.COM

## ΑΓΩΝΙΣΤΙΚΟ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ

Σάββατο 25 Ιανουαρίου 2020		Κυριακή 26 Ιανουαρίου 2020	
09:00	800 ΕΛΕΥΘΕΡΟ αγοριών (12 ετών)		
09:25	800 ΕΛΕΥΘΕΡΟ κοριτσιών (12 ετών)		
09:45	50 ΥΠΤΙΟ αγοριών (9-12 ετών)	10:00	50 ΠΕΤΑΛΟΥΔΑ αγοριών (9-12 ετών)
10:05	50 ΥΠΤΙΟ κοριτσιών (9-12 ετών)	10:15	50 ΠΕΤΑΛΟΥΔΑ κοριτσιών (9-12 ετών)
10:25	200 ΠΡΟΣΘΙΟ αγοριών (11-12 ετών)	10:30	200 ΕΛΕΥΘΕΡΟ αγοριών (10-12 ετών)
10:40	200 ΠΡΟΣΘΙΟ κοριτσιών (11-12 ετών)	11:10	200 ΕΛΕΥΘΕΡΟ κοριτσιών (10-12 ετών)
11:00	100 ΕΛΕΥΘΕΡΟ αγοριών (10-12 ετών)	11:40	100 ΥΠΤΙΟ αγοριών (10-12 ετών)
12:00	100 ΕΛΕΥΘΕΡΟ κοριτσιών (10-12 ετών)	12:10	100 ΥΠΤΙΟ κοριτσιών (10-12 ετών)
13:00	400 ΜΙΚΤΗ ΑΤ. Αγοριών (12 ετών)	12:40	100 ΠΡΟΣΘΙΟ αγοριών (10-12 ετών)
13:15	400 ΜΙΚΤΗ ΑΤ. Κοριτσιών (12 ετών)	13:05	100 ΠΡΟΣΘΙΟ κοριτσιών (10-12 ετών)
		13:30	200 ΜΙΚΤΗ ΑΤ. Αγοριών (10-12 ετών)
<b>14:00</b>	<b>Διάλειμμα 30'</b>	14:00	200 ΜΙΚΤΗ ΑΤ. Κοριτσιών (10-12 ετών)
14:30	100 ΠΕΤΑΛΟΥΔΑ αγοριών (11-12 ετών)	<b>14:30</b>	<b>Τέλος Αγωνιστικής Ημέρας</b>
14:40	100 ΠΕΤΑΛΟΥΔΑ κοριτσιών (11-12 ετών)		
14:50	200 ΥΠΤΙΟ αγοριών (11-12 ετών)	<b>14:30</b>	<b>Τελευταίες Απονομές - Τελετή Λήξης 15'</b>
15:05	200 ΥΠΤΙΟ κοριτσιών (11-12 ετών)		
15:20	50 ΕΛΕΥΘΕΡΟ αγοριών (9-12 ετών)	<b>14:45</b>	<b>Τέλος Διοργάνωσης</b>
15:50	50 ΕΛΕΥΘΕΡΟ κοριτσιών (9-12 ετών)		
<b>16:15</b>	<b>Τελετή Έναρξης 15'</b>		
16:40	50 ΠΡΟΣΘΙΟ αγοριών (9-12 ετών)		
17:10	50 ΠΡΟΣΘΙΟ κοριτσιών (9-12 ετών)		
17:40	400 ΕΛΕΥΘΕΡΟ αγοριών (11-12 ετών)		
18:10	400 ΕΛΕΥΘΕΡΟ κοριτσιών (11-12 ετών)		
<b>18:30</b>	<b>Τέλος Αγωνιστικής Ημέρας</b>		

Οδός Πεντέλης 43 και Ευκαλύπτων, Μαρούσι 15126 | T +30 2106444401 | F +30 2106424753 | [info@pao1908.com](mailto:info@pao1908.com)



protergia



avance

3E



ΕΥΡΩΠΗ

Μπουκιά & Σαχάρι

FILOTHEI



TURBO



BIKEFORMANCE





PAO1908.COM

Χρονοδιάγραμμα είναι κατά προσέγγιση και επανακαθοριστεί σύμφωνα με την εκτίμηση της ΚΟΕ, μετά τις δηλώσεις συμμετοχής. Θα υπάρχει ενημέρωση όσο αφορά στο ωράριο, τα διαλείμματα, τις σειρές και τα αποτελέσματα στο: [www.swimming.gr](http://www.swimming.gr).

**ΩΡΕΣ ΠΡΟΘΕΡΜΑΝΣΗΣ:** Κάθε πρωί έως 10' πριν την έναρξη στην πισίνα των αγώνων (P1) και 30' κατά τη διάρκεια του μεσημεριανού διαλλείματος. Επίσης θα διατεθεί για προθέρμανση η μεσαία (P4) ανοικτή πισίνα 50μ. Οι διαδρομές 1 και 8, θα διατίθενται αποκλειστικά και μόνο για ταχύτητες (sprints). Για προθέρμανση θα διατίθεται επίσης από το μεσημέρι του Σαββάτου και η κλειστή (P3) πισίνα 25μ.

Παρακαλούμε για την καλύτερη εξυπηρέτηση των ομάδων και την ασφάλεια των αθλητών να τηρηθούν οι κανονισμοί της προθέρμανσης.

Οδός Πεντέλης 43 και Ευκαλύπτων, Μαρούσι 15126 | T +30 2106444401 | F +30 2106424753 | [info@pao1908.com](mailto:info@pao1908.com)

