

# ΑΓΩΝΕΣ ΣΤΟΧΟΙ ΘΕΡΙΝΟΥ ΚΥΚΛΟΥ 2018



## ΔΙΕΘΝΕΙΣ ΑΓΩΝΕΣ

- ΒΑΛΚΑΝΙΚΟΙ ΒΑΔΗΝ (Πίροτ/Σερβία) 14/4
- ΠΑΓΚΟΣΜΙΑ ΓΥΜΝΑΣΙΑΔΑ (Μαρακές/Μαρόκο) 2-9/5
- ΒΑΛΚΑΝΙΚΟΙ U18 (Κων/πολη ) 9 / 6
- ΕΥΡΩΠΑΙΚΟ ΠΡΩΤΑΘΛΗΜΑ U18 (ΓΚΙΟΡ 5 -8/7/18)
- ΔΙΕΘΝΗΣ ΣΥΝ/ΣΗ ΕΛΛΑΔΑΣ – ΚΥΠΡΟΥ (Λευκωσία 24-25/7/18)
- 3<sup>ο</sup> ΟΛΥΜΠΙΑΚΟΙ ΑΓΩΝΕΣ ΝΕΟΤΗΤΑΣ (Μπουένος Αϊρες 1-12/10/18)



# ΑΓΩΝΕΣ ΣΤΟΧΟΙ ΘΕΡΙΝΟΥ ΚΥΚΛΟΥ 2018



## ΠΑΝ/ΝΙΑ ΠΡΩΤΑΘΛΗΜΑΤΑ

- ΠΑΝ/ΝΙΟΙ ΣΧΟΛΙΚΟΙ 19 – 20 / 4  
(ΤΕΛΙΚΗ ΔΗΛΩΣΗ 23 / 4)
- ΠΑΝ/ΝΙΟΙ U20 (Ε / Ν) 16 – 17 / 6
- ΠΑΝ/ΝΙΟΙ U18 (Π / Κ) 23 – 24 / 6  
(ΤΕΛΙΚΗ ΔΗΛΩΣΗ ΠΑΝΕΥΡΩΠΑΪΚΟΥ U18 25 / 6)





# ΕΥΡΩΠΑΙΚΟ ΠΡΩΤΑΘΛΗΜΑ U18 (ΓΚΙΟΡ 5 -8/7/18)

ΟΡΙΑ ΣΥΜΜΕΤΟΧΗΣ ΜΕΧΡΙ  
(ΤΕΛΙΚΗ ΔΗΛΩΣΗ 25/6)



# ΟΡΙΑ ΕΥΡΩΠΑΪΚΟΥ ΠΡΩΤΑΘΛΗΜΑΤΟΣ U18 2018

	<b>ΠΑΙΔΕΣ</b>	<b>ΑΓΩΝΙΣΜΑΤΑ</b>	<b>ΚΟΡΑΣΙΔΕΣ</b>	
	<b>10.80</b>	<b>100m</b>	<b>11.95</b>	
	<b>21.70</b>	<b>200m</b>	<b>24.55</b>	
	<b>48.40</b>	<b>400m</b>	<b>55.60</b>	
	<b>1:52.80</b>	<b>800m</b>	<b>2:11.00</b>	
	<b>3:56.00</b>	<b>1.500m</b>	<b>4:29.00</b>	
	<b>8:35.00</b>	<b>3.000m</b>	<b>9:50.00</b>	
	<b>13.95</b>	<b>110/100m H</b>	<b>13.95</b>	
	<b>53:80</b>	<b>400m H</b>	<b>1:01.50</b>	
	<b>6:04.00</b>	<b>2.000m Steeple</b>	<b>7:02.00</b>	
	<b>2.06</b>	<b>Ύψος</b>	<b>1.78</b>	
	<b>4.80</b>	<b>Επί κοντώ</b>	<b>3.85</b>	
	<b>7.20</b>	<b>Μήκος</b>	<b>6.02</b>	
	<b>14.80</b>	<b>Τριπλούν</b>	<b>12.50</b>	
	<b>18.50</b>	<b>Σφαίρα</b>	<b>15.50</b>	
	<b>56.00</b>	<b>Δίσκος</b>	<b>45.00</b>	
	<b>69.00</b>	<b>Σφύρα</b>	<b>61.50</b>	
	<b>68.50</b>	<b>Ακόντιο</b>	<b>50.50</b>	
	<b>6.750B</b>	<b>Δέκαθλο / Έπταθλο</b>	<b>5.100B</b>	
	<b>45:50.00</b>	<b>10.000 / 5.000m βάδην</b>	<b>24:40.00</b>	
	<b>Χωρίς όριο</b>	<b>4X400m ΜΙΚΤΗ</b>	<b>Χωρίς όριο</b>	

## Δικαίωμα συμμετοχής:

Παίδες/Κορασίδες: Γεννηθέντες 2001 & 2002

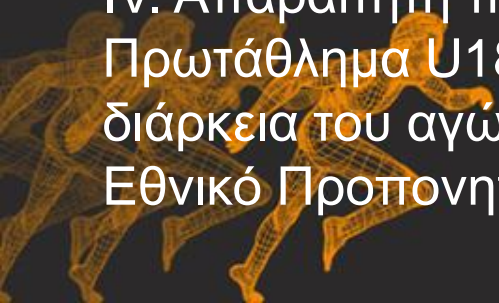
Δύο (2) αθλητές –τρεις ανά αγώνισμα θα συμμετάσχουν αν πετύχουν τα όρια, που έχει ορίσει ο Σ.Ε.Γ.Α.Σ.

I. Αν το όριο το έχουν πετύχει πάνω από δύο αθλητές, πηγαίνουν εκείνοι που έχουν την καλύτερη επίδοση και έχουν επιβεβαιώσει αυτήν κατά την διάρκεια του Πανελληνίου Πρωταθλήματος U18.

II. Για τα όρια που θα επιτευχθούν στον κλειστό στίβο, απαραίτητη προϋπόθεση για τη συμμετοχή στο Ευρωπαϊκό Πρωτάθλημα U18, είναι να τα επιβεβαιώσουν οι αθλητές – τρεις και κατά την διάρκεια του πανελληνίου πρωταθλήματος Ανοικτού Στίβου Π/Κ 2018.

III. Προϋπόθεση για την συμμετοχή στην ομάδα των αθλητών-τριών είναι η επιβεβαίωση του ορίου, η πιστοποίηση της καλής κατάστασης της υγείας τους (τραυματισμοί, ασθένειες, κλπ), την χρονική περίοδο πριν την αναχώρηση για τη διεθνή συνάντηση.

IV. Απαραίτητη προϋπόθεση για την συμμετοχή και στο Ευρωπαϊκό Πρωτάθλημα U18, είναι η εξέταση αυτών που πέτυχαν τα όρια (στη διάρκεια του αγώνα ) από Doping Control , σε συνεννόηση πάντα με τον Εθνικό Προπονητή, Αποστόλη Αποστολόπουλο.



V. Για να αναγνωρισθεί μια επίδοση ως όριο πρόκρισης, όσον αφορά τα δρομικά αγωνίσματα θα πρέπει να επισυνάπτεται το Φώτο-Φίνις καθώς και να αναγράφεται η ταχύτητα του ανέμου ( ταχύτητες – οριζόντια άλματα) όταν πρόκειται για αγωνίσματα που το παραπάνω στοιχείο λαμβάνεται υπ' όψη για την αναγνώριση της επίδοσης.

VI. Για τα αγωνίσματα του δεκάθλου και του επτάθλου στη κατηγορία Π/Κ, τα όρια συμμετοχής θα ισχύσουν και στο διασυλλογικό πρωτάθλημα συνθέτων Π/Κ, τα οποία θα διεξαχθούν σε δύο ομίλους.

*(ΤΕΛΙΚΗ ΔΗΛΩΣΗ ΠΑΝΕΥΡΩΠΑΪΚΟΥ 25 / 6)*



## ΠΡΟΫΠΟΘΕΣΕΙΣ – ΑΓΩΝΕΣ ΚΡΙΤΗΡΙΑ

- Πανελλήνια πρωταθλήματα U20 – U18  
Βαλκανικό πρωτάθλημα U20 – U18  
Βαλκανικό Πρωτάθλημα Βάδην  
Πανελλήνιο Σχολικό Πρωτάθλημα

Διεθνείς διοργανώσεις και μίτινγκ (IAAF - EAA) στο εξωτερικό μόνο με την σύμφωνη γνώμη της ΕΠ.Α.Σ, και με την προϋπόθεση ότι στη διοργάνωση θα υπάρχει Doping Control.

Διοργανώσεις στην Ελλάδα ( GALA ΦΙΛΟΘΕΗ – ΠΑΠΑΦΛΕΣΣΕΙΑ – ΧΑΝΙΑ 2018 – BENIZELEIA – ATHENS STREET POLE VAULT ).

- Ελληνικά Γκραν Πρι

Επώνυμοι Περιφερειακοί αγώνες: Αγώνες ρίψεων «Κώστας Σπανίδης» – Φεστιβάλ Ρίψεων Τρίπολης – Χειμερινό Κύπελλο Ρίψεων – Αγώνες Αλμάτων Καλλιθέα.

Για Επώνυμους Περιφερειακούς αγώνες που δεν έχουν ακόμα ενταχθεί στο Καλεντάρι του Σ.Ε.Γ.Α.Σ και σε ειδικές περιπτώσεις, η ΕΠ.Α.Σ. μπορεί να ορίσει αγωνίσματα επίτευξης ορίων στα πλαίσια επίσημων διοργανώσεων.

Απαραίτητη προϋπόθεση για να αναγνωρισθεί η επίδοση ως όριο πρόκρισης, είναι να υπάρχει στις παραπάνω διοργανώσεις, έλεγχος DOPING CONTROL.



# ΠΡΟΫΠΟΘΕΣΕΙΣ



**SOS: Αθλητής –τρια που δεν έχει εγγραφεί και δεν έχει πιστοποιητικό «I RUN CLEAN», δεν μπορεί να συμμετέχει στο Πανευρωπαϊκό U18.**





# ΠΑΓΚΟΣΜΙΑ ΓΥΜΝΑΣΙΑΔΑ (Μαρακές / Μαρόκο) 2-9 / 5

ΔΙΟΡΓΑΝΩΣΗ ΥΠΕΠΘ

ΠΡΟΚΡΙΣΗ ΑΠΟ ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΟ ΣΧΟΛΙΚΟ ΠΡΩΤΑΘΛΗΜΑ

ΗΛΙΚΙΕΣ: 14 – 15 – 16 -17 ΕΤΩΝ

ΣΥΝΟΔΟΙ: ΚΑΘΗΓΗΤΕΣ ΦΥΣΙΚΗΣ ΑΓΩΓΗΣ (ΔΙΟΡΙΣΜΕΝΟΙ)

(ΤΕΛΙΚΗ ΔΗΛΩΣΗ 23 / 4) ΑΠΟ ΥΠΕΠΘ



# ΠΑΓΚΟΣΜΙΑ ΓΥΜΝΑΣΙΑΔΑ 2018

## ΑΓΩΝΙΣΜΑΤΑ

### ΠΑΙΔΕΣ

### ΚΟΡΑΣΙΔΕΣ

100m

100m

200m

200m

400m

400m

800m

800m

1.500m

1.500m

3.000m

3.000m

110mH(91,4cm)

100m H(76,2cm)

400m H(84,0cm)

400m H(76,2cm)

2.000m Steeple

2.000m Steeple

Ύψος

Ύψος

Επί κοντώ

Επί κοντώ

Μήκος

Μήκος

Τριπλούν

Τριπλούν

Σφαίρα (5kg)

Σφαίρα(3kg)

Δίσκος(1.5kg)

Δίσκος(1kg)

Σφύρα(5kg)

Σφύρα(3kg)

Ακόντιο(700g)

Ακόντιο(700g)

ΜΙΚΤΗ

ΜΙΚΤΗ

(4X100X200X300X400m)

(4X100X200X300X400m)

ΜΙΚΤΗ

ΜΙΚΤΗ

(4X200X400X600X800m)

(4X200X400X600X800m)

# ΠΡΟΫΠΟΘΕΣΕΙΣ

- Συμμετοχή και διάκριση στο Πα/νιο Σχολικό 2018



# 3<sup>ο</sup> ΟΛΥΜΠΙΑΚΟΙ ΑΓΩΝΕΣ ΝΕΟΤΗΤΑΣ (Μπουένος Αϊρες 1-12/10/18)

✓ Πρόκριση από Πανευρωπαϊκό U18



**3<sup>ο</sup> ΟΛΥΜΠΙΑΚΟΙ ΑΓΩΝΕΣ ΝΕΟΤΗΤΑΣ  
(Μπουένος Αϊρες 1-12/10/18)**

**ΣΥΜΜΕΤΟΧΕΣ ΑΝΑ ΑΓΩΝΙΣΜΑ ΑΠΟ ΠΑΝΕΥΡΩΠΑΪΚΟ**

	ΠΑΙΔΕΣ	ΚΟΡΑΣΙΔΕΣ	ΣΥΜΜΕΤΟΧΕΣ ΑΝΑ ΑΓΩΝΙΣΜΑ
100m	6	13	32
200m	11	11	24
400m	5	11	24
800m	8	14	24
1.500m	6	5	18
3.000m	5	4	18
110/100m Η	7	10	22
400m Η	3	7	16
2.000m Steeple	7	9	18
Ύψος	5	11	16
Επί κοντώ	10	10	16
Μήκος	6	8	16
Τριπλούν	3	8	16
Σφαίρα	7	10	16
Δίσκος	8	8	16
Σφύρα	10	10	16
Ακόντιο	8	7	16
10 /5 Km	4	6	16

# ΒΑΛΚΑΝΙΚΟΙ Π – Κ (Κων/πολη 9 / 6

ΣΥΜΒΟΛΑΙΟ ΜΕ ΤΗΝ ΒΑΛΚΑΝΙΚΗ ΕΝΩΣΗ ΓΙΑ 34 ΑΤΟΜΑ

ΑΘΛΗΤΕΣ – ΤΡΙΕΣ : 28

ΣΥΝΟΔΟΙ ΠΡΟΠΟΝΗΤΕΣ: 6

ΑΓΩΝΙΣΜΑΤΑ : 14 ΠΑΙΔΩΝ & 14 ΚΟΡΑΣΙΔΩΝ



# ΒΑΛΚΑΝΙΚΟΙ U18

## ΑΓΩΝΙΣΜΑΤΑ

### ΠΑΙΔΕΣ

### ΚΟΡΑΣΙΔΕΣ

1.

100m

100m

2.

400m

400m

3.

800m

800m

4.

1.500m

1.500m

5.

3.000m

3.000m

6.

110mH(91,4cm)

100m H(76,2cm)

7.

2.000m Steeple

2.000m Steeple

8.

Ύψος

Ύψος

9.

Μήκος

Μήκος

10.

Τριπλούν

Τριπλούν

11.

Σφαίρα (5kg)

Σφαίρα(3kg)

12.

Δίσκος(1.5kg)

Δίσκος(1kg)

13.

Σφύρα(5kg)

Σφύρα(3kg)

14.

Ακόντιο(700g)

Ακόντιο(700g)

**ΣΚΥΤΑΛΟΔΡΟΜΙΑ  
(4X100)**

**ΣΚΥΤΑΛΟΔΡΟΜΙΑ  
(4X100)**

# ΠΡΟΫΠΟΘΕΣΕΙΣ – ΑΓΩΝΕΣ ΚΡΙΤΗΡΙΑ

## ΠΛΑΙΣΙΟ ΑΓΩΝΩΝ

➤ Πανελλήνιο Σχολικό Πρωτάθλημα

ΚΑΙ

➤ Παγκόσμια Γυμνασιάδα

➤ Διοργανώσεις στην Ελλάδα : Φεστιβάλ Ρίψεων / Τρίπολη - Χανιά 2018 – “Αγώνες Αλμάτων Καλλιθέα” – “Αγώνες Ρίψεων Κώστας Σπανίδης / Θεσ/κη - Ελληνικό Γκραν Πρι «Αλεξάνδρεια» / Έδεσσα .

➤ Απαραίτητη προϋπόθεση για να «ληφθεί υπόψη» η επίδοση είναι η γνωστοποίηση από πριν της συμμετοχής του αθλητή στο Εθνικό προπονητή αλλά και να συντρέχουν όλες οι προϋποθέσεις κανονικότητας της διοργάνωσης( φώτο φίνις – ανεμόμετρο κλπ)





# ΔΙΕΘΝΗ ΣΥΝΑΝΤΗΣΗ ΕΛΛΑΔΑ – ΚΥΠΡΟΣ

## ΣΥΓΚΡΟΤΗΣΗ ΟΜΑΔΑΣ

- Όλα τα αγωνίσματα (πλην Βάδην)
- Δύο αθλητές – τρεις σε κάθε αγώνισμα
- Θα εξαιρεθούν αυτοί –ες που θα συμμετέχουν με την Εθνική ομάδα στο Βαλκανικό κ' Πανευρωπαϊκό Πρωτάθλημα.



# ΖΗΤΟΥΜΕΝΟ: Η ΣΥΝΕΡΓΑΣΙΑ

- Οι προπονητές των αθλητών που έχουν ενταχθεί στην Προεθνική ομάδα, οπωσδήποτε να υποβάλλουν άμεσα αγωνιστικό πλάνο.
- Πιο στυγνά ενημέρωση της αγωνιστικής πορείας των αθλητών που γυμνάζουν.
- Κορύφωση της απόδοσης των αθλητών στους αγώνες στόχους.



# Ο ΣΕΓΑΣ ΣΥΝΕΧΙΖΕΙ ΝΑ ΣΤΗΡΙΖΕΙ ΠΡΟΠΟΝΗΤΕΣ & ΑΘΛΗΤΕΣ

- ΠΡΙΜ Κ' ΑΛΛΕΣ ΟΙΚΟΝΟΜΙΚΕΣ ΠΑΡΟΧΕΣ
- ΕΠΙΜΟΡΦΩΣΗ- ΚΑΘΟΔΗΓΗΣΗ ΠΡΟΠΟΝΗΤΩΝ
- ΒΙΟΧΗΜΙΚΕΣ & ΕΡΓΟΜΕΤΡΙΚΕΣ ΕΞΕΤΑΣΕΙΣ
- ΔΙΑΧΥΣΗ ΤΟΥ MENTORING
- ΚΑΘΕΤΗ ΔΟΜΗ ΣΤΑ CAMP
- ΑΓΩΝΙΣΤΙΚΟ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΠΟΥ ΣΥΜΦΩΝΕΙ ΜΕ ΤΑ ΑΘΛΗΤΙΚΑ ΣΤΑΔΙΑ ΕΞΕΛΙΞΗΣ
- ΕΝΙΑΙΑ ΠΡΟΠΟΝΗΤΙΚΑ ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΑ ΓΙΑ ΟΛΑ ΤΑ ΑΝΑΠΤΥΞΙΑΚΑ ΣΤΑΔΙΑ





- ΚΑΛΗ ΕΠΙΤΥΧΙΑ ΣΕ ΟΛΟΥΣ
- ΣΑΣ ΕΥΧΑΡΙΣΤΩ

ΑΠΟΣΤΟΛΟΣ ΑΠΟΣΤΟΛΟΠΟΥΛΟΣ  
ΕΘΝΙΚΟΣ ΠΡΟΠΟΝΗΤΗΣ U18

