



ΠΡΟΚΗΡΥΞΗ

ΚΕ ΙΩΝΙΔΕΙΑ 2011 ΑΓΩΝΙΣΤΙΚΕΣ ΚΑΤΗΓΟΡΙΕΣ

ΗΜΕΡΟΜΗΝΙΕΣ ΔΙΕΞΑΓΩΓΗΣ :	10-11 Δεκεμβρίου 2011
ΤΟΠΟΣ ΔΙΕΞΑΓΩΓΗΣ :	Κλειστό Κολυμβητήριο Νικαίας (50μ)
ΧΡΟΝΟΜΕΤΡΗΣΗ:	Ηλεκτρονική , υπό την αιγίδα της Κ.Ο.Ε
ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ :	Επίσημα , υπό την αιγίδα της Κ.Ο.Ε
ΔΙΚΑΙΩΜΑ ΣΥΜΜΕΤΟΧΗΣ :	Όλοι οι Σύλλογοι που ανήκουν στη δύναμη της Κ.Ο.Ε με κολυμβητές 13 ετών και άνω και κολυμβήτριες 12 ετών και άνω (Αγωνιστικές κατηγορίες)

ΟΡΟΙ ΣΥΜΜΕΤΟΧΗΣ

- Κάθε Σύλλογος ή Σωματείο έχει δικαίωμα να συμμετάσχει με 5 κολυμβητές-τριες σε κάθε αγώνισμα 50, 100 ή 200 μέτρων και με 3 σε κάθε αγώνισμα 400 μέτρων.
 - Κάθε κολυμβητής -τρια έχει δικαίωμα συμμετοχής σε (3) αγωνίσματα συνολικά και μέχρι ένα (1) ανά αγωνιστική ενότητα, σύμφωνα με το πρόγραμμα των αγώνων
 - Στα αγωνίσματα των 800-1500 μέτρων με 2 κολυμβητές-τριες ανεξαρτήτως ηλικίας.
 - Στα 800 μ. ελεύθερο ανδρών θα γίνει 1 σειρά με τις 10 καλύτερες επιδόσεις.
 - Στα 1500 μ. ελεύθερο γυναικών θα γίνει 1 σειρά με τις 10 καλύτερες επιδόσεις.
- Κόστος συμμετοχής 7€ ανά κολυμβητή-τρια**

ΔΗΛΩΣΕΙΣ ΣΥΜΜΕΤΟΧΗΣ

Οι δηλώσεις συμμετοχής στους αγώνες θα πρέπει να υποβληθούν στην Κ.Ο.Ε (210-9850964 fax, 210-9851020 μέχρι την Δευτέρα 05/12/2011 και ώρα 14.00μ.μ

ΟΡΟΙ ΔΙΕΞΑΓΩΓΗΣ

Όλα τα αγωνίσματα θα διεξαχθούν σε τελικές σειρές , οι οποίες θα καταρτιστούν βάσει των καλύτερων επιδόσεων των κολυμβητών-τριων που θα συμμετέχουν , ανεξαρτήτως ηλικίας.

ΒΡΑΒΕΥΣΕΙΣ

1. Απονέμονται μετάλλια και δίπλωμα στον α' , β' και γ' νικητή /τρια αγώνα της κάθε κατηγορίας.
2. Στον καλύτερο αθλητή και αθλήτρια των αγώνων βάσει της διεθνούς βαθμολογίας.
3. Σε όλους τους κολυμβητές -τριες που θα αγωνιστούν θα δοθούν τιμητικά διπλώματα για τη συμμετοχή τους.
4. Στα κορίτσια 12 ετών θα γίνει ξεχωριστή βράβευση.

**ΑΓΩΝΙΣΤΙΚΟ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ
Α ΑΓΩΝΙΣΤΙΚΗ ΣΑΒΒΑΤΟ 10 ΔΕΚΕΜΒΡΙΟΥ 2011.**

Προθέρμανση Α' Group 07.30-08.10 Β' Group 08.10-08.50
Έναρξη αγώνων 09.00

1.	50μ.	ΠΕΤΑΛΟΥΔΑ	ΑΝΔΡΩΝ
2.	50μ.	ΠΕΤΑΛΟΥΔΑ	ΓΥΝΑΙΚΩΝ
3.	50μ.	ΥΠΤΙΟ	ΑΝΔΡΩΝ
4.	50μ.	ΥΠΤΙΟ	ΓΥΝΑΙΚΩΝ
5.	200μ.	ΕΛΕΥΘΕΡΟ	ΑΝΔΡΩΝ
6.	200μ.	ΕΛΕΥΘΕΡΟ	ΓΥΝΑΙΚΩΝ
7.	100μ.	ΠΡΟΣΘΙΟ	ΑΝΔΡΩΝ
8.	100μ.	ΠΡΟΣΘΙΟ	ΓΥΝΑΙΚΩΝ
9.	200μ.	ΜΙΚΤΗ ΑΤΟΜΙΚΗ	ΑΝΔΡΩΝ
10.	200μ.	ΜΙΚΤΗ ΑΤΟΜΙΚΗ	ΓΥΝΑΙΚΩΝ
11.	1500μ.	ΕΛΕΥΘΕΡΟ	ΑΝΔΡΩΝ
12.	1500μ.	ΕΛΕΥΘΕΡΟ	ΓΥΝΑΙΚΩΝ

**ΑΓΩΝΙΣΤΙΚΟ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ
Β ΑΓΩΝΙΣΤΙΚΗ ΣΑΒΒΑΤΟ 10 ΔΕΚΕΜΒΡΙΟΥ 2011.**

Προθέρμανση Α' Group 15.30-16.10 Β' Group 16.10-16.50
Έναρξη αγώνων 17.00

1.	50μ.	ΕΛΕΥΘΕΡΟ	ΓΥΝΑΙΚΩΝ
2.	50μ.	ΕΛΕΥΘΕΡΟ	ΑΝΔΡΩΝ
3.	100μ.	ΠΕΤΑΛΟΥΔΑ	ΓΥΝΑΙΚΩΝ
4.	100μ.	ΠΕΤΑΛΟΥΔΑ	ΑΝΔΡΩΝ
5.	200μ.	ΠΡΟΣΘΙΟ	ΓΥΝΑΙΚΩΝ
6.	200μ.	ΠΡΟΣΘΙΟ	ΑΝΔΡΩΝ
7.	400μ.	ΜΙΚΤΗ ΑΤΟΜΙΚΗ	ΓΥΝΑΙΚΩΝ
8.	400μ.	ΜΙΚΤΗ ΑΤΟΜΙΚΗ	ΑΝΔΡΩΝ
9.	100μ.	ΥΠΤΙΟ	ΓΥΝΑΙΚΩΝ
10.	100μ.	ΥΠΤΙΟ	ΑΝΔΡΩΝ
11.	800μ.	ΕΛΕΥΘΕΡΟ	ΓΥΝΑΙΚΩΝ
12.	800μ.	ΕΛΕΥΘΕΡΟ	ΑΝΔΡΩΝ

**ΑΓΩΝΙΣΤΙΚΟ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ
Γ ΑΓΩΝΙΣΤΙΚΗ ΚΥΡΙΑΚΗ 11ΔΕΚΕΜΒΡΙΟΥ 2011.**

**Προθέρμανση Α' Group 07.30-08.10 Β' Group 08.10-08.50
Έναρξη αγώνων 09.00**

1.	50μ.	ΠΡΟΣΘΙΟ	ΑΝΔΡΩΝ
2.	50μ.	ΠΡΟΣΘΙΟ	ΓΥΝΑΙΚΩΝ
3.	400μ.	ΕΛΕΥΘΕΡΟ	ΑΝΔΡΩΝ
4.	400μ.	ΕΛΕΥΘΕΡΟ	ΓΥΝΑΙΚΩΝ
5.	200μ.	ΠΕΤΑΛΟΥΔΑ	ΑΝΔΡΩΝ
6.	200μ.	ΠΕΤΑΛΟΥΔΑ	ΓΥΝΑΙΚΩΝ
7.	200μ.	ΥΠΤΙΟ	ΑΝΔΡΩΝ
8.	200μ.	ΥΠΤΙΟ	ΓΥΝΑΙΚΩΝ
9.	100μ.	ΕΛΕΥΘΕΡΟ	ΑΝΔΡΩΝ
10.	100μ.	ΕΛΕΥΘΕΡΟ	ΓΥΝΑΙΚΩΝ

ΠΛΗΡΟΦΟΡΙΕΣ-ΔΙΕΥΚΡΙΝΙΣΕΙΣ

Πληροφορίες θα δίνονται καθημερινά από τη γραμματεία του
Α.Ο ΙΩΝΙΚΟΥ 210-4972003 Δευτέρα ως Παρασκευή 17.00-21.00

- 1. Τον προπονητή κ.Γιώργο Καλλή 6937169788**
- 2. Τον υπεύθυνο υγρού στίβου κ.Κίζα Ιωάννη 6955190800**
- 3. Την Έφορο της ομάδας κ. Καψάλη Βίκυ 6974079309.**