



## **ΚΟΛΥΜΒΗΤΙΚΟΣ ΟΜΙΛΟΣ ΠΟΣΕΙΔΩΝΑΣ ΙΛΙΣΙΩΝ**

**ΚΟΛΥΜΒΗΤΙΚΟΙ ΑΓΩΝΕΣ**

**17<sup>α</sup> ΤΣΙΤΕΙΑ 2019**

*ΣΥΝΔΙΟΡΓΑΝΩΤΗΣ: ΔΗΜΟΣ ΖΩΓΡΑΦΟΥ*

Ο ΚΟΛΥΜΒΗΤΙΚΟΣ ΟΜΙΛΟΣ ΠΟΣΕΙΔΩΝΑΣ ΙΛΙΣΙΩΝ διοργανώνει για 17η χρονιά τα "ΤΣΙΤΕΙΑ" Διασυλλογικούς Κολυμβητικούς Αγώνες, αφιερωμένους στην μνήμη του επί σειρά ετών Προέδρου του, ΑΡΗ ΤΣΙΤΟΥ.

**Αγωνιστική κατηγορία**

**10 - 11 και 12 Μαΐου 2019**

**10-11/5 ώρα έναρξης: 17.00**

**12/5 ώρα έναρξης : 16.00**

**Προαγωνιστική (9, 10, 11, 12 ετών )**

**11 και 12 Μαΐου 2019**

**ώρα έναρξης: 09.00**

**ΤΟΠΟΣ ΔΙΕΞΑΓΩΓΗΣ**

**Ανοικτό Δημοτικό Κολυμβητήριο Ιλισίων**

**Ταξίλου 42, Ιλίσια**

**Δεξαμενή: 50 μ. - 10 διαδρομές**

**ΧΡΟΝΟΜΕΤΡΗΣΗ**

**Η χρονομέτρηση θα είναι επίσημη ηλεκτρονική**

**ΚΑΝΟΝΙΣΜΟΙ**

**Οι αγώνες διεξάγονται υπό την αιγίδα της Κ.Ο.Ε, σύμφωνα με τους ισχύοντες κανονισμούς.**

**Για το Διοικητικό Συμβούλιο**

**Ο ΠΡΟΕΔΡΟΣ**

**Η ΓΕΝ. ΓΡΑΜΜΑΤΕΑΣ**

**Κόλλιας Θοδωρής**

**Λεοντοπούλου Ασημίνα**



### ΟΡΟΙ ΣΥΜΜΕΤΟΧΗΣ

Οι αγώνες θα γίνουν σύμφωνα με τους διεθνείς κανονισμούς κολύμβησης, τους όρους της προκήρυξης της Κ.Ο.Ε. και την παρούσα προκήρυξη. Συμμετέχουν Σύλλογοι που ανήκουν στην Ομοσπονδία Κολύμβησης στον Β' Όμιλο και σύλλογοι μετά από πρόσκληση, με μέγιστο επιτρεπτό όριο συμμετοχών τους 750 αθλητές-τριες.

### ΑΓΩΝΙΣΤΙΚΕΣ ΚΑΤΗΓΟΡΙΕΣ

Οι Αγώνες θα διεξαχθούν με μορφή Ανοιχτής κατηγορίας (OPEN). Οι κολυμβητές-τριες θα τοποθετούνται στις σειρές βάσει επίδοσης, ανεξάρτητα από την ηλικία τους. Τα αποτελέσματα θα δίδονται ξεχωριστά ανά κατηγορία.

Κάθε σύλλογος έχει το δικαίωμα να συμμετέχει στα αγωνίσματα 50-100m με 8 αθλητές και 8 αθλήτριες, στα 200m με 6 + 6 και στα 400m με 4 + 4.

Στα 800 και 1500 Ανδρών και Γυναικών θα γίνουν μόνο δύο σειρές ανά αγώνισμα, όπου θα συμμετάσχουν οι 20 γρηγορότεροι δηλωθέντες χρόνοι.

Κάθε κολυμβητής-κολυμβήτρια έχει δικαίωμα συμμετοχής το πολύ μέχρι 3 αγωνίσματα και μέχρι δύο (2) την ίδια αγωνιστική ενότητα.

### ΜΕΛΗ ΠΡΟΕΘΝΙΚΩΝ ΟΜΑΔΩΝ

Κολυμβητές –τριες, Προεθνικών Ομάδων συμμετέχουν δωρεάν και έχουν το δικαίωμα να συμμετέχουν το πολύ σε 6 αγωνίσματα (τα 3 εντός, τα υπόλοιπα εκτός συναγωνισμού).

### ΠΡΟΑΓΩΝΙΣΤΙΚΕΣ ΚΑΤΗΓΟΡΙΕΣ

Στις ηλικίες 9-10-11-12, θα γίνονται τελικές σειρές ανά φύλο βάσει επίδοσης, ανεξάρτητα από την ηλικία. Τα αποτελέσματα θα δίδονται ξεχωριστά ανά κατηγορία (9, 10, 11, 12).

Κάθε Σύλλογος συμμετέχει ανά αγώνισμα, για την ηλικία των **9 ετών** με 10 αθλητές και 10 αθλήτριες, για την ηλικία των **10 ετών** με 8+8 και για την ηλικία των **11 και 12 ετών** με 6 +6.

Κάθε κολυμβητής-κολυμβήτρια ηλικίας 11, 12 ετών συμμετέχει το πολύ σε 3 αγωνίσματα και μέχρι δύο (2) την ίδια αγωνιστική ενότητα.

Κάθε κολυμβητής-κολυμβήτρια ηλικίας 9, 10 ετών συμμετέχει το πολύ σε 2 αγωνίσματα (ένα την κάθε αγωνιστική).

Στις σκυταλοδρομίες συμμετέχουν οι ομάδες με 2 κολυμβητές-τριες 9 ετών και 2 κολυμβητές-τριες 10 ετών και αντίστοιχα και οι 11-12 ετών.



### ΓΕΝΙΚΕΣ ΟΔΗΓΙΕΣ

Για την γρήγορη διεξαγωγή των αγώνων, μετά τον τερματισμό, οι αθλητές θα παραμένουν στο νερό μέχρι την επόμενη εκκίνηση.

**Κόστος συμμετοχής:** 13€ κατά άτομο σε όλες τις κατηγορίες. Το συνολικό κόστος για κάθε σύλλογο θα υπολογιστεί βάσει των δηλώσεων που θα σταλούν.

**Βραβεύσεις:** Μετάλλιο και δίπλωμα θα απονέμονται στους τρεις πρώτους κάθε αγωνίσματος ανά κατηγορία Αγωνιστικής, Προαγωνιστικής.

Επίσης στην Αγωνιστική κατηγορία, θα απονεμηθεί, αναμνηστικό καθώς και χρηματικό έπαθλο 200€ στον καλύτερο κολυμβητή και κολυμβήτρια σύμφωνα με τη διεθνή βαθμολογία της FINA.

**Livestreaming:** Οι αγώνες θα μεταδίδονται σε ζωντανή μετάδοση, από το Mystream Tv.

**Προθέρμανση:** Θα γίνουν σε 2 group. Το πρώτο group θα είναι για τα τρία πρώτα αγωνίσματα και το δεύτερο για τα υπόλοιπα και για την αγωνιστική και για την προαγωνιστική.

Η προθέρμανση το Σάββατο το πρωί θα πραγματοποιηθεί από τις 07.30 έως 08.05 και 08.05 έως 08.40, προκειμένου οι αθλητές να λάβουν μέρος στην παρέλαση της τελετής έναρξης.

### ΔΗΛΩΣΗ ΣΥΜΜΕΤΟΧΗΣ

Πρόθεση συμμετοχής μέχρι Δευτέρα 15 Απριλίου 2019 στο τηλ 2107759510 ή στο mail [posidonas.ilision@gmail.com](mailto:posidonas.ilision@gmail.com)

Τελικές δηλώσεις στην ΚΟΕ ( [www.info@koe.org.gr](http://www.info@koe.org.gr)) μέχρι την Παρασκευή 3 Μαΐου 2019

### ΕΠΙΚΟΙΝΩΝΙΑ-ΔΙΕΥΚΡΙΝΙΣΕΙΣ

Μπαζής Θανάσης: Προπονητής Αγωνιστικής Ομάδας 6972131726

Δούκα Ιωάννα: Προπονήτρια Προαγωνιστικής Ομάδας 6945460577

Λεοντοπούλου Μίνα: Έφορος Κολυμβητικού τμήματος 6948740978

### ΤΕΛΕΤΗ ΕΝΑΡΞΗΣ

Η τελετή έναρξης θα γίνει το Σάββατο στις 08:45 και θα περιλαμβάνει παρουσίαση των σωματείων που συμμετέχουν.

### ΓΡΑΜΜΑΤΕΙΑ Κ.Ο.ΠΟΣΕΙΔΩΝΑ ΙΛΙΣΙΩΝ

Η Γραμματεία του Ομίλου ,θα βρίσκεται στον χώρο του Κολυμβητηρίου ,όπου και θα παραλαμβάνονται οι φάκελοι των συμμετεχόντων σωματείων.



**ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΑΓΩΝΩΝ**  
**ΑΓΩΝΙΣΤΙΚΩΝ ΚΑΤΗΓΟΡΙΩΝ**

**Α' ΑΓΩΝΙΣΤΙΚΗ - Παρασκευή 10 Μαΐου, ώρα 17:00**  
**ΠΡΟΘΕΡΜΑΝΣΗ: A group: 15:30-16:10 B group: 16.10-16.50**

1+2	50	Πεταλούδα	Γυναικών – Ανδρών
3+4	200	Ελεύθερο	Γυναικών – Ανδρών
5+6	400	Μ. Ατομική	Γυναικών – Ανδρών
7+8	200	Ύπτιο	Γυναικών – Ανδρών
9+10	100	Πρόσθιο	Γυναικών - Ανδρών
11+12	800	Ελεύθερο	Γυναικών - Ανδρών

**Β' ΑΓΩΝΙΣΤΙΚΗ - Σάββατο 11 Μαΐου, ώρα 17:00**  
**ΠΡΟΘΕΡΜΑΝΣΗ: A group: 15:30-16:10 B group: 16.10-16.50**

1+2	50	Πρόσθιο	Ανδρών - Γυναικών
3+4	50	Ελεύθερο	Ανδρών – Γυναικών
5+6	100	Πεταλούδα	Ανδρών - Γυναικών
7+8	200	Πρόσθιο	Ανδρών - Γυναικών
9+10	100	Ύπτιο	Ανδρών - Γυναικών
11	400	Ελεύθερο	Ανδρών
12	1500	Ελεύθερο	Γυναικών

**Γ' ΑΓΩΝΙΣΤΙΚΗ - Κυριακή 12 Μαΐου, ώρα 16:00**  
**ΠΡΟΘΕΡΜΑΝΣΗ: A group: 14:30-15:10 B group: 15.10-15.50**

1+2	50	Ύπτιο	Γυναικών - Ανδρών
3+4	100	Ελεύθερο	Γυναικών - Ανδρών
5+6	200	Πεταλούδα	Γυναικών - Ανδρών
7+8	200	Μ.Ατομική	Γυναικών - Ανδρών

9	400	Ελεύθερο	Γυναικών
10	1500	Ελεύθερο	Ανδρών



**ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΑΓΩΝΩΝ**  
**ΠΡΟΑΓΩΝΙΣΤΙΚΩΝ ΚΑΤΗΓΟΡΙΩΝ**

**Α' ΑΓΩΝΙΣΤΙΚΗ - Σάββατο 11 Μαΐου , ώρα 09:00**  
**ΠΡΟΘΕΡΜΑΝΣΗ: A group: 07:30-08:05 B group: 08.05-08.40**

1 + 2	50	Ελεύθερο	Κορίτσια – Αγόρια	9, 10, 11, 12 ετών
3 + 4	50	Πρόσθιο	Κορίτσια - Αγόρια	9, 10, 11, 12 ετών
5 + 6	100	Ύπτιο	Κορίτσια - Αγόρια	10, 11, 12 ετών
7 + 8	100	Πεταλούδα	Κορίτσια - Αγόρια	11, 12 ετών
9 + 10	200	Ελεύθερο	Κορίτσια - Αγόρια	10, 11, 12 ετών
11 + 12	200	Πρόσθιο	Κορίτσια - Αγόρια	11, 12 ετών
13 + 14	400	Μ. Ατομική	Κορίτσια - Αγόρια	12 ετών
15 + 16	4Χ50	Ελεύθερο (2 αγορ+2 κορ)	9 + 10 ετών,	11 + 12 ετών

**Β' ΑΓΩΝΙΣΤΙΚΗ – Κυριακή 12 Μαΐου, ώρα 09:00**  
**ΠΡΟΘΕΡΜΑΝΣΗ: A group: 07:30-08:10 B group: 08.10-08.50**

1 + 2	50	Ύπτιο	Κορίτσια - Αγόρια	9, 10, 11, 12 ετών
3 + 4	50	Πεταλούδα	Κορίτσια - Αγόρια	9, 10, 11, 12 ετών
5 + 6	100	Πρόσθιο	Κορίτσια - Αγόρια	10, 11, 12 ετών
7 + 8	100	Ελεύθερο	Κορίτσια - Αγόρια	10, 11, 12 ετών
9 + 10	200	Ύπτιο	Κορίτσια - Αγόρια	11, 12 ετών
11 + 12	200	Μικτή	Κορίτσια - Αγόρια	10, 11, 12 ετών
13 + 14	400	Ελεύθερο	Κορίτσια - Αγόρια	11, 12 ετών
15 + 16	4Χ50	Μ. Ομαδική (2 αγορ+2 κορ)	9 + 10 ετών,	11 + 12 ετών

**Κ.Ο.ΠΟΣΕΙΔΩΝΑΣ ΙΛΙΣΙΩΝ**  
**Αράδου 5, 15771 Άνω Ιλίσια**  
**Τηλ. 210 7759510 (από 16:00-21:00)**

**Τηλ & fax 210 7757231**  
**e-mail: [posidonas.ilision@gmail.com](mailto:posidonas.ilision@gmail.com)**  
**web site: [www.posidonas-ilision.gr](http://www.posidonas-ilision.gr)**