



ΤΕΧΝΙΚΕΣ ΔΙΑΤΑΞΕΙΣ 2020



ΕΠΙΤΡΟΠΗ ΑΘΛΗΤΙΚΟΥ ΣΧΕΔΙΑΣΜΟΥ

Επενδύουμε στο παρόν και στο μέλλον των αθλητών μας

ΤΕΧΝΙΚΕΣ ΔΙΑΤΑΞΕΙΣ 2020

ΔΙΟΙΚΗΤΙΚΟ ΣΥΜΒΟΥΛΙΟ ΣΕΓΑΣ ΘΗΤΕΙΑΣ 2016 - 2020

ΠΑΝΑΓΟΠΟΥΛΟΣ ΚΩΣΤΑΣ	ΠΡΟΕΔΡΟΣ
ΔΗΜΑΚΟΣ ΠΑΝΑΓΙΩΤΗΣ	Α΄ ΑΝΤΙΠΡΟΕΔΡΟΣ
ΑΡΓΕΙΤΑΚΗ ΠΟΛΥΞΕΝΗ	Β΄ ΑΝΤΙΠΡΟΕΔΡΟΣ
ΛΙΟΥΜΠΑΣ ΙΩΑΝΝΗΣ	Γ΄ ΑΝΤΙΠΡΟΕΔΡΟΣ
ΣΕΒΑΣΤΗΣ ΒΑΣΙΛΕΙΟΣ	ΓΕΝΙΚΟΣ ΓΡΑΜΜΑΤΕΑΣ
ΡΑΠΤΗΣ ΑΘΑΝΑΣΙΟΣ	Α΄ ΕΙΔΙΚΟΣ ΓΡΑΜΜΑΤΕΑΣ
ΚΑΡΔΑΡΑ ΜΑΡΙΚΑ	Β΄ ΕΙΔΙΚΟΣ ΓΡΑΜΜΑΤΕΑΣ
ΨΩΜΙΑΔΗΣ ΙΩΑΝΝΗΣ	ΤΑΜΙΑΣ
ΧΑΧΑΜΗΣ ΔΗΜΗΤΡΙΟΣ	ΑΝΑΠΛΗΡΩΤΗΣ ΤΑΜΙΑΣ
ΚΑΛΟΖΟΥΜΗΣ ΣΠΥΡΟΣ	ΕΦΟΡΟΣ
ΑΝΤΩΝΑΚΑΚΗΣ ΠΑΝΑΓΙΩΤΗΣ	ΜΕΛΟΣ
ΑΠΟΣΤΟΛΟΠΟΥΛΟΣ ΔΗΜΗΤΡΙΟΣ	ΜΕΛΟΣ
ΒΟΣΣΟΣ ΒΑΣΙΛΕΙΟΣ	ΜΕΛΟΣ
ΚΕΛΛΗΣ ΣΠΥΡΟΣ	ΜΕΛΟΣ
ΜΠΟΛΛΑΣ ΙΩΑΝΝΗΣ	ΜΕΛΟΣ
ΝΙΚΟΛΑΙΔΗΣ ΣΑΒΒΑΣ	ΜΕΛΟΣ
ΠΑΥΛΟΥΣ ΜΙΧΑΗΛ	ΜΕΛΟΣ
ΠΑΧΑΡΟΥΡΙΔΟΥ ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ	ΜΕΛΟΣ
ΠΕΤΣΟΥΛΑΣ ΙΑΚΩΒΟΣ	ΜΕΛΟΣ
ΠΟΥΛΟΠΟΥΛΟΣ ΔΗΜΗΤΡΙΟΣ	ΜΕΛΟΣ
ΦΙΛΙΠΠΑΣ ΒΑΣΙΛΕΙΟΣ	ΜΕΛΟΣ

ΟΜΑΔΑ ΣΥΝΤΑΞΗΣ

Μάρκος Καλούδης

Τεχνικός Υπεύθυνος Ανάπτυξης Σ.Ε.Γ.Α.Σ. (Κρήτη, Δωδεκάνησα, Κυκλάδες, Λέσβος, Χίος-Σάμος)

Στέφανος Ματάκης

Τεχνικός Υπεύθυνος Ανάπτυξης Σ.Ε.Γ.Α.Σ. (Πειραιάς & Νοτιοδυτική Αττική, Αθήνα, Ανατολική Στερεά Εύβοια, Περιφέρεια Πελοποννήσου)

Χρήστος Χατζηβασιλείου

Τεχνικός Υπεύθυνος Ανάπτυξης Σ.Ε.Γ.Α.Σ. (Ανατολική Μακεδονία & Θράκη, Θεσσαλονίκη, Κεντρική Μακεδονία)

Βασίλειος Πλάτωνας

Τεχνικός Υπεύθυνος Ανάπτυξης Σ.Ε.Γ.Α.Σ. (Ηπειρος, Δ. Μακεδονία, Θεσσαλία, Βορ. Πελοπόννησος, Κέρκυρα)

ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΑ

ΘΕΜΑ	ΣΕΛΙΔΕΣ
Δ.Σ. Σ.Ε.Γ.Α.Σ.	2
ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΑ	3
ΠΡΟΛΟΓΟΣ	4 – 5
ΓΕΝΙΚΕΣ ΔΙΑΤΑΞΕΙΣ ΠΑΝΕΛ. ΠΡΩΤ & ΔΙΑΣΥΛ. ΑΓΩΝΩΝ	6 – 7
ΔΙΑΣΥΛΛΟΓΙΚΟΙ ΑΓΩΝΕΣ ΑΝΑ ΚΑΤΗΓΟΡΙΑ	8 – 18
ΑΓΩΝΙΣΤΙΚΕΣ ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΕΣ Κ12	18
ΓΕΝΙΚΕΣ ΔΙΑΤΑΞΕΙΣ ΔΙΑΣΥΛΛΟΓΙΚΩΝ ΑΓΩΝΩΝ	19 – 20
ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΑ ΠΡΩΤΑΘΛΗΜΑΤΑ – ΚΕΝΤΡΙΚΕΣ ΔΙΑΤΑΞΕΙΣ	20 – 23
ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΑ ΠΡΩΤΑΘΛΗΜΑΤΑ ΑΝΑ ΚΑΤΗΓΟΡΙΑ	24 – 29
ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΑ ΠΡΩΤΑΘΛΗΜΑΤΑ - ΓΕΝΙΚΕΣ ΔΙΑΤΑΞΕΙΣ	29 – 32
ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΟ ΠΡΩΤΑΘΛΗΜΑ ΔΡΟΜΟΥ ΣΕ ΑΝΩΜΑΛΟ ΕΔΑΦΟΣ	32 – 33
ΚΟΙΝΕΣ ΓΕΝΙΚΕΣ ΔΙΑΤΑΞΕΙΣ ΔΙΑΣΥΛΛΟΓΙΚΩΝ & ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΩΝ ΠΡΩΤΑΘΛΗΜΑΤΩΝ	33 – 38
ΠΡΙΜΟΔΟΤΗΣΗ ΣΩΜΑΤΕΙΩΝ ΑΠΟ ΕΘΝΙΚΕΣ ΟΜΑΔΕΣ	38 – 39
ΔΙΚΑΙΩΜΑ ΣΥΜΜΕΤΟΧΗΣ ΑΝΑΛΟΓΑ ΜΕ ΤΟ ΕΤΟΣ ΓΕΝΝΗΣΗΣ	39 – 42
ΑΓΩΝΙΣΤΙΚΗ ΕΜΦΑΝΙΣΗ ΣΥΛΛΟΓΟΥ	43
ΟΡΙΑ ΣΥΜΜΕΤΟΧΗΣ ΕΥΡΩΠΑΪΚΩΝ & ΠΑΓΚΟΣΜΙΩΝ ΠΡΩΤΑΘΛΗΜΑΤΩΝ	44 – 49
ΟΡΙΑ ΔΙΑΣΥΛΛΟΓΙΚΩΝ ΑΓΩΝΩΝ & ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΩΝ ΠΡΩΤΑΘΛΗΜΑΤΩΝ	50 – 56
RUN GREECE	57
ΒΑΘΜΟΛΟΓΙΑ ΤΕΤΡΑΘΛΩΝ Κ14	58 – 59
ΑΓΩΝΙΣΤΙΚΟ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ	60 – 61
ΑΓΩΝΙΣΤΙΚΟ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΑΓΩΝΩΝ ΣΕ ΔΗΜΟΣΙΟ ΔΡΟΜΟ & ΒΟΥΝΟ	62 – 63
ΑΓΩΝΕΣ ΕΑΑ & ΕΛΛΗΝΙΚΑ GRAND PRIX	64
ΕΠΙΚΟΙΝΩΝΙΑ	65 – 66
ΕΠΙΤΡΟΠΗ ΑΘΛΗΤΙΚΟΥ ΣΧΕΔΙΑΣΜΟΥ	67

2020

ΤΟ ΝΕΟ ΑΓΩΝΙΣΤΙΚΟ ΠΛΑΙΣΙΟ ΕΙΝΑΙ Η ΒΑΣΗ ΓΙΑ ΤΟ ΜΕΛΛΟΝ ΤΟΥ ΕΛΛΗΝΙΚΟΥ ΣΤΙΒΟΥ ΜΕ ΠΡΩΤΑΓΩΝΙΣΤΕΣ ΤΟΥΣ ΑΘΛΗΤΕΣ, ΤΟΥΣ ΠΡΟΠΟΝΗΤΕΣ ΚΑΙ ΤΑ ΣΩΜΑΤΕΙΑ

Ο Σ.Ε.Γ.Α.Σ., οι Ε.Α.Σ., τα σωματεία και το σύνολο των ανθρώπων του στίβου, μέσα σε ένα πλαίσιο αγαστής συνεργασίας, ανταλλαγής απόψεων, αναγνώρισης της προσπάθειας όλων των πλευρών και με συνεχή βήματα προόδου δημιουργούμε τις προϋποθέσεις για τη συνέχιση τόσο της ανάπτυξης του σωματειακού αθλητισμού, όσο και της καταξίωσης του ελληνικού στίβου στο παγκόσμιο αθλητικό στερέωμα.

Η Ομοσπονδία μας εδώ και πολλά χρόνια δημιουργεί, ανανεώνει και εκσυγχρονίζει θεσμούς και προγράμματα, που διευρύνουν την παρέμβασή μας στα ευρύτερα κοινωνικά στρώματα, απολαμβάνοντας την καθολική υποστήριξη της ελληνικής πολιτείας, της περιφερειακής - τοπικής αυτοδιοίκησης, των προπονητών, των καταξιωμένων πρωταθλητών, των νεαρών αθλητών μας, αλλά και των οικογενειών τους.

Είναι καθοριστικές δε οι αποφάσεις μας, τόσο για τον ΣΩΜΑΤΕΙΑΚΟ και τον ΥΨΗΛΟ ΑΘΛΗΤΙΣΜΟ, όσο και για το πλαίσιο λειτουργίας της Ομοσπονδίας μας και των Ε.Α.Σ., οι οποίες αφορούν:

- **Την υλοποίηση ενός νέου αγωνιστικού πλαισίου, που συνδυάζει αφενός μεν τα σύγχρονα επιστημονικά δεδομένα, αφετέρου δε την εμπειρία της πρακτικής, την ελληνική αθλητική πραγματικότητα, τις αγωνιστικές δυνατότητες των σωματείων μας και τις προτάσεις της πλειοψηφίας των προπονητών μας.**

- Τον εκσυγχρονισμό του καταστατικού της ομοσπονδίας μας και τη δημιουργία ειδικού πλαισίου για την εξεύρεση οικονομικών πόρων στις Ε.Α.Σ., κάτι που δίνει στις τελευταίες τις δυνατότητες για νέες πρωτοβουλίες και ουσιαστικές παρεμβάσεις στην αθλητική τους περιφέρεια.

- Τη συνέχιση της στήριξης του προπονητικού έργου των σωματείων.

- Τη στήριξη προπονητών, μέσα από ένα σύστημα οικονομικής επιβράβευσης των αγωνιστικών τους επιτυχιών.

- Το πλαίσιο επιλογής και υποστήριξης νέων - επίλεκτων αθλητών, μέσω των προεθνικών ομάδων.

- Την επιστημονική - υγειονομική υποστήριξη των πρωταθλητών μας.
- Τη διεξαγωγή προπονητικών συγκεντρώσεων σε διάφορες πόλεις της Ελλάδας, με τη στήριξη από την ομοσπονδία μας, αλλά και από τοπικούς φορείς.
- Τη διεξαγωγή διαφόρων μορφών, επιμορφωτικών σεμιναρίων, αλλά και τη συμμετοχή με δαπάνες του Σ.Ε.Γ.Α.Σ., προπονητών μας σε σεμινάρια του εξωτερικού.
- Τη συγγραφή εξειδικευμένων προπονητικών συγγραμμάτων, τα οποία αποτελούν σημαντικό «εργαλείο», στα χέρια των προπονητών.
- Τις σπουδές πρωταθλητών μας σε επιλεγμένα ιδιωτικά εκπαιδευτήρια.
- Την καθιέρωση του θεσμού του «μέντορα» προπονητή, θεσμός ιδιαίτερα σημαντικός ειδικά για τους νέους προπονητές και αθλητές της επαρχίας.
- Την κατασκευή, συντήρηση, αναβάθμιση και εξοπλισμό σταδίων, με πόρους από φορείς που στηρίζουν τον ελληνικό κλασικό αθλητισμό.
- Τη διοργάνωση των πανελληνίων πρωταθλημάτων και όχι μόνο, σύμφωνα με τις διεθνείς προδιαγραφές: Ηλεκτρονικό σύστημα αίθουσας κλήσης, ηλεκτρονική μέτρηση οριζοντίων αλμάτων και ρίψεων, ζωντανή μετάδοση διαδικτυακά (live streaming), άμεση και έγκαιρη ανακοίνωση και δημοσιοποίηση των αποτελεσμάτων (live results) και το ορθά δομημένο, ετήσιο αγωνιστικό πρόγραμμα «καλεντάρι».
- Τη διεξαγωγή ελληνικών meeting, ενταγμένων πλέον στις κατηγορίες της ΕΑΑ.
- Τη δημιουργία ειδικού πλαισίου παρακολούθησης, ένταξης και υποστήριξης των αγώνων δρόμου εκτός σταδίου, με στόχους, πρώτον τη δημιουργία όλων εκείνων των προϋποθέσεων για ακόμα μεγαλύτερη διεύρυνση του δρομικού κινήματος και δεύτερον και σημαντικότερο την ασφαλέστερη και ποιοτικότερη διεξαγωγή τους και τη βελτίωση της υγείας των Ελλήνων πολιτών.
- Όλα τα παραπάνω σχεδιάζονται, προγραμματίζονται, υλοποιούνται και χρηματοδοτούνται από τον Σ.Ε.Γ.Α.Σ. και τους «εταίρους» του.

Τέλος, τα ποιοτικά και ποσοτικά αποτελέσματα, συνολικά των Εθνικών μας ομάδων, αλλά και ατομικά των πρωταθλητών μας, καθώς και του σωματειακού αθλητισμού, αποδεικνύουν ότι ο ελληνικός στίβος έχει παρόν, αλλά και μέλλον. Και αυτό γιατί όλοι εμείς οι άνθρωποι του στίβου, σε κάθε γωνιά της πατρίδας μας, θα παραμείνουμε ενωμένοι, αποφασισμένοι και διεκδικητικοί για τα θέματα και τα προβλήματα του ελληνικού κλασικού αθλητισμού.

ΤΕΧΝΙΚΕΣ ΔΙΑΤΑΞΕΙΣ 2020 ΓΕΝΙΚΗ ΠΡΟΚΗΡΥΞΗ

ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΑ ΠΡΩΤΑΘΛΗΜΑΤΑ ΚΑΙ ΔΙΑΣΥΛΛΟΓΙΚΟΙ ΑΓΩΝΕΣ ΑΓΩΝΙΣΤΙΚΗΣ ΠΕΡΙΟΔΟΥ 2020

Ο Σύνδεσμος Ελληνικών Γυμναστικών & Αθλητικών Σωματείων (Σ.Ε.Γ.Α.Σ.), σύμφωνα με τις ισχύουσες νομοθετικές διατάξεις, το καταστατικό της ομοσπονδίας, τον γενικό κανονισμό οργάνωσης και διεξαγωγής πρωταθλημάτων και αγώνων και τέλος των διεθνών κανονισμών της WA (World Athletics), εκδίδει την ΓΕΝΙΚΗ ΠΡΟΚΗΡΥΞΗ ΤΩΝ ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΩΝ ΠΡΩΤΑΘΛΗΜΑΤΩΝ ΚΑΙ ΔΙΑΣΥΛΛΟΓΙΚΩΝ ΑΓΩΝΩΝ ΑΓΩΝΙΣΤΙΚΗΣ ΠΕΡΙΟΔΟΥ 2020.

ΚΕΦΑΛΑΙΟ Α΄ (ΓΕΝΙΚΕΣ ΔΙΑΤΑΞΕΙΣ)

1) ΗΛΙΚΙΕΣ ΤΩΝ ΚΑΤΗΓΟΡΙΩΝ ΓΙΑ ΤΟ 2020:

Οι ηλικίες των αθλητών – τριών που καθορίζουν τις διάφορες κατηγορίες είναι οι παρακάτω:

A/A	ΚΑΤΗΓΟΡΙΣ	ΗΛΙΚΙΣ	ΕΤΗ ΓΕΝΝΗΣΗΣ
1	K12 (ΑΓΟΡΙΑ - ΚΟΡΙΤΣΙΑ)	9 - 10 - 11	2009 – 2010 - 2011
2	K14 (ΑΓΟΡΙΑ - ΚΟΡΙΤΣΙΑ)	12 - 13	2007 – 2008
3	K16 (ΑΓΟΡΙΑ - ΚΟΡΙΤΣΙΑ)	14 - 15	2005 – 2006
4	K18 (ΑΝΔΡΕΣ - ΓΥΝΑΙΚΕΣ)	16 - 17	2003 – 2004
5	K20 (ΑΝΔΡΕΣ - ΓΥΝΑΙΚΕΣ)	18 - 19	2001 – 2002
6	K23 (ΑΝΔΡΕΣ - ΓΥΝΑΙΚΕΣ)	20 - 22	1998 – 1999 - 2000
7	ΑΝΔΡΕΣ - ΓΥΝΑΙΚΕΣ	23 και άνω	1997 και μεγαλύτεροι - ες

2) ΔΙΚΑΙΩΜΑ ΣΥΜΜΕΤΟΧΗΣ ΣΤΑ ΠΡΩΤΑΘΛΗΜΑΤΑ ΚΑΙ ΑΓΩΝΕΣ:

α) Σε όλα τα πρωταθλήματα και αγώνες (πανελλήνια - διασυλλογικοί), στους δρόμους σε ανώμαλο έδαφος, στους περιφερειακούς και τοπικούς επώνυμους αγώνες καθώς και στις διεθνείς συναντήσεις, δικαιούνται συμμετοχής αθλητές-τριες που ανήκουν σε σωματεία μέλη του Σ.Ε.Γ.Α.Σ. και είναι κάτοχοι δελτίου αθλητικής ιδιότητας που έχει εκδώσει ο Σ.Ε.Γ.Α.Σ. Τα δελτία πρέπει να έχουν εκδοθεί σύμφωνα με τον κανονισμό εγγραφών και μετεγγραφών καθώς και της σχετικής εγκυκλίου του Σ.Ε.Γ.Α.Σ.

Το δελτία αθλητικής ιδιότητας αθλητή - αθλήτριας στίβου, πρέπει απαραίτητα να συνοδεύεται με την κάρτα υγείας αθλητή ιατρικά θεωρημένη σύμφωνα με τις εκάστοτε ισχύουσες διατάξεις.

Εάν το σωματείο και οι αθλητές – αθλήτριες, πριν από την έναρξη κάθε αγωνίσματος, δεν προσκομίσουν τα αθλητικά τους δελτία και την κάρτα υγείας αθλητή ιατρικά θεωρημένη, οι υπεύθυνοι της αίθουσας κλήσης και ο τεχνικός υπεύθυνος των αγώνων είναι υποχρεωμένοι να μην επιτρέψουν τη συμμετοχή των αθλητών - τριών που δεν πληρούν τις παραπάνω προϋποθέσεις.

β) Άλλοδαποί, ομογενείς υπήκοοι κρατών - μελών της Ευρωπαϊκής Ένωσης και λοιποί μη Έλληνες αθλητές δικαιούνται συμμετοχής στα διάφορα πρωταθλήματα και αγώνες (πανελλήνια ή διασυλλογικοί), ΜΟΝΟ σύμφωνα με τους όρους και τις προϋποθέσεις που καθορίζονται από τις διατάξεις του κανονισμού και της εγκυκλίου εγγραφών-μετεγγραφών του Σ.Ε.Γ.Α.Σ. και των σχετικών Υπουργικών αποφάσεων.

γ) Δεν δικαιούται συμμετοχής αθλητής-τρια που έχει τιμωρηθεί από τα πειθαρχικά και δικαιοδοτικά όργανα του Σ.Ε.Γ.Α.Σ. για όσο διάστημα διαρκεί η ποινή τους.

δ) Για την τρέχουσα αγωνιστική περίοδο (από 1/10/19 μέχρι 18/10/20) στον καθένα από τους διασυλλογικούς αγώνες και πανελλήνια πρωταθλήματα που έχουν δικαίωμα συμμετοχής οι αθλητές – αθλήτριες (ανάλογα με την κατηγορία που ανήκουν), μπορούν να δηλωθούν και να αγωνιστούν σύμφωνα με τα παρακάτω:

1) K14 (ΑΓΟΡΙΑ - ΚΟΡΙΤΣΙΑ)

α) Στους διασυλλογικούς αγώνες τετράθλων.

β) Στους διασυλλογικούς αγώνες K16, σε ένα ατομικό αγώνισμα ή στη σκυταλοδρομία 3x1.200 και στη σκυταλοδρομία 4x80.

γ) Στο πανελλήνιο πρωτάθλημα K16, σε ένα ΜΟΝΟ αγώνισμα.

2) K16 (ΑΓΟΡΙΑ - ΚΟΡΙΤΣΙΑ)

Σε δύο αγωνίσματα, ανεξάρτητα από το χαρακτήρα που έχουν (ομαδικά ή ατομικά), εκτός από 2 ατομικά αγωνίσματα δρόμων

3) K18 (ΑΝΔΡΕΣ - ΓΥΝΑΙΚΕΣ)

α) Σε δύο αγωνίσματα.

β) Στο πανελλήνιο πρωτάθλημα K23, οι γεννηθέντες – γεννηθείσες το 2003 συμμετέχουν σε ένα ατομικό και μία σκυταλοδρομία ή σε δύο σκυταλοδρομίες.

4) K20 (ΑΝΔΡΕΣ - ΓΥΝΑΙΚΕΣ)

Σε δύο αγωνίσματα.

5) ΑΝΔΡΕΣ – ΓΥΝΑΙΚΕΣ και K23 (ΑΝΔΡΕΣ - ΓΥΝΑΙΚΕΣ)

Σε ΤΡΙΑ (3) αγωνίσματα (δύο ατομικά και ένα ομαδικό ή δύο ομαδικά και ένα ατομικό),

ΣΗΜΕΙΩΣΗ 1: 1) Στα πανελλήνια πρωταθλήματα ΑΝΔΡΩΝ – ΓΥΝΑΙΚΩΝ, K23 (Α-Γ), K18 (ΑΝΔΡΩΝ – ΓΥΝΑΙΚΩΝ) και K16 (ΑΓΟΡΙΩΝ - ΚΟΡΙΤΣΙΩΝ), όταν τα ΣΥΝΘΕΤΑ ΑΓΩΝΙΣΜΑΤΑ διεξάγονται τις ίδιες ημερομηνίες με τα ατομικά αγωνίσματα κορμού, οι αθλητές – αθλήτριες που συμμετέχουν στα σύνθετα αγωνίσματα, ΔΕΝ έχουν δικαίωμα να δηλωθούν και να συμμετέχουν σε κανένα άλλο αγώνισμα.

2) Στο πανελλήνιο πρωτάθλημα Κ20 (ΑΝΔΡΩΝ – ΓΥΝΑΙΚΩΝ), όπου τα σύνθετα αγωνίσματα διεξάγονται σε διαφορετική ημερομηνία (23-24/5) από τα ατομικά αγωνίσματα της αντίστοιχης κατηγορίας, οι αθλητές – αθλήτριες που συμμετέχουν στα σύνθετα αγωνίσματα, έχουν ΕΠΙΠΛΕΟΝ δικαίωμα συμμετοχής: σε ένα ατομικό ή σε μία σκυταλοδρομία.

3) Στους διασυλλογικούς αγώνες η συμμετοχή στα ΣΥΝΘΕΤΑ αγωνίσματα, είναι ανεξάρτητη από τη συμμετοχή στα ατομικά αγωνίσματα.

ΣΗΜΕΙΩΣΗ 2: Ειδικά για τα αγωνίσματα των ΣΚΥΤΑΛΟΔΡΟΜΙΩΝ, τα σωματεία πρέπει να δηλώσουν ΥΠΟΧΡΕΩΤΙΚΑ, το ανώτερο μέχρι 8 αθλητές – αθλήτριες για κάθε σκυταλοδρομία.

• Αθλητές – αθλήτριες που δεν είναι δηλωμένοι στα αγωνίσματα των σκυταλοδρομιών, δεν μπορούν σε καμία περίπτωση να συμμετάσχουν σε αυτά.

Για διευκόλυνση των σωματείων σε κάθε περίπτωση, η δήλωση των αθλητών – αθλητριών για τα αγωνίσματα των σκυταλοδρομιών μπορεί να είναι ΕΠΙΠΛΕΟΝ του συνολικού αριθμού των αγωνισμάτων που έχει δικαίωμα συμμετοχής ο κάθε αθλητής – αθλήτρια.

Π.χ. στο πανελλήνιο πρωτάθλημα Κ18 (Α/Γ) οι αθλητές – αθλήτριες έχουν δικαίωμα συμμετοχής σε δύο συνολικά αγωνίσματα:

• Σύμφωνα με τα παραπάνω οι αθλητές – αθλήτριες μπορούν να δηλωθούν το ανώτερο σε δύο ατομικά αγωνίσματα (εάν φυσικά έχουν πετύχει τα αντίστοιχα όρια – προϋποθέσεις συμμετοχής) και ΕΠΙΠΛΕΟΝ σε μία ή δύο σκυταλοδρομίες και ανάλογα να επιλέξουν σε ποια αγωνίσματα τελικά θα αγωνιστούν, σύμφωνα με τα ωράρια της αίθουσας κλήσης του κάθε πρωταθλήματος.

• Σε κάθε περίπτωση όμως κανένας αθλητής – αθλήτρια και σε καμία περίπτωση, δεν μπορεί να αγωνιστεί σε παραπάνω αγωνίσματα από αυτά που αριθμητικά προβλέπονται για την κατηγορία του.

ΚΕΦΑΛΑΙΟ Β' (ΔΙΑΣΥΛΛΟΓΙΚΟΙ ΑΓΩΝΕΣ)

1) ΓΕΝΙΚΑ

Οι διασυλλογικοί αγώνες διεξάγονται με τη μέριμνα και την ευθύνη των διοργανωτριών Ε.Α.Σ. και σύμφωνα με τις αποφάσεις του Σ.Ε.Γ.Α.Σ.

Οι διασυλλογικοί αγώνες αποτελούν πρόκριση και συνέχεια για τα πανελλήνια πρωταθλήματα. Η πρόκριση και συνέχεια αφορά όλα ανεξαιρέτως τα αγωνίσματα, ανεξάρτητα από τις προδιαγραφές διεξαγωγής τους (αποστάσεις – βάρη οργάνων – ύψη εμποδίων).

Μετά από πρόταση της επιτροπής αθλητικού σχεδιασμού (ΕΠ.Α.Σ.) και απόφαση του Δ.Σ. του Σ.Ε.Γ.Α.Σ. μπορεί να δημιουργηθούν όμιλοι και σε εκείνους τους αγώνες που διεξάγονται σε επίπεδο Ε.Α.Σ. Είναι επίσης δυνατή η διεξαγωγή δύο διασυλλογικών αγώνων σε ένα κοινό οργανωτικό.

Οι ημερομηνίες διεξαγωγής των αγώνων καθορίζονται στο κεντρικό αγωνιστικό πρόγραμμα του Σ.Ε.Γ.Α.Σ. Δεν επιτρέπεται καμία αλλαγή ημερομηνίας, εκτός εάν ζητηθεί εγγράφως από τον Σ.Ε.Γ.Α.Σ. - Επιτροπή Αθλητικού Σχεδιασμού, ειδική άδεια αλλαγής της ημερομηνίας και αυτή εγκριθεί.

Οι πόλεις διεξαγωγής των διασυλλογικών αγώνων ορίζονται από τον Σ.Ε.Γ.Α.Σ. χωρίς τη δυνατότητα αλλαγής από τις Ε.Α.Σ.

Σε όσες Ε.Α.Σ. υπάρχει φώτο–φίνις όλοι οι διασυλλογικοί αγώνες, των κατηγοριών Κ16, Κ18 και Α/Γ, πρέπει απαραίτητα να διεξάγονται με φώτο – φίνις.

Όσες διοργανώτριες Ε.Α.Σ. δεν έχουν φώτο–φίνις, σε συνεργασία με τον Σ.Ε.Γ.Α.Σ. – Τομέας ανάπτυξης θα προγραμματίζονται χρονικά οι αγώνες τους, ώστε εάν υπάρχει η δυνατότητα να μετακινηθεί φώτο–φίνις από γειτονική Ε.Α.Σ. ή από τον Σ.Ε.Γ.Α.Σ.

2) ΣΥΜΜΕΤΟΧΗ ΑΝΑΛΟΓΑ ΜΕ ΤΗΝ ΗΛΙΚΙΑ:

Στους διασυλλογικούς αγώνες οι αθλητές-τριες των διαφόρων κατηγοριών, έχουν δικαίωμα συμμετοχής σύμφωνα με τον παρακάτω πίνακα:

ΚΑΤΗΓΟΡΙΑ	Κ16	Κ18	Α-Γ
Κ14	ΝΑΙ *	ΟΧΙ	ΟΧΙ
Κ16	ΝΑΙ	ΝΑΙ	ΟΧΙ
Κ18	ΟΧΙ	ΝΑΙ	ΝΑΙ
Κ20	ΟΧΙ	ΟΧΙ	ΝΑΙ
Κ23	ΟΧΙ	ΟΧΙ	ΝΑΙ
Α - Γ	ΟΧΙ	ΟΧΙ	ΝΑΙ

Όπου ΝΑΙ* αναφερόμαστε στην κατηγορία Κ14 της τελευταίας χρονιάς (2007)

3) ΟΡΙΑ ΔΙΑΣΥΛΛΟΓΙΚΩΝ ΑΓΩΝΩΝ

Θα ισχύουν όρια τα οποία θα πρέπει να επιτύχουν οι αθλητές και οι αθλήτριες των αντίστοιχων κατηγοριών:

- ΒΑΘΜΟΛΟΓΗΣΗΣ – ΑΞΙΟΛΟΓΗΣΗΣ ΚΑΙ ΚΑΤΑΒΟΛΗΣ ΕΞΟΔΩΝ
- ΠΡΙΜΟΔΟΤΗΣΗΣ ΥΨΗΛΩΝ ΕΠΙΔΟΣΕΩΝ ΚΑΙ ΠΡΟΚΡΙΣΗΣ ΓΙΑ ΤΑ ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΑ ΠΡΩΤΑΘΛΗΜΑΤΑ

ΤΕΧΝΙΚΕΣ ΔΙΑΤΑΞΕΙΣ 2020

ΚΕΦΑΛΑΙΟ Γ'

Γ1. ΔΙΑΣΥΛΛΟΓΙΚΟΙ ΑΓΩΝΕΣ ΑΝΔΡΩΝ - ΓΥΝΑΙΚΩΝ

1) ΟΜΙΛΟΙ – ΠΛΑΙΣΙΟ ΔΙΕΞΑΓΩΓΗΣ:

- α) Διεξάγονται σε ΕΝΔΕΚΑ (11) ομίλους, σύμφωνα με τον παρακάτω πίνακα και συμμετέχουν όλα τα σωματεία του Σ.Ε.Γ.Α.Σ.
- β) Οι αγώνες διεξάγονται σε ΕΝΑ Σαββατοκύριακο και σε δύο κύκλους.
- γ) Εάν σε ένα όμιλο δεν υπάρχει διαθέσιμο στάδιο και για τις δύο ημέρες (Σάββατο και Κυριακή), οι αγώνες θα διεξαχθούν πάλι σε δύο ημέρες, αλλά σε ξεχωριστά Σαββατοκύριακα με τις ίδιες προϋποθέσεις των υπολοίπων ομίλων σχετικά με τις αριθμητικές συμμετοχές των αθλητών - τριών στα αγωνίσματα (Α-Γ και Κ23: 3 αγωνίσματα – Κ20 και Κ18: 2 αγωνίσματα) και μόνο μετά από έγκριση του Σ.Ε.Γ.Α.Σ.
- δ) Οι πόλεις διεξαγωγής των αγώνων κάθε ομίλου, επιλέγονται από τον Σ.Ε.Γ.Α.Σ. με κριτήρια, τη μείωση των οργανωτικών εξόδων, την ισομερή κατανομή (όσο είναι δυνατόν) των εξόδων μετακίνησης των σωματείων, λαμβάνοντας υπ' όψιν όλα τα δεδομένα όπως η ποσοτική δυναμική των σωματείων, ο αριθμός των μετακινουμένων αθλητών και τέλος τις προδιαγραφές και την υλικοτεχνική υποδομή των σταδίων διεξαγωγής.

1	ΑΝΑΤΟΛΙΚΗ ΜΑΚΕΔΟΝΙΑ & ΘΡΑΚΗ - ΠΕΛΛΑ / ΚΙΛΚΙΣ
2	ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗ – ΠΙΕΡΙΑ / ΗΜΑΘΙΑ
3	ΘΕΣΣΑΛΙΑ – ΗΠΕΙΡΟΣ - ΔΥΤΙΚΗ ΜΑΚΕΔΟΝΙΑ - ΚΕΡΚΥΡΑ
4	ΒΟΡΕΙΑ ΠΕΛΟΠΟΝΝΗΣΟΣ - ΠΕΡΙΦΕΡΕΙΑ ΠΕΛΟΠΟΝΝΗΣΟΥ
5	ΠΕΙΡΑΙΑΣ & ΝΟΤΙΟΔΥΤΙΚΗ ΑΤΤΙΚΗ – ΑΝΑΤΟΛΙΚΗ ΣΤΕΡΕΑ ΕΥΒΟΙΑ
6	ΑΘΗΝΑ
7	ΚΡΗΤΗ
8	ΔΩΔΕΚΑΝΗΣΑ
9	ΚΥΚΛΑΔΕΣ
10	ΛΕΣΒΟΣ
11	ΧΙΟΣ / ΣΑΜΟΣ

2) ΑΓΩΝΙΣΜΑΤΑ

ΑΝΔΡΩΝ: 100 – 200 – 400 – 800 – 1.500 – 5.000 – 3.000 Φ.Ε – 10.000 ΒΑΔΗΝ – 110 ΕΜΠ. – 400 ΕΜΠ. – ΥΨΟΣ – ΕΠΙ ΚΟΝΤΩ – ΜΗΚΟΣ – ΤΡΙΠΛΟΥΝ – ΣΦΑΙΡΟΒΟΛΙΑ – ΔΙΣΚΟΒΟΛΙΑ – ΣΦΥΡΟΒΟΛΙΑ – ΑΚΟΝΤΙΣΜΟΣ – ΔΕΚΑΘΛΟ – 4x100 – 4x400.

ΓΥΝΑΙΚΩΝ: 100 – 200 – 400 – 800 – 1.500 – 5.000 – 3.000 Φ.Ε – 10.000 ΒΑΔΗΝ – 100 ΕΜΠ. – 400 ΕΜΠ. – ΥΨΟΣ – ΕΠΙ ΚΟΝΤΩ – ΜΗΚΟΣ – ΤΡΙΠΛΟΥΝ – ΣΦΑΙΡΟΒΟΛΙΑ – ΔΙΣΚΟΒΟΛΙΑ – ΣΦΥΡΟΒΟΛΙΑ – ΑΚΟΝΤΙΣΜΟΣ – ΕΠΤΑΘΛΟ – 4x100 – 4x400.

ΑΓΩΝΙΣΜΑΤΑ Α' ΗΜΕΡΑΣ:

ΑΝΔΡΩΝ: 100 – 400 – 1.500 – 3.000 Φ.Ε. – 110 ΕΜΠ. – ΥΨΟΣ – ΤΡΙΠΛΟΥΝ – ΣΦΑΙΡΟΒΟΛΙΑ – ΔΙΣΚΟΒΟΛΙΑ – 4 x 100

ΓΥΝΑΙΚΩΝ: 100 – 400 – 1.500 – 3.000 Φ.Ε. – 100 ΕΜΠ. – ΕΠΙ ΚΟΝΤΩ – ΜΗΚΟΣ – ΣΦΥΡΟΒΟΛΙΑ – ΑΚΟΝΤΙΣΜΟΣ – 4 x 100

ΑΓΩΝΙΣΜΑΤΑ Β' ΗΜΕΡΑΣ:

ΑΝΔΡΩΝ: 200 – 800 – 5.000 – 10.000 ΒΑΔΗΝ – 400 ΕΜΠ. – ΕΠΙ ΚΟΝΤΩ – ΜΗΚΟΣ – ΣΦΥΡΟΒΟΛΙΑ – ΑΚΟΝΤΙΣΜΟΣ – 4 x 400

ΓΥΝΑΙΚΩΝ: 200 – 800 – 5.000 – 10.000 ΒΑΔΗΝ – 400 ΕΜΠ. – ΥΨΟΣ – ΤΡΙΠΛΟΥΝ – ΣΦΑΙΡΟΒΟΛΙΑ – ΔΙΣΚΟΒΟΛΙΑ – 4 x 400

▶ Τα αγωνίσματα του Βάδην και άλλα ειδικά αγωνίσματα (π.χ. σφύρα, επί κοντώ), μπορούν να διεξάγονται την Α' ή την Β' ημέρα, ανάλογα με τον όμιλο, την πόλη διεξαγωγής και τις συμμετοχές, έτσι ώστε να μην υπάρχουν άσκοπες μετακινήσεις.

▶ Το πρόγραμμα των ρίψεων θα διαμορφώνεται ανάλογα με τις προδιαγραφές των σταδίων και τη θέση του κλωβού ρίψεων (βοηθητικό ή κεντρικό στάδιο).

▶ Το 2020 αφού οι αγώνες διεξάγονται σε ένα Σαββατοκύριακο δεν θα διεξαχθούν προκριματικοί αγώνες στα 100 – 200. Εάν σε ένα όμιλο (παράγραφο 1β) η Α' και Β' ημέρα διεξαχθούν σε ξεχωριστά Σαββατοκύριακα, τότε στα 100 και 200μ θα διεξαχθούν πρώτα προκριματικοί αγώνες και στη συνέχεια τελικός ή τελικές σειρές, ανάλογα και με τον αριθμό των αθλητών – αθλητριών που συμμετέχουν

3) ΚΑΤΗΓΟΡΙΕΣ ΚΑΙ ΗΛΙΚΙΕΣ ΠΟΥ ΣΥΜΜΕΤΕΧΟΥΝ ΚΑΙ ΑΞΙΟΛΟΓΟΥΝΤΑΙ:

• Συμμετέχουν και αξιολογούνται οι αθλητές – τριες από 16 ετών και μεγαλύτεροι – ες:

ΑΝΔΡΩΝ - ΓΥΝΑΙΚΩΝ	1997 και μεγαλύτεροι-ες
Κ23 (Α/Γ)	1998 - 2000
Κ20 (Α/Γ)	2001 - 2002
Κ18 (Α/Γ)	2003 - 2004

ΤΕΧΝΙΚΕΣ ΔΙΑΤΑΞΕΙΣ 2020

γ) Θα ισχύσει και φέτος το σύστημα πρωμοδότησης υψηλών επιδόσεων για τους διασυλλογικούς αγώνες ανδρών – γυναικών.

Έτσι οι αθλητές - τριες που θα πετύχουν επιδόσεις ίσες ή καλλίτερες από αυτές του πίνακα πρωμοδότησης υψηλών επιδόσεων, θα παίρνουν τους ανώτερους βαθμούς της βαθμολογικής κλίμακας, ανάλογα και με τη θέση κατάταξης τους, 13 – 11 – 10 – 9 – 8 – 7 – 6 – 5 – 4 – 3 – 2 – 1 – κ.λπ. για τα ατομικά και 26 – 22 – 20 – 18 – 16 – 14 – 12 – 10 – 8 – 6 – 4 – 2 – 2 κ.λπ. για τις σκυταλοδρομίες, ανεξάρτητα από το πόσοι αθλητές -ριες ή ομάδες πέτυχαν το όριο στο αγωνίσματός τους. Είναι αυτονόητο ότι οι υπόλοιποι αθλητές - τριες του αγωνίσματος αυτού που θα πετύχουν το όριο θα παίρνουν τους βαθμούς της φθίνουσας κλίμακας.

Παράδειγμα: Εάν στο άλμα εις μήκος γυναικών είχαμε τα παρακάτω αποτελέσματα:

Σημ: Υψηλή επίδοση π.χ. 5.50 μ. και όριο βαθμολόγησης π.χ. 5.00 μ.

1η νικήτρια 6.16 βαθμοί 13

2η >> 5.90 >> 11

3η >> 5.39 >> 2

4η >> 5.20 >> 1

5η >> 4.99 >> -

Με βάση τον παραπάνω τρόπο βαθμολόγησης θα ανακηρύσσεται ο νικητής σύλλογος ξεχωριστά για κάθε κατηγορία (π.χ. νικητής σύλλογος στους διασυλλογικούς αγώνες στην κατηγορία ανδρών και ξεχωριστά στην κατηγορία γυναικών κ.λπ.).

Γ. 2) ΔΙΑΣΥΛΛΟΓΙΚΟΙ ΑΓΩΝΕΣ Κ18 (ΑΝΔΡΩΝ - ΓΥΝΑΙΚΩΝ):

1) ΟΜΙΛΟΙ:

Διεξάγονται σε **δεκαπέντε (15)** ομίλους, σύμφωνα με τον παρακάτω πίνακα και συμμετέχουν όλα τα σωματεία του Σ.Ε.Γ.Α.Σ.

Το ωρολόγιο πρόγραμμα των αγώνων, θα ολοκληρώνεται σε μία ημέρα, σε έναν ή δύο το πολύ κύκλους.

1	ΑΝΑΤΟΛΙΚΗ ΜΑΚΕΔΟΝΙΑ & ΘΡΑΚΗ
2	ΚΕΝΤΡΙΚΗ ΜΑΚΕΔΟΝΙΑ
3	ΗΠΕΙΡΟΣ – ΔΥΤΙΚΗ ΜΑΚΕΔΟΝΙΑ - ΚΕΡΚΥΡΑ
4	ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗ
5	ΒΟΡΕΙΑ ΠΕΛΟΠΟΝΝΗΣΟΣ
6	ΠΕΡΙΦΕΡΕΙΑ ΠΕΛΟΠΟΝΝΗΣΟΥ
7	ΑΝΑΤΟΛΙΚΗ ΑΤΤΙΚΗ (πρώην)
8	ΠΕΙΡΑΙΑΣ / ΝΟΤΙΟΔΥΤΙΚΗ ΑΤΤΙΚΗ
9	ΑΘΗΝΑ (πρώην Τ.Ε.) - ΒΟΙΩΤΙΑ / ΕΥΒΟΙΑ (πρώην)
10	ΘΕΣΣΑΛΙΑ – ΑΝΑΤΟΛΙΚΗ ΣΤΕΡΕΑ (πρώην)
11	ΛΕΣΒΟΣ
12	ΧΙΟΣ / ΣΑΜΟΣ
13	ΚΥΚΛΑΔΕΣ
14	ΔΩΔΕΚΑΝΗΣΑ
15	ΚΡΗΤΗ

2) ΑΓΩΝΙΣΜΑΤΑ

Κ18 (ΑΝΔΡΩΝ): 100 – 200 – 400 – 800 - 1.500 - 3.000 - 2.000 Φ.Ε - 10.000 ΒΑΔΗΝ - 110 ΕΜΠ. - 400 ΕΜΠ. – ΥΨΟΣ- ΕΠΙ ΚΟΝΤΩ - ΜΗΚΟΣ - ΤΡΙΠΛΟΥΝ – ΣΦΑΙΡΟΒΟΛΙΑ – ΔΙΣΚΟΒΟΛΙΑ – ΣΦΥΡΟΒΟΛΙΑ - ΑΚΟΝΤΙΣΜΟΣ- ΔΕΚΑΘΛΟ - 4Χ100 – 4Χ400.

Κ18 (ΓΥΝΑΙΚΩΝ): 100 – 200 – 400 – 800 - 1.500 - 3.000 - 2.000 Φ.Ε - 5.000 ΒΑΔΗΝ- 100 ΕΜΠ. - 400ΕΜΠ. – ΥΨΟΣ- ΕΠΙ ΚΟΝΤΩ - ΜΗΚΟΣ – ΤΡΙΠΛΟΥΝ – ΣΦΑΙΡΟΒΟΛΙΑ – ΔΙΣΚΟΒΟΛΙΑ – ΣΦΥΡΟΒΟΛΙΑ – ΑΚΟΝΤΙΣΜΟΣ- ΕΠΤΑΘΛΟ - 4Χ100 – 4Χ400.

3) ΚΑΤΗΓΟΡΙΕΣ ΚΑΙ ΗΛΙΚΙΕΣ ΠΟΥ ΣΥΜΜΕΤΕΧΟΥΝ:

Κ18 (ΑΝΔΡΩΝ - ΓΥΝΑΙΚΩΝ) 2003 – 2004

Κ16 (ΑΓΟΡΙΩΝ - ΚΟΡΙΤΣΙΩΝ) 2005 – 2006

4) ΑΡΙΘΜΗΤΙΚΗ ΣΥΜΜΕΤΟΧΗ ΣΤΑ ΑΓΩΝΙΣΜΑΤΑ:

Κ18: Σε δύο αγωνίσματα.

Κ16: Σε δύο από τα παρακάτω αγωνίσματα (εκτός από δύο ατομικά αγωνίσματα δρόμων).

ΑΓΟΡΙΑ 2005: 100 – 200 – 400 – 1.500 – 3.000 – 110 ΕΜΠ. - 10.000 ΒΑΔΗΝ – ΥΨΟΣ – ΕΠΙ ΚΟΝΤΩ – ΜΗΚΟΣ - ΣΦΑΙΡΑ – ΔΙΣΚΟΣ – ΣΦΥΡΑ - ΑΚΟΝΤΙΟ – 4Χ100 – 4Χ400.

ΑΓΟΡΙΑ 2006: 100 – 200 – 1.500 - 3.000 - ΥΨΟΣ - ΕΠΙ ΚΟΝΤΩ – ΜΗΚΟΣ – 4 Χ 100

ΚΟΡΙΤΣΙΑ 2005: 100 – 200 – 400 – 1.500 – 3.000 - 100 ΕΜΠ. – 5.000 ΒΑΔΗΝ - ΥΨΟΣ – ΕΠΙ ΚΟΝΤΩ – ΜΗΚΟΣ – ΣΦΑΙΡΑ – ΔΙΣΚΟΣ – ΣΦΥΡΑ – ΑΚΟΝΤΙΟ – 4Χ100 – 4Χ400.

ΚΟΡΙΤΣΙΑ 2006: 100 – 200 – 1.500 – 3.000 – 5.000 ΒΑΔΗΝ - ΥΨΟΣ - ΕΠΙ ΚΟΝΤΩ - ΜΗΚΟΣ – ΣΦΑΙΡΑ - ΔΙΣΚΟΣ – ΣΦΥΡΑ – ΑΚΟΝΤΙΟ – 4 Χ 100.

5) ΒΑΘΜΟΛΟΓΙΑ – ΑΞΙΟΛΟΓΗΣΗ:

Για κάθε μία από τις δύο κατηγορίες αυτών των αγώνων, θα ισχύει χωριστή βαθμολογία όπου θα βαθμολογούνται, σύμφωνα με όσα αναφέρονται παρακάτω, οι «αθλητές – τριες και ομάδες σκυταλοδρομίας» που θα πετύχουν τα αντίστοιχα όρια βαθμολόγησης.

α) Εάν οι αθλητές - τριες ή οι ομάδες σκυταλοδρομίας που θα πετύχουν το όριο είναι ΔΕΚΑΤΕΣΣΕΡΙΣ (14), η βαθμολογία στα ατομικά αγωνίσματα θα είναι 11-9-8-7-6-5-4-3-2-1-1-1-1-1 και στις σκυταλοδρομίες 22-18-16-14-12-10-8-6-4-2-2-2-2-2.

β) Εάν όμως οι αθλητές - τριες ή οι ομάδες που πέτυχαν τα όρια είναι λιγότερες από δέκα (10), τότε η κλίμακα των βαθμών που θα δίνεται θα είναι φθίνουσα προς τα κάτω, διατηρούμενης της διαφοράς των βαθμών του πρώτου από τον δεύτερο νικητή (2 β. στα ατομικά και 4 β. στις σκυταλοδρομίες).

ΕΑΝ ΠΕΤΥΧΟΥΝ ΤΑ ΟΡΙΑ ΚΑΙ ΒΑΘΜΟΛΟΓΟΥΝΤΑΙ:	Η ΚΛΙΜΑΚΑ ΒΑΘΜΟΛΟΓΙΑΣ ΘΑ ΕΙΝΑΙ	
	ΣΤΑ ΑΤΟΜΙΚΑ	ΣΤΙΣ ΣΚΥΤΑΛΟΔΡΟΜΙΕΣ
14	11-9-8-7-6-5-4-3-2-1-1-1-1-1	22-18-16-14-12-10-8-6-4-2-2-2-2-2
13	11-9-8-7-6-5-4-3-2-1-1-1-1	22-18-16-14-12-10-8-6-4-2-2-2-2
12	11-9-8-7-6-5-4-3-2-1-1-1	22-18-16-14-12-10-8-6-4-2-2-2-2
11	11-9-8-7-6-5-4-3-2-1-1	22-18-16-14-12-10-8-6-4-2-2-2
10	11-9-8-7-6-5-4-3-2-1	22-18-16-14-12-10-8-6-4-2-2
9	10-8-7-6-5-4-3-2-1	20-16-14-12-10-8-6-4-2
8	9-7-6-5-4-3-2-1	18-14-12-10-8-6-4-2
7	8-6-5-4-3-2-1	16-12-10-8-6-4-2
6	7-5-4-3-2-1	14-10-8-6-4-2
5	6-4-3-2-1	12-8-6-4-2
4	5-3-2-1	10-6-4-2
3	4-2-1	8-4-2
2	3-1	6-2
1	2	4

• ΠΡΟΣΟΧΗ: Επιπλέον κάθε αθλητής - τρια ή ομάδα σκυταλοδρομίας που πετυχαίνει το όριο βαθμολόγησης και κατατάσσεται μετά τη 14η θέση, θα παίρνει ΕΝΑΝ (1) βαθμό στα ατομικά και ΔΥΟ (2) βαθμούς στις σκυταλοδρομίες.

π.χ. Εάν οι αθλητές-τριες ή οι ομάδες σκυταλοδρομίας που θα πετύχουν το όριο σε κάποιο αγώνισμα είναι 17, τότε θα βαθμολογηθούν - αξιολογηθούν και οι 17 ως εξής: 11-9-8-7-6-5-4-3-2-1-1-1-1-1-1-1-1 και 22-18-16-14-12-10-8-6-4-2-2-2-2-2-2-2-2.

γ) Θα ισχύσει και φέτος το σύστημα προμοδότησης υψηλών επιδόσεων για τους διασυλλογικούς αγώνες.

Έτσι οι αθλητές - τριες που θα πετύχουν επιδόσεις ίσες ή καλλίτερες από αυτές του πίνακα προμοδότησης υψηλών επιδόσεων, θα παίρνουν τους ανώτερους βαθμούς της βαθμολογικής κλίμακας, ανάλογα και με τη θέση κατάταξής τους:

11-9-8-7-6-5-4-3-2-1-1 κ.λπ. στα ατομικά και 22-18-16-14-12-10-8-6-4-2-2 κ.λπ. στις σκυταλοδρομίες, ανεξάρτητα από το πόσοι αθλητές-τριες ή ομάδες πέτυχαν το όριο στο αγώνισμά τους.

Είναι αυτονόητο ότι οι υπόλοιποι αθλητές - τριες του αγωνίσματος αυτού που θα πετύχουν το όριο θα παίρνουν τους βαθμούς της φθίνουσας κλίμακας.

Παράδειγμα: Εάν στο άλμα εις μήκος Κ18 (Ανδρών) είχαμε τα παρακάτω αποτελέσματα:

Σημ: Υψηλή επίδοση π.χ. 6.35 μ. και όριο βαθμολόγησης π.χ. 5.40 μ.

1ος νικητής	7.16	βαθμοί	11
2ος >>	6.50	>>	9
3ος >>	5.69	>>	2
4ος >>	5.50	>>	1
5ος >>	5.39	>>	-

Με βάση τον παραπάνω τρόπο βαθμολογίας θα ανακηρύσσεται ο νικητής σύλλογος ξεχωριστά για κάθε κατηγορία (π.χ. νικητής σύλλογος στους διασυλλογικούς αγώνες στην κατηγορία Κ18 «Ανδρών» και ξεχωριστά στην κατηγορία Κ18 «Γυναίκων»).

ΤΕΧΝΙΚΕΣ ΔΙΑΤΑΞΕΙΣ 2020

Γ3) ΔΙΑΣΥΛΛΟΓΙΚΟΙ ΑΓΩΝΕΣ Κ16 (ΑΓΟΡΙΩΝ - ΚΟΡΙΤΣΙΩΝ):

1) ΟΜΙΛΟΙ

Διεξάγονται σε δεκαπέντε (15) ομίλους, σύμφωνα με τον παρακάτω πίνακα και συμμετέχουν όλα τα σωματεία του Σ.Ε.Γ.Α.Σ.

Το ωρολόγιο πρόγραμμα των αγώνων θα ολοκληρώνεται σε έναν κύκλο.

1	ΑΝΑΤΟΛΙΚΗ ΜΑΚΕΔΟΝΙΑ & ΘΡΑΚΗ
2	ΚΕΝΤΡΙΚΗ ΜΑΚΕΔΟΝΙΑ
3	ΗΠΕΙΡΟΣ – ΔΥΤΙΚΗ ΜΑΚΕΔΟΝΙΑ - ΚΕΡΚΥΡΑ
4	ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗ
5	ΒΟΡΕΙΑ ΠΕΛΟΠΟΝΝΗΣΟΣ
6	ΠΕΡΙΦΕΡΕΙΑ ΠΕΛΟΠΟΝΝΗΣΟΥ
7	ΑΝΑΤΟΛΙΚΗ ΑΤΤΙΚΗ (πρώην)
8	ΠΕΙΡΑΙΑΣ / ΝΟΤΙΟΔΥΤΙΚΗ ΑΤΤΙΚΗ
9	ΑΘΗΝΑ (πρώην Τ.Ε.) - ΒΟΙΩΤΙΑ / ΕΥΒΟΙΑ (πρώην)
10	ΘΕΣΣΑΛΙΑ – ΑΝΑΤΟΛΙΚΗ ΣΤΕΡΕΑ (πρώην)
11	* ΛΕΣΒΟΣ
12	* ΧΙΟΣ / ΣΑΜΟΣ
13	* ΚΥΚΛΑΔΕΣ
14	* ΔΩΔΕΚΑΝΗΣΑ
15	ΚΡΗΤΗ

*Οι διασυλλογικοί αγώνες Κ16 μετά από πρόταση των Ε.Α.Σ. και των σωματείων που συμμετέχουν σε έναν όμιλο και απόφαση του Σ.Ε.Γ.Α.Σ., μπορούν να διεξάγονται μαζί με τους διασυλλογικούς αγώνες Α/Γ.

2) ΑΓΩΝΙΣΜΑΤΑ:

ΑΓΟΡΙΩΝ: 80 – 150 – 1.200 – 3.000 – 100 ΕΜΠ. – 200 ΕΜΠ. – 2.000 Φ.Ε. (Χωρίς Λίμνη) – 5.000 ΒΑΔΗΝ - ΥΨΟΣ - ΕΠΙ ΚΟΝΤΩ - ΜΗΚΟΣ - *ΤΕΤΡΑΠΛΟΥΝ – ΣΦΑΙΡΟΒΟΛΙΑ – ΔΙΣΚΟΒΟΛΙΑ – ΣΦΥΡΟΒΟΛΙΑ – ΑΚΟΝΤΙΣΜΟΣ- ΕΞΑΘΛΟ - 4Χ80 – *4Χ200 (Μικτή) – 3Χ1.200.

ΚΟΡΙΤΣΙΩΝ: 80 – 150 – 1.200 – 3.000 – 80 ΕΜΠ. – 200 ΕΜΠ. – 2.000 Φ.Ε. (Χωρίς Λίμνη) – 5.000 ΒΑΔΗΝ – ΥΨΟΣ - ΕΠΙ ΚΟΝΤΩ - ΜΗΚΟΣ – *ΤΕΤΡΑΠΛΟΥΝ – ΣΦΑΙΡΟΒΟΛΙΑ – ΔΙΣΚΟΒΟΛΙΑ – ΣΦΥΡΟΒΟΛΙΑ – ΑΚΟΝΤΙΣΜΟΣ- ΕΞΑΘΛΟ - 4Χ80 – *4Χ200 (Μικτή) – 3Χ1.200.

▶ *ΤΕΤΡΑΠΛΟΥΝ: Χωρίς κουτσό και φόρα μέχρι 15μ (π.χ. Πάτημα Δεξί – εναλλαγή Αριστερό (1^ο) – εναλλαγή Δεξί (2^ο) – εναλλαγή Αριστερό (3^ο) και άλλα (4^ο). Το αντίθετο με το άλλο πόδι.

▶ *4Χ200 ΜΙΚΤΗ ΣΚΥΤΑΛΟΔΡΟΜΙΑ: Αγόρι - Κορίτσι - Κορίτσι - Αγόρι

3) ΚΑΤΗΓΟΡΙΕΣ ΚΑΙ ΗΛΙΚΙΕΣ ΠΟΥ ΣΥΜΜΕΤΕΧΟΥΝ:

- Κ16 (ΑΓΟΡΙΩΝ - ΚΟΡΙΤΣΙΩΝ) 2005 – 2006

- Κ14 (ΑΓΟΡΙΩΝ - ΚΟΡΙΤΣΙΩΝ) 2007

4) ΑΡΙΘΜΗΤΙΚΗ ΣΥΜΜΕΤΟΧΗ ΣΤΑ ΑΓΩΝΙΣΜΑΤΑ:

Κ16 (ΑΓΟΡΙΑ - ΚΟΡΙΤΣΙΑ): Σε δύο αγωνίσματα, εκτός από δύο ατομικά αγωνίσματα δρόμων.

Κ14 (ΑΓΟΡΙΑ - ΚΟΡΙΤΣΙΑ): Σε ΕΝΑ ατομικό αγώνισμα από τα παρακάτω ή στη σκυταλοδρομία 3Χ1.200 και ως δεύτερο αγώνισμα μπορούν να συμμετέχουν μόνο στη σκυταλοδρομία 4Χ80:

ΑΓΟΡΙΑ (2007): 80 – 150 – 1.200 – ΥΨΟΣ - ΕΠΙ ΚΟΝΤΩ - ΜΗΚΟΣ - ΣΦΑΙΡΑ – ΔΙΣΚΟΣ – ΣΦΥΡΑ - ΑΚΟΝΤΙΟ– 3Χ1.200 - 4Χ80

ΚΟΡΙΤΣΙΑ (2007): 80 – 150 – 1.200 - ΥΨΟΣ - ΕΠΙ ΚΟΝΤΩ - ΜΗΚΟΣ – ΣΦΑΙΡΑ – ΔΙΣΚΟΣ – ΣΦΥΡΑ - ΑΚΟΝΤΙΟ – ΣΦΥΡΑ – 3 Χ 1.200 - 4Χ80

5) ΒΑΘΜΟΛΟΓΙΑ – ΑΞΙΟΛΟΓΗΣΗ:

Για κάθε μία από τις δύο κατηγορίες αυτών των αγώνων θα ισχύει χωριστή βαθμολογία όπου θα βαθμολογούνται, σύμφωνα με όσα αναφέρονται παρακάτω, οι «αθλητές – τριες και ομάδες σκυταλοδρομίας» που θα πετύχουν τα αντίστοιχα όρια βαθμολόγησης.

α) Εάν οι αθλητές - τριες ή οι ομάδες σκυταλοδρομίας που θα πετύχουν το όριο είναι **ΔΩΔΕΚΑ (12)**, η βαθμολογία στα ατομικά αγωνίσματα θα είναι **9-7-6-5-4-3-2-1-1-1-1-1** και στις σκυταλοδρομίες **18-14-12-10-8-6-4-2-2-2-2-2**.

β) Εάν όμως οι αθλητές - τριες ή οι ομάδες που πέτυχαν τα όρια είναι λιγότερες από οκτώ (8), τότε η κλίμακα των βαθμών που θα δίνεται θα είναι φθίνουσα προς τα κάτω, διατηρούμενης της διαφοράς των βαθμών του πρώτου από το δεύτερο νικητή (2 β. στα ατομικά και 4 β. στις σκυταλοδρομίες).

ΤΕΧΝΙΚΕΣ ΔΙΑΤΑΞΕΙΣ 2020

2) ΑΓΩΝΙΣΜΑΤΑ:

► ΔΕΚΑΘΛΟ ΑΝΔΡΩΝ

Α΄ ΗΜΕΡΑ: 100 – ΜΗΚΟΣ – ΣΦΑΙΡΟΒΟΛΙΑ – ΥΨΟΣ - 400

Β΄ ΗΜΕΡΑ: 110 ΕΜΠ – ΔΙΣΚΟΒΟΛΙΑ – ΕΠΙ ΚΟΝΤΩ – ΑΚΟΝΤΙΣΜΟΣ – 1.500.

► ΕΠΤΑΘΛΟ ΓΥΝΑΙΚΩΝ:

Α΄ ΗΜΕΡΑ: 100 ΕΜΠ – ΥΨΟΣ – ΣΦΑΙΡΟΒΟΛΙΑ - 200

Β΄ ΗΜΕΡΑ: ΜΗΚΟΣ – ΑΚΟΝΤΙΣΜΟΣ – 800.

• ΚΑΤΗΓΟΡΙΕΣ ΚΑΙ ΗΛΙΚΙΕΣ ΠΟΥ ΣΥΜΜΕΤΕΧΟΥΝ:

- ΑΝΔΡΩΝ - ΓΥΝΑΙΚΩΝ 1997 και μεγαλύτεροι - ρες
- Κ23 (ΑΝΔΡΩΝ - ΓΥΝΑΙΚΩΝ) 1998 - 2000
- Κ20 (ΑΝΔΡΩΝ - ΓΥΝΑΙΚΩΝ) 2001 - 2002

► ΔΕΚΑΘΛΟ Κ18 (ΑΝΔΡΩΝ):

Α΄ ΗΜΕΡΑ: 100 – ΜΗΚΟΣ – ΣΦΑΙΡΟΒΟΛΙΑ – ΥΨΟΣ - 400

Β΄ ΗΜΕΡΑ: 110 ΕΜΠ – ΔΙΣΚΟΒΟΛΙΑ – ΕΠΙ ΚΟΝΤΩ – ΑΚΟΝΤΙΣΜΟΣ – 1.500.

► ΕΠΤΑΘΛΟ Κ18 (ΓΥΝΑΙΚΩΝ):

Α΄ ΗΜΕΡΑ: 100 ΕΜΠ – ΥΨΟΣ – ΣΦΑΙΡΟΒΟΛΙΑ - 200

Β΄ ΗΜΕΡΑ: ΜΗΚΟΣ – ΑΚΟΝΤΙΣΜΟΣ – 800.

• ΚΑΤΗΓΟΡΙΕΣ ΚΑΙ ΗΛΙΚΙΕΣ ΠΟΥ ΣΥΜΜΕΤΕΧΟΥΝ:

- Κ18 (ΑΝΔΡΩΝ - ΓΥΝΑΙΚΩΝ) 2003 – 2004

3) ΒΑΘΜΟΛΟΓΙΑ – ΑΞΙΟΛΟΓΗΣΗ:

Για κάθε μία από τις παραπάνω κατηγορίες θα ισχύει χωριστή βαθμολογία όπου θα βαθμολογούνται, σύμφωνα με όσα αναφέρονται παρακάτω, οι αθλητές – τριες που θα πετύχουν τα αντίστοιχα όρια βαθμολόγησης.

α) Εάν οι αθλητές – τριες που θα πετύχουν το όριο στο αγώνισμά τους είναι ΔΕΚΑΞΙ (16), η βαθμολογία θα είναι **17-15-14-13-12-11-10-9-8-7-6-5-4-3-2-1**.

Αν όμως οι παραπάνω αθλητές – τριες είναι λιγότεροι από δεκάξι (16), τότε η κλίμακα των βαθμών που θα δίνεται θα είναι φθίνουσα προς τα κάτω, διατηρούμενης της διαφοράς των βαθμών, του πρώτου από τον δεύτερο νικητή (2 β.).

ΕΑΝ ΠΕΤΥΧΟΥΝ ΤΑ ΟΡΙΑ ΚΑΙ ΒΑΘΜΟΛΟΓΟΥΝΤΑΙ:	Η ΚΛΙΜΑΚΑ ΒΑΘΜΟΛΟΓΙΑΣ ΘΑ ΕΙΝΑΙ
16	17-15-14-13-12-11-10-9-8-7-6-5-4-3-2-1
15	16-14-13-12-11-10-9-8-7-6-5-4-3-2-1
14	15-13-12-11-10-9-8-7-6-5-4-3-2-1
13	14-12-11-10-9-8-7-6-5-4-3-2-1
12	13-11-10-9-8-7-6-5-4-3-2-1
11	12-10-9-8-7-6-5-4-3-2-1
10	11-9-8-7-6-5-4-3-2-1
9	10-8-7-6-5-4-3-2-1
8	9-7-6-5-4-3-2-1
7	8-6-5-4-3-2-1
6	7-5-4-3-2-1
5	6-4-3-2-1
4	5-3-2-1
3	4-2-1
2	3-1
1	2

• **ΠΡΟΣΟΧΗ:** Επιπλέον κάθε αθλητής – τρια που πετυχαίνει το όριο βαθμολόγησης και κατατάσσεται μετά τη 16η θέση, θα παίρνει **ΕΝΑΝ (1) βαθμό.**

β) Θα ισχύσει και σ΄ αυτούς τους αγώνες το σύστημα προμодότησης υψηλών επιδόσεων.

Έτσι οι αθλητές – τριες που θα πετύχουν επιδόσεις ίσες ή καλλίτερες από αυτές του πίνακα προμодότησης υψηλών επιδόσεων, θα παίρνουν τους ανώτερους βαθμούς της βαθμολογικής κλίμακας, ανάλογα και με τη θέση κατάταξής τους:

17-15-14-13-12-11-10-9-8-7-6-5-4-3-2-1 κ.λ.π. και ανεξάρτητα από το πόσοι αθλητές – τριες πέτυχαν το όριο στο αγώνισμά τους.

Είναι αυτονόητο ότι οι υπόλοιποι αθλητές – τριες του αγωνίσματος αυτού που θα πετύχουν το όριο θα παίρνουν τους βαθμούς της φθίνουσας κλίμακας.

Γ.5 ΔΙΑΣΥΛΛΟΓΙΚΟΙ ΑΓΩΝΕΣ ΣΥΝΘΕΤΩΝ ΑΓΩΝΙΣΜΑΤΩΝ Κ16 (ΑΓΟΡΙΩΝ - ΚΟΡΙΤΣΙΩΝ):

Διεξάγονται σύμφωνα με τα παρακάτω:

- **Τις ίδιες ημερομηνίες και στο ίδιο οργανωτικό με τους ομίλους των διασυλλογικών αγώνων ατομικών αγωνισμάτων Α/Γ.**

1) ΑΓΩΝΙΣΜΑΤΑ:

► ΕΞΑΘΛΟ Κ16 (ΑΓΟΡΙΩΝ):

Α΄ ΚΥΚΛΟΣ : 100 ΕΜΠ – ΜΗΚΟΣ - ΣΦΑΙΡΟΒΟΛΙΑ

Β΄ ΚΥΚΛΟΣ: ΥΨΟΣ - ΑΚΟΝΤΙΣΜΟΣ – 1.200

► ΕΞΑΘΛΟ Κ16 (ΚΟΡΙΤΣΙΩΝ):

Α΄ ΚΥΚΛΟΣ: 80 ΕΜΠ – ΜΗΚΟΣ - ΣΦΑΙΡΟΒΟΛΙΑ

Β΄ ΚΥΚΛΟΣ: ΥΨΟΣ - ΑΚΟΝΤΙΣΜΟΣ – 1.200

2) ΚΑΤΗΓΟΡΙΕΣ ΚΑΙ ΗΛΙΚΙΕΣ ΠΟΥ ΣΥΜΜΕΤΕΧΟΥΝ:

- Κ16 (ΑΓΟΡΙΩΝ - ΚΟΡΙΤΣΙΩΝ): 2005 - 2006

3) ΒΑΘΜΟΛΟΓΙΑ – ΑΞΙΟΛΟΓΗΣΗ:

Για κάθε μία από τις δύο κατηγορίες των αγώνων θα ισχύει χωριστή βαθμολογία όπου θα βαθμολογούνται, σύμφωνα με όσα αναφέρονται παρακάτω, οι αθλητές – τριες που θα πετύχουν τα αντίστοιχα όρια βαθμολόγησης.

α) Εάν οι αθλητές - τριες που θα πετύχουν το όριο είναι **ΔΩΔΕΚΑ (12)**, η βαθμολογία θα είναι: **13 - 11 - 10 - 9 - 8 - 7 - 6 - 5 - 4 - 3 - 2 - 1**.

β) Εάν όμως οι αθλητές - τριες που θα πετύχουν τα όρια είναι λιγότεροι - ες από **δώδεκα (12)**, τότε η κλίμακα των βαθμών που θα δίνεται θα είναι **φθίνουσα προς τα κάτω**, διατηρούμενης της διαφοράς των βαθμών του πρώτου από τον δεύτερο νικήτη (2 β).

ΕΑΝ ΠΕΤΥΧΟΥΝ ΤΑ ΟΡΙΑ ΚΑΙ ΒΑΘΜΟΛΟΓΟΥΝΤΑΙ:	Η ΚΛΙΜΑΚΑ ΒΑΘΜΟΛΟΓΙΑΣ ΘΑ ΕΙΝΑΙ
12	13 – 11 – 10 – 9 – 8 – 7 – 6 – 5 – 4 – 3 – 2 – 1
11	12 – 10 – 9 – 8 – 7 – 6 – 5 – 4 – 3 – 2 – 1
10	11 – 9 – 8 – 7 – 6 – 5 – 4 – 3 – 2 – 1
9	10 – 8 – 7 – 6 – 5 – 4 – 3 – 2 – 1
8	9 – 7 – 6 – 5 – 4 – 3 – 2 – 1
7	8 – 6 – 5 – 4 – 3 – 2 – 1
6	7 – 5 – 4 – 3 – 2 – 1
5	6 – 4 – 3 – 2 – 1
4	5 – 3 – 2 – 1
3	4 – 2 – 1
2	3 – 1
1	2

- **ΠΡΟΣΟΧΗ:** Επιπλέον κάθε αθλητής – τρια που πετυχαίνει το όριο βαθμολόγησης και κατατάσσεται μετά τη 12η θέση, θα παίρνει **ΕΝΑΝ (1) βαθμό**.

γ) Θα ισχύσει και φέτος το σύστημα προμοδότησης υψηλών επιδόσεων για τους παραπάνω διασυλλογικούς αγώνες.

Έτσι οι αθλητές - τριες που θα πετύχουν επιδόσεις ίσες ή καλλίτερες από αυτές του πίνακα προμοδότησης υψηλών επιδόσεων, θα παίρνουν τους ανώτερους βαθμούς της βαθμολογικής κλίμακας, ανάλογα με τη θέση κατάταξή τους:

13 – 11 – 10 – 9 – 8 – 7 – 6 – 5 – 4 – 3 – 2 – 1 κ.λπ. και ανεξάρτητα από το πόσοι αθλητές -τριες πέτυχαν το όριο στο αγώνισμά τους.

Είναι αυτονόητο ότι οι υπόλοιποι αθλητές - τριες που θα πετύχουν το όριο θα παίρνουν τους βαθμούς της φθίνουσας κλίμακας.

Γ.6 ΔΙΑΣΥΛΛΟΓΙΚΟΙ ΑΓΩΝΕΣ Κ14 (ΑΓΟΡΙΩΝ - ΚΟΡΙΤΣΙΩΝ)

1) ΔΙΟΡΓΑΝΩΤΡΙΕΣ Ε.Α.Σ. - ΟΜΙΛΟΙ:

Προκηρύσσονται και οργανώνονται με ευθύνη των κατά τόπους Ε.Α.Σ., είτε σε επίπεδο Ε.Α.Σ., είτε σε ομίλους μεταξύ των σωματείων της διοργανώτριας Ε.Α.Σ.

Το κάθε σωματείο συμμετέχει για κάθε τέτραθλο σε έναν μόνο όμιλο.

Σε κάθε όμιλο συμμετέχουν τουλάχιστον δύο (2) σωματεία (εκτός των περιπτώσεων που αυτό δεν το επιτρέπουν οι συνθήκες μετακίνησης, οπότε μπορεί να διεξαχθεί όμιλος και με τη συμμετοχή ενός μόνο σωματείου).

ΤΕΧΝΙΚΕΣ ΔΙΑΤΑΞΕΙΣ 2020

2) ΑΓΩΝΙΣΜΑΤΑ: ΤΕΤΡΑΘΛΑ

3) ΠΛΑΙΣΙΟ ΔΙΕΞΑΓΩΓΗΣ ΤΕΤΡΑΘΛΩΝ:

• α) Διεξάγονται ΤΡΕΙΣ ΑΓΩΝΕΣ ΤΕΤΡΑΘΛΟΥ, σε τρεις διαφορετικές ημερομηνίες

• β) ΑΓΩΝΙΣΜΑΤΑ ΠΟΥ ΠΕΡΙΛΑΜΒΑΝΟΝΤΑΙ ΣΤΑ ΤΕΤΡΑΘΛΑ:

Δρόμοι: 60μ - 60 εμπ. – 1.200μ

Άλματα: Ύψος – Μήκος

Ρίψεις: Σφαιροβολία (3κ) – Μπαλάκι ή Vortex

• γ) Τα τέτραθλα χωρίζονται σε τρεις κατηγορίες και θα διεξάγεται ένα τέτραθλο κάθε φορά, με την προϋπόθεση ότι μέσα στην αγωνιστική χρονιά θα διεξαχθούν σε κάθε Ε.Α.Σ. και οι τρεις παρακάτω κατηγορίες τετράθλου:

1) Δρομικό

2) Άλτικό

3) Ριπτικό

• δ) Η ΑΓΩΝΙΣΤΙΚΗ ΣΥΝΘΕΣΗ ΚΑΙ ΧΡΟΝΙΚΗ ΣΕΙΡΑ ΔΙΕΞΑΓΩΓΗΣ ΤΩΝ ΤΕΤΡΑΘΛΩΝ:

ΔΡΟΜΙΚΟ: 60μ – 1.200μ – Μήκος – Μπαλάκι ή Vortex

ΑΛΤΙΚΟ: 60μ Εμπ (0,50 εκ.) – Ύψος – Μήκος – Σφαιροβολία

ΡΙΠΤΙΚΟ: 60μ – Μήκος – Σφαιροβολία - Μπαλάκι ή Vortex

Οι διοργανώτριες Ε.Α.Σ. ανάλογα με τις τοπικές συνθήκες, μπορούν να τροποποιούν τη χρονική σειρά διεξαγωγής των τετράθλων π.χ. Να διεξαχθεί ως πρώτος αγώνας το ριπτικό τέτραθλο κ.λπ.

• ε) Σε εξαιρετικές περιπτώσεις, λόγω ειδικών τοπικών συνθηκών ή λόγω πολύ μεγάλης συμμετοχής αθλητών - αθλητριών, μετά από απόφαση της διοργανώτριας Ε.Α.Σ. και έγκρισης του Σ.Ε.Γ.Α.Σ., είναι δυνατόν να διεξάγονται τα δύο αγωνίσματα ενός τετράθλου σε μία αγωνιστική ημέρα και τα άλλα δύο σε μια άλλη (διαφορετική) αγωνιστική ημέρα.

4) ΚΑΤΗΓΟΡΙΕΣ ΚΑΙ ΗΛΙΚΙΕΣ ΠΟΥ ΣΥΜΜΕΤΕΧΟΥΝ:

- **K14 (ΑΓΟΡΙΩΝ - ΚΟΡΙΤΣΙΩΝ): 2007 - 2008**

5) ΠΡΟΤΕΙΝΟΜΕΝΕΣ ΗΜΕΡΟΜΗΝΙΕΣ ΔΙΕΞΑΓΩΓΗΣ:

Α' Αγώνας: 4 Απριλίου

Β' Αγώνας: 23 Μαΐου

Γ' Αγώνας: 10 Οκτωβρίου

Σημείωση 1: 0 Γ' αγώνας διεξάγεται υποχρεωτικά τη Φθινοπωρινή περίοδο και το αργότερο μέχρι 18 Οκτωβρίου 2020.

Οι Ε.Α.Σ. έχουν τη δυνατότητα μετά από τη σύμφωνη γνώμη των σωματείων τους και την έγκριση του Σ.Ε.Γ.Α.Σ., να τροποποιήσουν τις ημερομηνίες διεξαγωγής των αγώνων, ανάλογα με το τελικό αγωνιστικό τους πρόγραμμα και τη διαμόρφωση των ομίλων.

Σημείωση 2: Στα πλαίσια προσέλκυσης νέων αθλητών – μαθητών οι Ε.Α.Σ. και τα σωματεία, επιπλέον του Γ' αγώνα «τετράθλου», μπορούν να διοργανώνουν και αγώνες ατομικών αγωνισμάτων. Στο πρόγραμμα θα περιλαμβάνονται τα επί μέρους αγωνίσματα των τετράθλων και επιπλέον τα αγωνίσματα για αγόρια και κορίτσια:

150μ – 2.000μ. – 60μ. ΕΜΠ/0,76εκ. – 2.000μ ΒΑΔΗΝ – 4Χ60μ – 3Χ1.200μ – Επί Κοντώ – Δισκοβολία/750γρ – Σφυροβολία /3κ. – Ακοντισμός/400γρ.

6) ΒΑΘΜΟΛΟΓΙΑ – ΑΞΙΟΛΟΓΗΣΗ:

- Α' ΑΓΩΝΑΣ:

Βαθμολογείται - αξιολογείται το κάθε σωματείο σύμφωνα με τα παρακάτω:

Με ΠΕΝΤΕ (5) βαθμούς, εάν συμμετέχει με 5 - 9 αθλητές - τρεις συνολικά.

Με ΔΕΚΑ (10) βαθμούς, εάν συμμετέχει με 10 - 14 αθλητές - τρεις συνολικά.

Με ΔΕΚΑΠΕΝΤΕ (15) βαθμούς, εάν συμμετέχει με 15 τουλάχιστον αθλητές - τρεις συνολικά.

- Β' ΑΓΩΝΑΣ:

Βαθμολογείται - αξιολογείται το κάθε σωματείο σύμφωνα με τα παρακάτω:

Με ΠΕΝΤΕ (5) βαθμούς, εάν συμμετέχει με 5 - 9 αθλητές - τρεις συνολικά.

Με ΔΕΚΑ (10) βαθμούς, εάν συμμετέχει με 10 - 14 αθλητές - τρεις συνολικά.

Με ΔΕΚΑΠΕΝΤΕ (15) βαθμούς, εάν συμμετέχει με 15 τουλάχιστον αθλητές - τρεις συνολικά.

• Γ΄ ΑΓΩΝΑΣ:

Βαθμολογείται – αξιολογείται το κάθε σωματείο σύμφωνα με τα παρακάτω:

Με ΠΕΝΤΕ (5) βαθμούς, εάν συμμετέχει με 5 - 9 αθλητές - τρεις συνολικά.

Με ΔΕΚΑ (10) βαθμούς, εάν συμμετέχει με 10 - 14 αθλητές - τρεις συνολικά.

Με ΔΕΚΑΠΕΝΤΕ (15) βαθμούς, εάν συμμετέχει με 15 τουλάχιστον αθλητές - τρεις συνολικά.

ΕΠΟΜΕΝΩΣ ΟΙ ΠΕΡΙΣΣΟΤΕΡΟΙ ΒΑΘΜΟΙ ΠΟΥ ΜΠΟΡΕΙ ΝΑ ΣΥΓΚΕΝΤΡΩΣΕΙ ΕΝΑ ΣΩΜΑΤΕΙΟ ΑΠΟ ΤΟΥΣ ΔΙΑΣΥΛΛΟΓΙΚΟΥΣ ΑΓΩΝΕΣ «ΤΕΤΡΑΘΛΟΥ» ΤΗΣ ΚΑΤΗΓΟΡΙΑΣ Κ14 ΕΙΝΑΙ:

Α΄ ΑΓΩΝΑΣ: 15 Βαθμοί

Β΄ ΑΓΩΝΑΣ: 15 Βαθμοί

Γ΄ ΑΓΩΝΑΣ: 15 Βαθμοί

ΣΥΝΟΛΟ = 45 Βαθμοί

7) ΑΤΟΜΙΚΗ ΚΑΤΑΤΑΞΗ – ΒΡΑΒΕΥΣΕΙΣ:

α) Οι επιδόσεις των αθλητών – τριών βαθμολογούνται με κλίμακα βαθμολογίας από 10 μέχρι 110 βαθμούς.

β) Βραβεύονται οι ΕΞΙ πρώτοι νικητές και οι ΕΞΙ πρώτες νικήτριες της συνολικής κατάταξης κάθε τετράθλου.

γ) Προτείνεται επίσης και η βράβευση των 3 πρώτων νικητών - νικητριών των επιμέρους ατομικών αγωνισμάτων που συμπεριλαμβάνονται σε κάθε τέτραθλο. (π.χ. οι τρεις πρώτοι στα 60 εμπ., οι τρεις πρώτοι στα 1.200μ, οι τρεις πρώτες στο ύψος, οι τρεις πρώτες στο μπαλάκι κ.λπ.).

Στην ειδική προκήρυξη κάθε αγώνα, μετά από απόφαση της διοργανώτριας Ε.Α.Σ., θα καθορίζεται εάν στις βραβεύσεις των 3 πρώτων νικητών – νικητριών των επί μέρους ατομικών αγωνισμάτων, θα συμπεριλαμβάνονται και οι 3 πρώτοι νικητές - νικήτριες της συνολικής βαθμολογίας κάθε τετράθλου ή όχι. Σε περίπτωση που δεν συμπεριλαμβάνονται, η βράβευση θα γίνεται στους επόμενους της κατάταξης κάθε επιμέρους ατομικού αγωνίσματος (εκτός των 3 πρώτων της συνολικής βαθμολογίας κατάταξης κάθε τετράθλου).

8) ΤΕΧΝΙΚΕΣ ΔΙΑΤΑΞΕΙΣ:

α) Στο Άλμα σε Μήκος - Σφαιροβολία – Μπαλάκι ή Vortex: Οι αθλητές – αθλήτριες θα πραγματοποιούν ΔΥΟ (2) προσπάθειες.

β) Στο Άλμα σε Ύψος: Οι αθλητές – αθλήτριες θα ολοκληρώνουν τον αγώνα τους μετά από ΤΡΕΙΣ (3) συνολικά αποτυχημένες (άκυρες) προσπάθειες, ανεξάρτητα εάν είναι συνεχόμενες ή όχι.

γ) Στα 60 εμπόδια το προτεινόμενο ύψος είναι 0,50 εκ.

9). ΓΕΝΙΚΕΣ ΔΙΑΤΑΞΕΙΣ:

• Στους αγώνες δεν θα καλυφθούν έξοδα μετακίνησης.

10) ΑΓΩΝΙΣΤΙΚΗ ΒΑΘΜΟΛΟΓΙΑ ΟΜΑΔΙΚΗΣ ΚΑΤΑΤΑΞΗΣ ΚΑΙ ΟΜΑΔΙΚΗ ΒΡΑΒΕΥΣΗ ΣΩΜΑΤΕΙΩΝ ΣΕ ΚΑΘΕ ΜΙΑ ΑΠΟ ΤΙΣ ΤΡΕΙΣ ΑΓΩΝΙΣΤΙΚΕΣ ΗΜΕΡΕΣ (ΜΕΤΑ ΑΠΟ ΑΠΟΦΑΣΗ ΤΗΣ ΔΙΟΡΓΑΝΩΤΡΙΑΣ Ε.Α.Σ.):

α) Προτείνεται από τον Σ.Ε.Γ.Α.Σ. και εφαρμόζεται μετά από απόφαση της κάθε διοργανώτριας Ε.Α.Σ., αγωνιστική βαθμολογία ομαδικής κατάταξης και ομαδική απονομή επάθλων σωματείων για κάθε κατηγορία, αφού τα ΤΕΤΡΑΘΛΑ σε αυτές τις ηλικίες αντιμετωπίζονται και ως ομαδικό αγώνισμα. Μία ομαδική κατάταξη και απονομή για τα ΑΓΟΡΙΑ και μία ομαδική κατάταξη και απονομή για τα ΚΟΡΙΤΣΙΑ, σε κάθε αγωνιστική ημέρα.

β) Για να βαθμολογηθεί (αγωνιστική βαθμολογία) ένα σωματείο και να υπολογιστεί στην ομαδική κατάταξη και απονομή των επάθλων, πρέπει να έχει πέντε (5) τουλάχιστον αθλητές ή αθλήτριες στην τελική κατάταξη της αντίστοιχης κατηγορίας.

γ) Για τον υπολογισμό της συνολικής αγωνιστικής βαθμολογίας κάθε σωματείου (με την προϋπόθεση ότι έχει τουλάχιστον 5 αθλητές ή αθλήτριες στην τελική κατάταξη) προστίθενται οι βαθμοί επίδοσης των δέκα (10) καλύτερων αθλητών και αθλητριών του σε κάθε κατηγορία.

δ) Σύμφωνα με την παραπάνω συνολική βαθμολογία γίνεται η κατάταξη των σωματείων και η απονομή των επάθλων στα ΕΞΙ πρώτα σωματεία για κάθε κατηγορία.

π.χ. Έχει στην τελική κατάταξη 4 Αγόρια: Δεν βαθμολογείται.

Έχει στην τελική κατάταξη 5 Αγόρια και 3 Κορίτσια: Προστίθενται οι βαθμοί των 5 αθλητών και το σύνολο τους αποτελεί την αγωνιστική βαθμολογία του σωματείου στα Αγόρια. Στα Κορίτσια δεν βαθμολογείται, αφού δεν έχει 5 τουλάχιστον αθλήτριες.

ΤΕΧΝΙΚΕΣ ΔΙΑΤΑΞΕΙΣ 2020

Έχει στην τελική κατάταξη 9 Αγόρια: Προστίθενται οι βαθμοί των 9 αθλητών και το σύνολο τους αποτελεί την αγωνιστική βαθμολογία του σωματείου στα Αγόρια.

Έχει στην τελική κατάταξη 10 Αγόρια: Προστίθενται οι βαθμοί των 10 αθλητών και το σύνολο τους αποτελεί την αγωνιστική βαθμολογία του σωματείου στα Αγόρια.

Έχει στην τελική κατάταξη 15 Κορίτσια και 3 Αγόρια: Προστίθενται οι βαθμοί των 10 ΚΑΛΥΤΕΡΩΝ αθλητριών και το σύνολο τους αποτελεί την αγωνιστική βαθμολογία του σωματείου στα Κορίτσια. Στα Αγόρια δεν βαθμολογείται, αφού δεν έχει 5 τουλάχιστον αθλητές.

- Η αγωνιστική βαθμολογία υπολογίζεται μόνο για την κατάταξη των σωματείων και την ομαδική απονομή των επάθλων. Δεν έχει σχέση με την ΑΞΙΟΛΟΓΗΣΗ των σωματείων, για την οποία αναφέρονται αναλυτικά στην προηγούμενη παράγραφο 6.

ΚΕΦΑΛΑΙΟ Δ'

ΠΡΟΤΕΙΝΟΜΕΝΕΣ ΑΓΩΝΙΣΤΙΚΕΣ ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΕΣ Κ12 (ΑΓΟΡΙΩΝ - ΚΟΡΙΤΣΙΩΝ)

Για την κατηγορία Κ12 (ΑΓΟΡΙΩΝ - ΚΟΡΙΤΣΙΩΝ) προτείνεται η διεξαγωγή: 2αθλων ή 3αθλων με ομαδικό χαρακτήρα.

Οι οργανωτές επιλέγουν μεταξύ αγωνισμάτων και από τις τρεις κατηγορίες: Δρόμο, Άλμα, Ρίψη.

Ανάλογα με τις τοπικές προϋποθέσεις διεξαγωγής των αγώνων, διεξάγονται ταυτόχρονα από ένα μέχρι τρία «2αθλα ή 3αθλα» διαφορετικά μεταξύ τους.

Σε κάθε επόμενο αγώνα θα πρέπει να γίνεται προσπάθεια τα 2αθλα ή 3αθλα να είναι διαφορετικά, έτσι ώστε το κάθε παιδί να συμμετάσχει σε όλα τα αγωνίσματα και να αποκτήσει ποικιλία κινητικών προτύπων.

Σε όλα τα αγωνίσματα και συνολικά σε κάθε 2αθλο ή 3αθλο, υπάρχει ΜΟΝΟ ομαδική κατάταξη.

Η άθροιση των επιδόσεων των μελών της ίδιας ομάδας αποτελεί την επίδοση της ομάδας και οι ομάδες κατατάσσονται με βάση την καλύτερή τους επίδοση.

ΑΓΩΝΙΣΜΑΤΑ ΔΡΟΜΩΝ:

50μ – 800μ - 50μ Εμπόδια (Εμπόδια 5 – Ύψος 0,50 – Αποστάσεις 12 - 6,5 - 12)

Σκυταλοδρομία Ταχύτητας (4Χ50μ ή 6Χ50μ ή 8Χ50μ)

Σκυταλοδρομία Εμποδίων (4Χ50μ ή 6Χ50μ ή 8Χ50μ)

Σκυταλοδρομία "Αντοχής" (Formula)

ΑΓΩΝΙΣΜΑΤΑ ΑΛΜΑΤΩΝ:

Μήκος (με μικρή φόρα, 4-6 διασκελισμών).

Κάθε παιδί κάνει άλμα με το δεξί πόδι και στην συνέχεια με το αριστερό πόδι.

Το άθροισμα των επιδόσεων των δύο αλμάτων είναι η ατομική επίδοση κάθε παιδιού.

Ύψος (με μικρή φόρα, 4-6 διασκελισμών) και πέρασμα με «ψαλίδι».

Κάθε παιδί κάνει άλμα με το δεξί πόδι και στην συνέχεια με το αριστερό πόδι.

Κάθε επιτυχημένο άλμα είναι 1 πόντος. Συνολικά κάνει άλματα σε 3-5 διαδοχικά ύψη (ανάλογα με τον αριθμό των ομάδων, τον αριθμό των μελών των ομάδων, τις συνθήκες, κ.τ.λ.).

Άλμα Επί Κοντώ σε μήκος (με μικρή φόρα, 4-6 διασκελισμών).

Τα παιδιά κάνουν άλματα σε σκάμμα με άμμο ή σε χαμηλά στρώματα (10-20 εκ.) ή σε άλλη μαλακή επιφάνεια (π.χ. χόρτο) η οποία έχει χωριστεί σε τμήματα. Η προσγείωση στο πρώτο τμήμα δίνει 1 πόντο, στο δεύτερο τμήμα 2 πόντους, κ.ο.κ. Συνολικά κάνουν 3-4 προσπάθειες (ανάλογα με τον αριθμό των ομάδων, τον αριθμό των μελών των ομάδων, τις συνθήκες, κτλ).

ΑΓΩΝΙΣΜΑΤΑ ΡΙΨΕΩΝ:

Σφαίρα: 1 – 2 κιλά

Ιατρική Μπάλα: 2 κιλά

Παιδικό Ακόντιο/turbojan 300gr ή **Vortex** 130gr (από στάση ή με 2-4 διασκελισμούς)

Παιδικός Δίσκος 500gr. (από στάση – χωρίς περιστροφή)

ΓΕΝΙΚΕΣ ΔΙΑΤΑΞΕΙΣ ΓΙΑ ΟΛΕΣ ΤΙΣ ΡΙΨΕΙΣ:

Κάθε παιδί κάνει ρίψη με το δεξί χέρι και στη συνέχεια με το αριστερό χέρι.

Το άθροισμα των επιδόσεων των δύο ρίψεων είναι η ατομική επίδοση κάθε παιδιού.

Το σύνολο των προσπαθειών όλων των μελών της ομάδας είναι η επίδοση της ομάδας.

ΚΕΦΑΛΑΙΟ Ε΄

ΓΕΝΙΚΕΣ ΔΙΑΤΑΞΕΙΣ ΠΟΥ ΙΣΧΥΟΥΝ ΓΙΑ ΟΛΟΥΣ ΤΟΥΣ ΔΙΑΣΥΛΛΟΓΙΚΟΥΣ ΑΓΩΝΕΣ

1) ΔΙΟΡΓΑΝΩΤΡΙΕΣ Ε.Α.Σ. – ΣΤΑΔΙΑ ΔΙΕΞΑΓΩΓΗΣ:

Στις κεντρικές προκηρύξεις των διασυλλογικών αγώνων που εκδίδονται από τον Σ.Ε.Γ.Α.Σ., θα αναφέρονται οι διοργανώτριες Ε.Α.Σ., οι πόλεις διεξαγωγής, αλλά και κάθε άλλη πιθανή τροποποίηση, μετά από απόφαση του Δ.Σ. του Σ.Ε.Γ.Α.Σ.

Για τον ορισμό των σταδίων θα ληφθούν υπ' όψιν οι λιγότερες δυνατές μετακινήσεις, ανάλογα με τη δυναμικότητα των σωματείων κάθε ομίλου και φυσικά η υλικοτεχνική υποδομή και οι οργανωτικές προϋποθέσεις διεξαγωγής των αγώνων.

Στις ειδικές προκηρύξεις των Ε.Α.Σ., εκτός από τις διατάξεις αυτής της προκήρυξης που είναι κοινές και δεσμευτικές θα αναφέρονται επίσης:

- α) Οι ημερομηνίες, οι όμιλοι και τα στάδια διεξαγωγής των αγώνων.
- β) Το αναλυτικό ωρολόγιο πρόγραμμα.

2) ΔΗΛΩΣΕΙΣ ΣΥΜΜΕΤΟΧΗΣ:

α) Τα σωματεία θα στέλνουν τη δήλωση συμμετοχής στις κατά τόπους Ε.Α.Σ. τρεις (3) ημέρες πριν από την έναρξη των διασυλλογικών αγώνων.

β) Στους διασυλλογικούς αγώνες θα πρέπει μία (1) ημέρα πριν από την διεξαγωγή τους να είναι ολοκληρωμένες οι καταστάσεις συμμετοχής ανά αγώνισμα, προκειμένου να ενημερωθούν τα σωματεία και να λειτουργήσει έτσι κατά τον καλύτερο τρόπο η αίθουσα κλήσης.

3) ΔΙΑΔΟΧΙΚΑ ΎΨΗ:

Οι διοργανωτές θα καθορίζουν τα διαδοχικά ύψη των ειδικών προκηρύξεων σύμφωνα με τα παρακάτω:

Τα αρχικά ύψη θα ξεκινούν τουλάχιστον πέντε (5) πόντους για το ύψος και δέκα (10) πόντους για το άλμα επί κοντώ, πιο κάτω από το όριο βαθμολόγησης των αγώνων και στη συνέχεια ο πήχης θα πρέπει να περνά από τα όρια βαθμολόγησης και πριμοδότησης υψηλής επίδοσης - πρόκρισης για το αντίστοιχο πανελλήνιο πρωτάθλημα.

Ειδικά στους διασυλλογικούς αγώνες των Α/Γ θα πρέπει να περνά και από το όριο πρόκρισης για το πανελλήνιο πρωτάθλημα Κ20, αλλά όταν αυτό είναι εφικτό και από το αντίστοιχο όριο πρόκρισης για το πανελλήνιο πρωτάθλημα Κ18.

Στους διασυλλογικούς αγώνες Κ18 θα πρέπει να περνά και από το όριο πρόκρισης για το πανελλήνιο πρωτάθλημα Κ16.

Για τα σύνθετα αγωνίσματα:

Τα αρχικά ύψη (ύψους, επί κοντώ) στα αγωνίσματα των συνθέτων θα καθορίζονται μετά από συνενόηση του τεχνικού υπευθύνου – διευθυντή αγώνων, του εφόρου του αγωνίσματος και των αθλητών-τριών που αγωνίζονται.

4) ΥΠΟΧΡΕΩΣΕΙΣ ΤΩΝ Ε.Α.Σ. Σ.Ε.Γ.Α.Σ.

Μετά τη λήξη κάθε διασυλλογικού αγώνα, οι διοργανώτριες Ε.Α.Σ. είναι υποχρεωμένες να στέλνουν την ίδια μέρα τα αποτελέσματα (ως δελτίο τύπου) στο γραφείο τύπου του Σ.Ε.Γ.Α.Σ. και επιπλέον εντός πέντε (5) ημερών όλα τα παρακάτω:

α) Τα πρωτότυπα πινάκια των αγώνων (πλήρως συμπληρωμένα), τα δακτυλογραφημένα αποτελέσματα μαζί με τις βαθμολογίες, τον αναλυτικό οικονομικό απολογισμό των οργανωτικών εξόδων και των εξόδων μετακίνησης των σωματείων.

β) Τα γραμμάτια είσπραξης των σωματείων στέλνονται στον Σ.Ε.Γ.Α.Σ. – Λογιστήριο, από την κάθε Ε.Α.Σ. στην οποία ανήκουν τα αντίστοιχα σωματεία, συνοδευόμενα από τα απαραίτητα αποδεικτικά στοιχεία.

γ) Τα στατιστικά στοιχεία των αγώνων

δ) Τις περιπτώσεις εκείνες, εάν υπάρχουν, που θα πρέπει σύμφωνα με τους κανονισμούς να επιβληθούν κυρώσεις.

5) ΕΠΑΘΛΑ:

Στους τρεις πρώτους νικητές – τρεις των ατομικών και ομαδικών αγωνισμάτων θα απονέμονται τα αντίστοιχα μετάλλια (χρυσό – αργυρό – χάλκινο) και διπλώματα.

6) ΑΞΙΟΛΟΓΗΣΗ:

Η συνολική βαθμολογία που συγκεντρώνουν τα σωματεία από τους διασυλλογικούς αγώνες κάθε κατηγορίας, υπολογίζεται για την ετήσια αξιολόγηση του σωματείου.

7) ΟΙΚΟΝΟΜΙΚΑ:

Έξοδα μετακίνησης στους διασυλλογικούς αγώνες 2020 θα δοθούν με την προϋπόθεση ότι θα υπάρξει το επόμενο χρονικό διάστημα επαρκής χρηματοδότηση του Σ.Ε.Γ.Α.Σ. από την πολιτεία. Σε περίπτωση που δοθούν από τον Σ.Ε.Γ.Α.Σ. έξοδα μετακίνησης, το πλαίσιο κάλυψης θα είναι σύμφωνα με τα παρακάτω:

ΤΕΧΝΙΚΕΣ ΔΙΑΤΑΞΕΙΣ 2020

Α) ΗΠΕΙΡΩΤΙΚΗ ΕΛΛΑΔΑ:

- 1) Για τα σωματεία που απέχουν μέχρι 60 χιλιόμετρα από τον τόπο διεξαγωγής των αγώνων ΔΕΝ θα δίνονται έξοδα μετακίνησης.
- 2) Για τα υπόλοιπα σωματεία και για τους αθλητές που κατετάγησαν στις θέσεις 1η – 3η και πέτυχαν τα όρια βαθμολόγησης – καταβολής εξόδων, θα καλύπτεται 100% ΜΟΝΟ Η ΜΕΤΑΚΙΝΗΣΗ (εισιτήριο λεωφορείου).
- 3) Επίσης θα καλύπτονται αντίστοιχα και σύμφωνα με όσα αναφέρονται παραπάνω στις παραγράφους 1 – 2, τα έξοδα μετακίνησης 100% (εισιτήριο λεωφορείου) ΕΝΟΣ συνοδού από κάθε σωματείο, με την προϋπόθεση ότι το σωματείο θα έχει έναν τουλάχιστον αθλητή – τρία στις θέσεις κατάταξης 1η – 3η ενός αγωνίσματος (που φυσικά πέτυχε και τα όρια βαθμολόγησης – καταβολής εξόδων) και επιπλέον το σωματείο συμμετείχε στους αγώνες με 3 τουλάχιστον αθλητές – τρεις συνολικά (εκτός από τους αγώνες συνθέτων αγωνισμάτων).
- 4) Ειδικά για τους διασυλλογικούς αγώνες Α/Γ και μετά από απόφαση του Σ.Ε.Γ.Α.Σ. (για τους αθλητές και συνοδούς που αναφέρονται παραπάνω στις παραγράφους 2 και 3), μπορεί να καλύπτεται μία διανυκτέρευση και τα αντίστοιχα γεύματα.

Β) ΝΗΣΙΩΤΙΚΗ ΕΛΛΑΔΑ:

Με την προϋπόθεση ότι υπάρχει ΑΚΤΟΠΛΟΪΚΗ ΜΕΤΑΚΙΝΗΣΗ. Σε διαφορετική περίπτωση ισχύει ότι και για την Ηπειρωτική Ελλάδα:

Για τους αθλητές – τρεις που πέτυχαν τα όρια βαθμολόγησης – καταβολής εξόδων και κατετάγησαν στις θέσεις 1η – 3η, κάλυψη 100% των εξόδων σύμφωνα με τα παρακάτω:

- 1) Ακτοπλοϊκό εισιτήριο.
- 2) Διατροφή (10 ευρώ το γεύμα) και διαμονή (20 ευρώ η διαμονή), **ΜΟΝΟ στην περίπτωση που είναι απολύτως απαραίτητα λόγω των συνθηκών μετακίνησης και του προγράμματος των ακτοπλοϊκών δρομολογίων.**
- 3) Για τους αθλητές – τρεις που πέτυχαν τα όρια βαθμολόγησης – καταβολής εξόδων και κατετάγησαν στις θέσεις 4η – 6η, κάλυψη 50% των εξόδων, σύμφωνα με όσα αναφέρονται παραπάνω στις παραγράφους 1 – 2.
- 4) Επίσης θα καλύπτονται αντίστοιχα και σύμφωνα με όσα αναφέρονται παραπάνω στις παραγράφους 1 – 2, τα έξοδα μετακίνησης 100% ΕΝΟΣ συνοδού από κάθε σωματείο, με την προϋπόθεση ότι το σωματείο θα έχει έναν τουλάχιστον αθλητή – τρία στις θέσεις κατάταξης 1η – 3η ενός αγωνίσματος (που φυσικά πέτυχε και τα όρια βαθμολόγησης – καταβολής εξόδων).

Β) ΚΥΡΩΣΕΙΣ - ΑΡΝΗΤΙΚΗ ΒΑΘΜΟΛΟΓΙΑ:

Η επιτροπή ελέγχου και σωστής διεξαγωγής των διασυλλογικών αγώνων αποτελείται από υπηρεσιακά μέλη της Επιτροπής Αθλητικού Σχεδιασμού και της στατιστικής υπηρεσίας, με πρόεδρο ένα μέλος του Δ.Σ. του Σ.Ε.Γ.Α.Σ.

Έτσι, εκτός των ακυρώσεων που μπορεί να γίνουν κατά τη διάρκεια των αγώνων για διαφόρους λόγους, (αντικανονική συμμετοχή, με βάση τη γενική ή την ειδική προκήρυξη ή τον γενικό κανονισμό οργάνωσης και διεξαγωγής πρωταθλημάτων και αγώνων), θα γίνεται έλεγχος και μετά το πέρας των αγώνων, από την αντίστοιχη επιτροπή.

Οι κυρώσεις που θα επιβάλλονται στους διασυλλογικούς αγώνες είναι:

- α) Ο αθλητής – τρία τιμωρείται με έναν (1) χρόνο αποκλεισμό από όλες τις διοργανώσεις.
- β) Ο σύλλογος του χάνει όλους τους βαθμούς, που κέρδισε ο αθλητής – τρία στο συγκεκριμένο διασυλλογικό, σε όλα τα αγωνίσματα που συμμετείχε.
- γ) Στις σκαταδρομίες, χάνει όλους τους βαθμούς του αγωνίσματος
- δ) Ο σύλλογος του τιμωρείται επιπλέον και με αφαίρεση είκοσι βαθμών (-20), από το σύνολο των βαθμών των διασυλλογικών αγώνων.
- ε) Ειδικά σε περίπτωση πλαστοπροσωπίας και παραποίησης στοιχείων με τα οποία δηλώνεται ο αθλητής - τρία, θα ισχύουν όσα αναφέρονται αντίστοιχα παραπάνω στις παραγράφους α, β και γ και επιπλέον θα αφαιρούνται εκατό βαθμοί (-100) για κάθε αντικανονική συμμετοχή, από το σύνολο των βαθμών των διασυλλογικών αγώνων που συγκέντρωσε το σωματείο την τρέχουσα αγωνιστική περίοδο.
- στ) Σε περίπτωση συνολικής αποχώρησης ενός σωματείου από διασυλλογικούς αγώνες (μετά από έγγραφη δήλωσή του) το σωματείο θα τιμωρείται με αφαίρεση βαθμών και επιπλέον θα παραπέμπεται στη δικαστική επιτροπή του Σ.Ε.Γ.Α.Σ.

ΚΕΦΑΛΑΙΟ ΣΤ'

(ΚΕΝΤΡΙΚΕΣ ΔΙΑΤΑΞΕΙΣ ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΩΝ ΠΡΩΤΑΘΛΗΜΑΤΩΝ)

1) ΓΕΝΙΚΑ

Τα πανελλήνια πρωταθλήματα θα διεξάγονται με την ευθύνη του Σ.Ε.Γ.Α.Σ. και με τη μέριμνα της Ε.Α.Σ. στην οποία ανατέθηκε η διοργάνωσή τους. Μετέχουν όλα τα σωματεία του Σ.Ε.Γ.Α.Σ., εφ' όσον έχουν αθλητές – τρεις που δικαιούνται συμμετοχής, σύμφωνα με όσα ορίζονται από την ειδική προκήρυξη του κάθε πρωταθλήματος.

Τα πανελλήνια πρωταθλήματα είναι τα παρακάτω:

- ΑΝΔΡΩΝ – ΓΥΝΑΙΚΩΝ
- Κ23 (ΑΝΔΡΩΝ - ΓΥΝΑΙΚΩΝ)
- Κ20 (ΑΝΔΡΩΝ - ΓΥΝΑΙΚΩΝ)

- Κ18 (ΑΝΔΡΩΝ - ΓΥΝΑΙΚΩΝ)
- Κ16 (ΑΓΟΡΙΩΝ - ΚΟΡΙΤΣΙΩΝ)
- ΔΡΟΜΟΥ ΣΕ ΑΝΩΜΑΛΟ ΕΔΑΦΟΣ
- ΚΛΕΙΣΤΟΥ ΣΤΙΒΟΥ ΑΝΔΡΩΝ – ΓΥΝΑΙΚΩΝ
- ΟΡΕΙΝΟΥ ΔΡΟΜΟΥ - ΒΟΥΝΟΥ

2) ΟΡΙΑ ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΩΝ ΠΡΩΤΑΘΛΗΜΑΤΩΝ:

Θα ισχύουν όρια βαθμολόγησης – αξιολόγησης και καταβολής εξόδων, τα οποία θα πρέπει να επιτύχουν οι αθλητές και οι αθλήτριες των αντιστοιχών κατηγοριών, για να βαθμολογηθούν – αξιολογηθούν και να τους καταβληθούν τα έξοδα μετακίνησης, σύμφωνα με το αντίστοιχο πλαίσιο κάλυψης των εξόδων.

3) ΣΥΜΜΕΤΟΧΗ ΑΝΑΛΟΓΑ ΜΕ ΤΗΝ ΗΛΙΚΙΑ:

Στα πανελλήνια πρωταθλήματα οι αθλητές-τριες των διαφόρων κατηγοριών, έχουν δικαίωμα να δηλωθούν και να συμμετέχουν στα αντίστοιχα πρωταθλήματα σύμφωνα με τον παρακάτω πίνακα:

ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΑ ΠΡΩΤΑΘΛΗΜΑΤΑ:

ΚΑΤΗΓΟΡΙΑ	Κ16	Κ18	Κ20	Κ23	Α-Γ
Κ14	ΝΑΙ*	ΟΧΙ	ΟΧΙ	ΟΧΙ	ΟΧΙ
Κ16	ΝΑΙ	ΝΑΙ	ΟΧΙ	ΟΧΙ	ΟΧΙ
Κ18	ΟΧΙ	ΝΑΙ	ΝΑΙ	ΝΑΙ *	ΟΧΙ
Κ20	ΟΧΙ	ΟΧΙ	ΝΑΙ	ΝΑΙ	ΝΑΙ
Κ23	ΟΧΙ	ΟΧΙ	ΟΧΙ	ΝΑΙ	ΝΑΙ
Α – Γ	ΟΧΙ	ΟΧΙ	ΟΧΙ	ΟΧΙ	ΝΑΙ

* Όπου ΝΑΙ* αναφερόμαστε στην κατηγορία Κ14 της τελευταίας χρονιάς (2007) και στην κατηγορία Κ18 επίσης της τελευταίας χρονιάς (2003).

4) ΔΙΚΑΙΩΜΑ ΣΥΜΜΕΤΟΧΗΣ:

Στα πανελλήνια πρωταθλήματα ανοιχτού και κλειστού στίβου:

Δικαίωμα συμμετοχής έχουν οι αθλητές – αθλήτριες που εκπληρώνουν μία από τις παρακάτω προϋποθέσεις:

1) Που κατετάγησαν στη **ΔΩΔΕΚΑΔΑ (12αδα)** του αντιστοιχού ατομικού αγωνίσματος, στο πανελλήνιο πρωτάθλημα που αγωνίστηκαν την προηγούμενη χρονιά (2019).

2) Που η επίδοσή τους την προηγούμενη χρονιά (2019) ήταν στις **ΔΕΚΑΠΕΝΤΕ (15)** (για την κατηγορία Κ16 ισχύει η ΔΕΚΑΔΑ) καλύτερες επιδόσεις στην κατηγορία τους, στο αντίστοιχο όμως αγώνισμα και κατηγορία που θα συμμετέχουν το 2020.

ΣΗΜΕΙΩΣΗ: Ειδικά οι αθλητές – αθλήτριες της κατηγορίας Κ16 με έτη γέννησης 2005 – 06, που εκπληρώνουν τις προϋποθέσεις των παραπάνω παραγράφων 4.1 ή 4.2 από τη συμμετοχή του 2019 στα αγωνίσματα: 300 – 600 – 1.000 - 300 Εμπ (Αγοριών – Κοριτσιών) – Τριπλούν (Αγορών) και 2.000 - 3.000 Βάδην (Κοριτσιών), μπορούν να συμμετέχουν στα πανελλήνια πρωταθλήματα Κ16 και Κ18 του 2020, σε όποιο ατομικό αγώνισμα επιλέξουν, από αυτά φυσικά που έχουν δικαίωμα συμμετοχής.

3) Που έχουν πετύχει τα αντίστοιχα όρια που απαιτούνται στο αγώνισμα που θα συμμετέχουν, σε επίσημους αγώνες ανοιχτού στίβου και οι οποίοι αγώνες διοργανώνονται από τον Σ.Ε.Γ.Α.Σ, τις Ε.Α.Σ. (ή είναι με την έγκρισή τους) και τα σωματεία (με την έγκριση του Σ.Ε.Γ.Α.Σ. ή των Ε.Α.Σ.) ή στο σχολικό πρωτάθλημα (μόνο στη Β' φάση «όμιλοι» και Γ' «Πανελλήνια» φάση) ή στο Πανελλήνιο φοιτητικό πρωτ/μα, με την προϋπόθεση ότι διεξάγεται με τη συνεργασία του Σ.Ε.Γ.Α.Σ.

Επίσης ισχύουν ως όρια πρόκρισης οι επιδόσεις που επιτυγχάνονται σε διεθνείς συναντήσεις όταν οι αγώνες αυτοί διοργανώνονται από την WA, την ΕΑΑ ή είναι με την έγκρισή τους, αναφέρονται δε στο διεθνές καλεντάρι και οι αθλητές – τριες συμμετέχουν με την άδεια της ομοσπονδίας.

4) Τα όρια για τον ανοιχτό στίβο πρέπει να έχουν επιτευχθεί από 1/3/2020 μέχρι και την τελευταία Κυριακή πριν από τη διεξαγωγή του αντιστοιχού πανελλήνιου πρωταθλήματος, εκτός των αγωνισμάτων για τα οποία αναφέρεται άλλη ημερομηνία στις ειδικές προκηρύξεις.

5) * Ειδικά για το ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΟ ΠΡΩΤΑΘΛΗΜΑ ΚΛΕΙΣΤΟΥ ΣΤΙΒΟΥ ΑΝΔΡΩΝ – ΓΥΝΑΙΚΩΝ 2020 ισχύουν τα παρακάτω:

- Τα όρια συμμετοχής πρέπει να έχουν επιτευχθεί σε επίσημους αγώνες ανοιχτού ή κλειστού στίβου, από 1/1/2019 μέχρι και την τελευταία Κυριακή πριν από τη διεξαγωγή του πρωταθλήματος 2020.

- Οι προϋποθέσεις συμμετοχής ισχύουν από τα πανελλήνια πρωταθλήματα ανοιχτού ή κλειστού στίβου του 2019.

6) **ΠΡΟΣΟΧΗ:** Εκτός από τους παραπάνω και **ΜΟΝΟ για τους αθλητές που είναι μέχρι 27 ετών και μικρότεροι – ρες «1993 – 1994 – 1995 κ.λπ.»,** κάθε σύλλογος μπορεί να δηλώσει επιπλέον τους παρακάτω αθλητές - τριες, χωρίς όρια και προϋποθέσεις συμμετοχής:

ΤΕΧΝΙΚΕΣ ΔΙΑΤΑΞΕΙΣ 2020

A) ΑΝΟΙΧΤΟΣ ΣΤΙΒΟΣ:

- **ΔΥΟ (2)** αθλητές - τριες που δεν πληρούν τις παραπάνω προϋποθέσεις, αν από τον σύλλογο αυτόν **δεν έχει προκριθεί κανένας αθλητής - αθλήτρια** ή έχουν προκριθεί **μέχρι 4** αθλητές-τριες συνολικά.
- **ΤΡΕΙΣ (3)** αθλητές - τριες που δεν πληρούν τις παραπάνω προϋποθέσεις (1-5), αν από τον σύλλογο αυτόν έχουν προκριθεί από **5 μέχρι 8** αθλητές-τριες συνολικά.
- **ΤΕΣΣΕΡΙΣ (4)** αθλητές - τριες που δεν πληρούν τις παραπάνω προϋποθέσεις (1-5), αν από τον σύλλογο αυτόν έχουν προκριθεί από **9 και πάνω** αθλητές-τριες συνολικά.

B) ΚΛΕΙΣΤΟΣ ΣΤΙΒΟΣ:

- **ΕΝΑΝ (1)** αθλητή - τρια που δεν πληροί τις παραπάνω προϋποθέσεις (παρ. 1-5), εάν από τον σύλλογο αυτόν **δεν έχει προκριθεί κανένας αθλητής - αθλήτρια** ή έχουν προκριθεί **μέχρι 4** αθλητές-τριες συνολικά.
- **ΔΥΟ (2)** αθλητές - τριες που δεν πληρούν τις παραπάνω προϋποθέσεις (παρ. 1-5), εάν από τον σύλλογο αυτόν έχουν προκριθεί από **5 και πάνω** αθλητές-τριες συνολικά.

Κάθε αθλητής ή αθλήτρια αυτής της παραγράφου 6 Α και Β (που δεν έχει πετύχει τα όρια – προϋποθέσεις πρόκρισης και είναι μέχρι ηλικίας 27 ετών και μικρότερος «1993– 1994 – 1995 κ.λπ.) μπορεί να δηλωθεί και να συμμετέχει σε ένα (1) μόνο αγώνισμα, εκτός αν το αγώνισμα αυτό δεν έχει όριο πρόκρισης.

ΕΙΔΙΚΕΣ ΔΙΑΤΑΞΕΙΣ:

1: Ειδικά εάν το σωματείο δικαιούται δύο (2) αθλητές χωρίς όριο, τότε σε αυτή την περίπτωση, μπορεί να δηλώσει ΕΝΑΝ μόνο αθλητή χωρίς όριο, σε ΔΥΟ αγωνίσματα. Έτσι καλύπτει και τις 2 θέσεις των αθλητών χωρίς όριο και φυσικά δεν έχει δικαίωμα να δηλώσει και δεύτερο αθλητή χωρίς όριο. Το αντίστοιχο ισχύει και για τους 4 αθλητές (μπορούν να αγωνιστούν αντί για 4 αθλητές σε 4 αγωνίσματα, μόνο 2 αθλητές σε 2 αγωνίσματα ο καθένας) κ.λπ.

2: Επιπλέον και ειδικά για τα αγωνίσματα που διεξάγονται σε μεγάλη χρονική απόσταση από τα υπόλοιπα αγωνίσματα της κατηγορίας τους: 20.000 ΒΑΔΗΝ Α/Γ και 50.000 ΒΑΔΗΝ Α/Γ, τα σωματεία έχουν δικαίωμα να δηλώσουν συνολικά μέχρι 2 το ανώτερο αθλητές – αθλήτριες χωρίς όριο στο καθ' ένα από αυτά (π.χ. στο 20.000 Βάδην Α/Γ, συνολικά δύο αθλητές – αθλήτριες).

ΠΡΟΣΟΧΗ – ΣΗΜΕΙΩΣΗ 1:

Για όλα τα ατομικά αγωνίσματα των πανελληνίων πρωταθλημάτων Ανδρών – Γυναίκων ανοιχτού και κλειστού στίβου και ειδικά για τους αθλητές – αθλήτριες που είναι 28 ετών και μεγαλύτεροι – ρες (1992 – 1991 – 1990 – 1989 κ.λπ.) ΔΕΝ ΙΣΧΥΟΥΝ όλα όσα αναφέρονται παραπάνω στην παράγραφο 5 Α-Β.

Επομένως οι αθλητές – αθλήτριες που έχουν γεννηθεί το 1992 και οι μεγαλύτεροι – ρες μπορούν να δηλωθούν και να συμμετέχουν ΜΟΝΟ εάν έχουν πετύχει τα όρια ή τις προϋποθέσεις συμμετοχής, σύμφωνα με όσα αναφέρονται στις παραπάνω παραγράφους 4.1-4.5.

ΣΗΜΕΙΩΣΗ 2:

• *Ειδικά για το αγώνισμα του ΜΑΡΑΘΩΝΙΟΥ ΔΡΟΜΟΥ ΑΝΔΡΩΝ – ΓΥΝΑΙΚΩΝ, κανένας αθλητής – αθλήτρια και για κανένα λόγο ΔΕΝ ΕΧΕΙ ΔΙΚΑΙΩΜΑ να δηλωθεί και να συμμετέχει εάν δεν έχει πετύχει τα αντίστοιχα όρια συμμετοχής σε ένα από τα τρία τελευταία χρόνια (2018 – 2019 – 2020).*

• *Επίσης για τα αγωνίσματα των 5.000μ. και 3.000μ Φ.Ε. του πανελληνίου πρωταθλήματος Α / Γ, δεν συμμετέχει κανένας αθλητής – τρια χωρίς όριο και ισχύουν όλα όσα αναφέρονται παρακάτω στο κεφάλαιο Ζ1.3.*

5) ΔΗΛΩΣΕΙΣ ΣΥΜΜΕΤΟΧΗΣ:

α) Για τη συμμετοχή στα πανελλήνια πρωταθλήματα απαιτείται υποβολή δήλωσης συμμετοχής, με την οποία το σωματείο δηλώνει ότι αποδέχεται ανεπιφύλακτα τους όρους της γενικής και ειδικής προκήρυξης του πρωταθλήματος και την εφαρμογή των κανονισμών του Σ.Ε.Γ.Α.Σ.

β) Τα σωματεία θα στέλνουν τη δήλωση συμμετοχής στον Σ.Ε.Γ.Α.Σ. καθώς και στις κατά τόπους Ε.Α.Σ πέντε (5) ημέρες πριν από την διεξαγωγή του πανελληνίου πρωταθλήματος (ημέρα Δευτέρα).

γ) Οι Ε.Α.Σ. με ευθύνη του τεχνικού συμβούλου, υποχρεούνται τέσσερις ημέρες πριν από την διεξαγωγή του πρωταθλήματος (ημέρα Τρίτη), να ενημερώσουν πρώτα τα σωματεία τους και στη συνέχεια τον Σ.Ε.Γ.Α.Σ, μόνο εάν υπάρχουν οποιοσδήποτε διορθώσεις – παραλείψεις στις δηλώσεις των σωματείων.

δ) Ειδικά για τον Μαραθώνιο δρόμο, οι δηλώσεις συμμετοχής, θα λήγουν είκοσι πέντε (25) ημέρες πριν από τον αγώνα.

ε) Στη δήλωση συμμετοχής θα αναφέρονται μόνο οι αθλητές – αθλήτριες που πραγματικά έχει προγραμματιστεί να συμμετέχουν. Οι εκπρόσωποι των σωματείων και οι προπονητές, δεν πρέπει να δηλώνουν αθλητές – αθλήτριες που γνωρίζουν εξ' αρχής ότι δεν θα συμμετέχουν στους αγώνες.

Σημείωση: Πολλές φορές παρατηρείται το φαινόμενο οι σύλλογοι να δηλώνουν μεγάλο αριθμό αθλητών - αθλητριών οι οποίοι τελικά δεν συμμετέχουν στους αγώνες.

Η δήλωση συμμετοχής και αυτών των αθλητών – τριων, έχει ως αποτέλεσμα να δημιουργούνται οργανωτικά προβλήματα στη διοργάνωση των πανελληνίων πρωταθλημάτων (διεξαγωγή ή όχι προκριματικών, αδικαιολόγητα χρονικά κενά ειδικά στα πρωινά ωρολόγια προγράμματα, προμήθεια υλικών, υπηρεσία αγώνων κ.α.), αλλά και να δημιουργούνται αγωνιστικές δυσκολίες στους αθλητές που τελικά αγωνίζονται.

6) ΑΓΩΝΙΣΤΙΚΗ ΕΜΦΑΝΙΣΗ ΑΘΛΗΤΩΝ - ΑΘΛΗΤΡΙΩΝ:

Σε όλα τα πανελλήνια πρωταθλήματα, οι αθλητές – αθλήτριες πρέπει να αγωνίζονται με την επίσημη αγωνιστική εμφάνιση του σωματείου τους. Η αγωνιστική εμφάνιση θα πρέπει να είναι σύμφωνη με τους κανονισμούς της WA όσον αφορά τις διαφημίσεις (σχετικό συνημμένο υπόδειγμα). Το αντίστοιχο ισχύει και για τις φόρμες των αθλητών – αθλητριών.

Σε αντίθετη περίπτωση δεν θα επιτρέπεται η συμμετοχή τους.

7) ΚΥΡΩΣΕΙΣ - ΑΡΝΗΤΙΚΗ ΒΑΘΜΟΛΟΓΙΑ:

Η επιτροπή ελέγχου και σωστής διεξαγωγής των πανελληνίων πρωταθλημάτων (ανοιχτού, κλειστού στίβου και δρόμου σε ανώμαλο έδαφος) αποτελείται από υπηρεσιακά μέλη της Επιτροπής Αθλητικού Σχεδιασμού και της στατιστικής υπηρεσίας, με πρόεδρο ένα μέλος του Δ.Σ. του Σ.Ε.Γ.Α.Σ. Έτσι, εκτός των ακυρώσεων που μπορεί να γίνουν κατά τη διάρκεια των αγώνων για διαφόρους λόγους, (αντικανονική συμμετοχή, με βάση τη γενική ή την ειδική προκήρυξη ή τον γενικό κανονισμό οργάνωσης και διεξαγωγής πρωταθλημάτων και αγώνων), θα γίνεται έλεγχος και μετά το πέρας των αγώνων, από την επιτροπή ελέγχου.

Οι κυρώσεις που θα επιβάλλονται είναι:

- α) Ο αθλητής – τρια τιμωρείται με έναν (1) χρόνο αποκλεισμό από όλες τις διοργανώσεις.
- β) Ο σύλλογος του χάνει ΟΛΟΥΣ τους βαθμούς, που κέρδισε ο αθλητής – τρια στο συγκεκριμένο πρωτάθλημα, σε όλα τα αγωνίσματα που συμμετείχε.
- γ) Στις σκαταδρομίες, χάνει όλους τους βαθμούς του αγωνίσματος.
- δ) Ο σύλλογος του τιμωρείται επιπλέον και με αφαίρεση είκοσι βαθμών (-20), από τη συνολική βαθμολογία του συγκεκριμένου πρωταθλήματος. Ειδικά για το πανελλήνιο πρωτάθλημα δρόμου σε ανώμαλο έδαφος αφαιρούνται 100 βαθμοί (-100).
- ε) Εάν δεν έχει βαθμούς στο συγκεκριμένο πρωτάθλημα για να του αφαιρεθούν, τότε του αφαιρούνται εκατό βαθμοί (100) από το σύνολο των βαθμών των διασυλλογικών αγώνων.

Υπολογίζουμε κάθε φορά την ετήσια αντιστοιχία των βαθμών των διασυλλογικών με την αντίστοιχη των πανελληνίων πρωταθλημάτων.

π.χ. Εάν έχει μόνο 5 βαθμούς στο συγκεκριμένο πανελλήνιο πρωτ/μα, τότε του αφαιρούνται αυτοί οι 5 βαθμοί και του αφαιρούνται και άλλοι 75 από το σύνολο των βαθμών των διασυλλογικών πρωταθλημάτων.

Υπολογίζουμε με μια αναλογία, ότι 1 βαθμός πανελληνίου πρωταθλήματος αντιστοιχεί με 5-6 βαθμούς διασυλλογικών αγώνων, ανάλογα φυσικά και με την αξιολόγηση του αντιστοίχου πανελληνίου πρωταθλήματος

Ειδικά σε περίπτωση πλαστοπροσωπίας και παραποίησης των στοιχείων με τα οποία δηλώνεται ο αθλητής – τρια, θα ισχύουν όσα αναφέρονται αντιστοιχα παραπάνω στις παραγράφους α, β και γ και επιπλέον θα ισχύουν ακόμα οι παρακάτω κυρώσεις, για κάθε αντικανονική συμμετοχή:

1) Το σωματείο θα μηδενίζεται και στις δύο κατηγορίες των αθλητών – αθλητριών του πρωταθλήματος και επομένως δεν θα παίρνει κανένα βαθμό στο σύνολο των αγωνισμάτων αυτού του πρωταθλήματος.

2) Εάν το σωματείο έχει λιγότερους από 20 βαθμούς, τότε του αφαιρούνται οι βαθμοί του πανελληνίου πρωτ/τος και επιπλέον του αφαιρούνται και από το σύνολο των διασυλλογικών αγώνων, τόσος βαθμοί όσοι είναι απαραίτητοι για να συμπληρώσει συνολικά, 100 βαθμούς διασυλλογικών.

Υπολογίζουμε κάθε φορά την ετήσια αντιστοιχία των βαθμών των διασυλλογικών με την αντίστοιχη των πανελληνίων πρωταθλημάτων.

π.χ. Υπολογίζουμε με μια αναλογία, ότι 1 βαθμός πανελληνίου πρωταθλήματος αντιστοιχεί με 5 - 6 βαθμούς διασυλλογικών αγώνων, ανάλογα φυσικά και με την αξιολόγηση του αντιστοίχου πανελληνίου πρωταθλήματος

- α) εάν έχει 25 βαθμούς στο πανελλήνιο πρωτάθλημα, τότε του αφαιρούνται όλοι αφού το σωματείο μηδενίζεται.
- β) εάν έχει 2 βαθμούς στο πανελλήνιο πρωτάθλημα, τότε του αφαιρούνται οι 2 βαθμοί και επιπλέον του αφαιρούνται και 90 βαθμοί διασυλλογικών.

• Σε περίπτωση συνολικής αποχώρησης ενός σωματείου από αξιολογούμενο πρωτάθλημα (μετά από έγγραφη δήλωσή του) το σωματείο θα τιμωρείται με αφαίρεση βαθμών και επιπλέον θα παραπέμπεται στη δικαστική επιτροπή του Σ.Ε.Γ.Α.Σ.

ΤΕΧΝΙΚΕΣ ΔΙΑΤΑΞΕΙΣ 2020

ΚΕΦΑΛΑΙΟ Ζ'

Ζ1) ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΟ ΠΡΩΤΑΘΛΗΜΑ ΑΝΔΡΩΝ – ΓΥΝΑΙΚΩΝ:

1) ΑΓΩΝΙΣΜΑΤΑ:

ΑΝΔΡΩΝ: 100 - 200 - 400 - 800 – 1.500 – 5.000 – 10.000 – 3.000 Φ.Ε – * ΗΜΙΜΑΡΑΘΩΝΙΟΣ - ΜΑΡΑΘΩΝΙΟΣ - 20.000 ΒΑΔΗΝ - 50.000 ΒΑΔΗΝ - 110 ΕΜΠ - 400 Εμπ-ΥΨΟΣ - ΕΠΙ ΚΟΝΤΩ - ΜΗΚΟΣ - ΤΡΙΠΛΟΥΝ – ΣΦΑΙΡΟΒΟΛΙΑ - ΔΙΣΚΟΒΟΛΙΑ – ΣΦΥΡΟΒΟΛΙΑ - ΑΚΟΝΤΙΣΜΟΣ – ΔΕΚΑΘΛΟ - 4Χ100 – 4Χ400.

ΓΥΝΑΙΚΩΝ: 100 - 200 - 400 - 800 – 1.500 – 5.000 – 10.000 – 3.000 Φ.Ε – * ΗΜΙΜΑΡΑΘΩΝΙΟΣ - ΜΑΡΑΘΩΝΙΟΣ - 20.000 ΒΑΔΗΝ - 50.000 ΒΑΔΗΝ - 100 ΕΜΠ - 400 ΕΜΠ- ΥΨΟΣ - ΕΠΙ ΚΟΝΤΩ - ΜΗΚΟΣ – ΤΡΙΠΛΟΥΝ – ΣΦΑΙΡΟΒΟΛΙΑ – ΔΙΣΚΟΒΟΛΙΑ – ΣΦΥΡΟΒΟΛΙΑ – ΑΚΟΝΤΙΣΜΟΣ - ΕΠΤΑΘΛΟ – 4Χ100 – 4Χ400.

* Από το 2020 το αγώνισμα του ΗΜΙΜΑΡΑΘΩΝΙΟΥ ΔΡΟΜΟΥ Ανδρών – Γυναικών, θα διεξάγεται με βαθμολογία και η οποία θα συνυπολογίζεται στη βαθμολογία και αξιολόγηση του πανελληνίου πρωταθλήματος Ανδρών – Γυναικών.

* Στην ειδική προκήρυξη του αγώνα θα αναφέρονται όλες οι προϋποθέσεις διεξαγωγής του.

2) ΚΑΤΑΝΟΜΗ ΑΓΩΝΙΣΜΑΤΩΝ ΑΝΑ ΗΜΕΡΑ

ΑΝΔΡΩΝ		ΓΥΝΑΙΚΩΝ	
1η ημέρα	2η ημέρα	1η ημέρα	2η ημέρα
100μ.	200μ.	100μ.	200μ.
400μ.	800μ.	400μ.	800μ.
1.500μ.	5.000μ.	1.500μ.	5.000μ.
110μ. Εμπ.	400μ. Εμπ.	100μ. Εμπ.	400μ. Εμπ.
3.000μ. Φ.Ε.		3.000μ. Φ.Ε.	
Άλμα Επί Κοντώ	Άλμα σε Ύψος	Άλμα σε Ύψος	Άλμα Επί Κοντώ
Άλμα Τριπλούν	Άλμα σε Μήκος	Άλμα Τριπλούν	Άλμα σε Μήκος
Σφαιροβολία	Δισκοβολία	Δισκοβολία	Σφαιροβολία
Σφυροβολία	Ακοντισμός	Ακοντισμός	Σφυροβολία
4Χ100μ.	4Χ400μ.	4Χ100μ.	4Χ400μ.
Δέκαθλο	Δέκαθλο	Έπταθλο	Έπταθλο

Ειδικά για τα παρακάτω αγώνισματα θα ισχύουν όρια πρόκρισης για τη συμμετοχή των αθλητών – τριών, αλλά επιπλέον θα δίνεται η δυνατότητα και σε συγκεκριμένο αριθμό αθλητών και ομάδων σκυταλοδρομιών να συμμετέχουν χωρίς όριο, ώστε να εξασφαλιστεί η σωστή διεξαγωγή του αγώνισματος.

ΑΝΔΡΩΝ: 20.000 ΒΑΔΗΝ - 50.000 ΒΑΔΗΝ - 4 Χ 100 – 4 Χ 400

ΓΥΝΑΙΚΩΝ: 20.000 ΒΑΔΗΝ - 50.000 ΒΑΔΗΝ - 4 Χ 100 – 4 Χ 400

• 3) ΕΙΔΙΚΑ ΓΙΑ ΤΑ 5.000μ και 3.000μ Φ.Ε. ΣΤΟ ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΟ ΠΡΩΤ/ΜΑ Α/Γ ΙΣΧΥΟΥΝ ΤΑ ΠΑΡΑΚΑΤΩ:

α) Κατάργηση της συμμετοχής χωρίς όριο, σε κάθε περίπτωση.

β) Όρια συμμετοχής, σύμφωνα με τον παρακάτω πίνακα.

γ) Επίτευξη του ορίου συμμετοχής, σε ένα από τα παρακάτω αγώνισματα, την τελευταία διετία (π.χ. για το πανελλήνιο πρωτάθλημα του 2020, το όριο θα πρέπει να έχει επιτευχθεί τα έτη 2019 ή 2020).

5.000μ. ΑΝΔΡΩΝ - ΓΥΝΑΙΚΩΝ	Ανδρες	Γυναίκες
5.000μ.	15:50.00	19:20.00
1.500μ.	4:05.00	4:55.00
3.000μ.	9:13.00	11:10.00
10.000μ.	33:20.00	40:45.00
3.000μ. Φ.Ε.	9:58.00	12:18.00

3.000μ. Φ.Ε. ΑΝΔΡΩΝ ΓΥΝΑΙΚΩΝ	Ανδρες	Γυναίκες
3.000μ. Φ.Ε.	10:00.00	13:00.00
1.500μ.	4:10.00	5:48.50
3.000μ.	9:05.00	12:25.00
5.000μ.	15:35.00	21:49.00

δ) Τα όρια υψηλής προμοδότησης στους διασυλλογικούς αγώνες Α/Γ στα 5.000μ Α/Γ και στα 3.000μ Φ.Ε. Ανδρών (για τη βαθμολόγηση των σωματείων) αποσυνδέονται από τα όρια πρόκρισης για το πανελλήνιο πρωτάθλημα.

• Οι αθλητές-τριες της κατηγορίας **K20** μπορούν να δηλωθούν και να συμμετέχουν στο **ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΟ ΠΡΩΤΑΘΛΗΜΑ ΑΝΔΡΩΝ – ΓΥΝΑΙΚΩΝ** σε 2 συνολικά αγωνίσματα **ΕΚΤΟΣ** από τα παρακάτω:

ΑΝΔΡΩΝ: 10.000 – ΗΜΙΜΑΡΑΘΩΝΙΟΣ - ΜΑΡΑΘΩΝΙΟΣ – 20.000 ΒΑΔΗΝ* – 50.000 ΒΑΔΗΝ

ΓΥΝΑΙΚΩΝ: 10.000 – ΗΜΙΜΑΡΑΘΩΝΙΟΣ - ΜΑΡΑΘΩΝΙΟΣ - 20.000 ΒΑΔΗΝ* - 50.000 ΒΑΔΗΝ

*Στα 20.000 Βάδην Α/Γ έχουν δικαίωμα συμμετοχής οι αθλητές – αθλήτριες της κατηγορίας **K20** που γεννήθηκαν το 2001.

* Οι αθλητές – αθλήτριες της κατηγορίας **K18** δεν συμμετέχουν στο πανελλήνιο πρωτάθλημα Ανδρών – Γυναικών.

Ζ2) ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΟ ΠΡΩΤΑΘΛΗΜΑ Κ23 (ΑΝΔΡΩΝ – ΓΥΝΑΙΚΩΝ):

1) ΑΓΩΝΙΣΜΑΤΑ:

K23 ΑΝΔΡΩΝ: 100 - 200 - 400 - 800 – 1.500 – 5.000 – 10.000 – 3.000 Φ.Ε. - 20.000 ΒΑΔΗΝ - 110 ΕΜΠ - 400 Εμπ – ΥΨΟΣ - ΕΠΙ ΚΟΝΤΩ – ΜΗΚΟΣ - ΤΡΙΠΛΟΥΝ – ΣΦΑΙΡΟΒΟΛΙΑ – ΔΙΣΚΟΒΟΛΙΑ – ΣΦΥΡΟΒΟΛΙΑ – ΑΚΟΝΤΙΣΜΟΣ - ΔΕΚΑΘΛΟ - 4x100 - 4x400.

K23 ΓΥΝΑΙΚΩΝ: 100 - 200 - 400 - 800 – 1.500 – 5.000 – 10.000 - 3000 Φ.Ε. – 20.000 ΒΑΔΗΝ - 100 ΕΜΠ - 400 ΕΜΠ – ΥΨΟΣ - ΕΠΙ ΚΟΝΤΩ - ΜΗΚΟΣ – ΤΡΙΠΛΟΥΝ – ΣΦΑΙΡΟΒΟΛΙΑ – ΔΙΣΚΟΒΟΛΙΑ – ΣΦΥΡΟΒΟΛΙΑ – ΑΚΟΝΤΙΣΜΟΣ – ΕΠΤΑΘΛΟ - 4x100 - 4x400.

2) ΚΑΤΑΝΟΜΗ ΑΓΩΝΙΣΜΑΤΩΝ ΑΝΑ ΗΜΕΡΑ:

Κ23 (ΑΝΔΡΩΝ)		Κ23 (ΓΥΝΑΙΚΩΝ)	
1η ημέρα	2η ημέρα	1η ημέρα	2η ημέρα
100μ.	200μ.	100μ.	200μ.
400μ.	800μ.	400μ.	800μ.
1.500μ.	5.000μ.	1.500μ.	5.000μ.
110μ. Εμπ.	400μ. Εμπ.	100μ. Εμπ.	400μ. Εμπ.
3.000μ. Φ.Ε.		3.000μ. Φ.Ε.	
Άλμα Επί Κοντώ	Άλμα σε Ύψος	Άλμα σε Ύψος	Άλμα Επί Κοντώ
Άλμα Τριπλούν	Άλμα σε Μήκος	Άλμα Τριπλούν	Άλμα σε Μήκος
Σφαιροβολία	Δισκοβολία	Δισκοβολία	Σφαιροβολία
Σφυροβολία	Ακοντισμός	Ακοντισμός	Σφυροβολία
4Χ100μ.	4Χ400μ.	4Χ100μ.	4Χ400μ.
Δέκαθλο	Δέκαθλο	Έπταθλο	Έπταθλο

Ειδικά για τα παρακάτω αγωνίσματα θα ΙΣΧΥΟΥΝ ΟΡΙΑ ΠΡΟΚΡΙΣΗΣ για τη συμμετοχή των αθλητών – τριών, αλλά επιπλέον θα δίνεται η δυνατότητα και σε συγκεκριμένο αριθμό αθλητών και ομάδων σκυταλοδρομιών να συμμετέχουν χωρίς όριο, ώστε να εξασφαλιστεί η σωστή διεξαγωγή του αγωνίσματος

K23 (ΑΝΔΡΩΝ): 20.000 μ. ΒΑΔΗΝ - 4 Χ 100 – 4 Χ 400

K23 (ΓΥΝΑΙΚΩΝ): 3.000 Φ.Ε. - 20.000 μ. ΒΑΔΗΝ - 4 Χ 100 – 4 Χ 400

Οι αθλητές-τριες της κατηγορίας **K20** μπορούν να δηλωθούν και να συμμετέχουν στο **ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΟ ΠΡΩΤΑΘΛΗΜΑ Κ23** σε 2 συνολικά αγωνίσματα.

Ειδικά στα 10.000μ Κ23 Ανδρών, μπορούν να συμμετέχουν οι αθλητές της κατηγορίας Κ20 Ανδρών που γεννήθηκαν το 2001.

Επίσης στα 20.000μ Βάδην Κ23 Ανδρών – Γυναικών, μπορούν να συμμετέχουν ΜΟΝΟ οι αθλητές – αθλήτριες της κατηγορίας Κ20 Ανδρών – Γυναικών που γεννήθηκαν το 2001

• Οι αθλητές-τριες της κατηγορίας **K18 (μόνο οι γεννηθέντες – θείσες το 2003)** μπορούν να δηλωθούν και να συμμετέχουν στο **ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΟ ΠΡΩΤΑΘΛΗΜΑ Κ23, σε ΕΝΑ ΑΤΟΜΙΚΟ ΑΓΩΝΙΣΜΑ ΚΑΙ ΜΙΑ ΣΚΥΤΑΛΟΔΡΟΜΙΑ ή ΣΕ ΔΥΟ ΣΚΥΤΑΛΟΔΡΟΜΙΕΣ**, από τα παρακάτω αναφερόμενα αγωνίσματα.

K18 (ΑΝΔΡΕΣ 2003): 100 – 200 – 400 – 800 – 1.500 – ΥΨΟΣ – ΕΠΙ ΚΟΝΤΩ – ΜΗΚΟΣ – ΤΡΙΠΛΟΥΝ – 4 x 100 – 4 x 400.

K18 (ΓΥΝΑΙΚΕΣ 2003): 100 – 200 – 400 – 800 – 1.500 – 400 ΕΜΠ – ΥΨΟΣ – ΕΠΙ ΚΟΝΤΩ – ΜΗΚΟΣ – ΤΡΙΠΛΟΥΝ – ΔΙΣΚΟΒΟΛΙΑ – 4 x 100 – 4 x 400.

ΤΕΧΝΙΚΕΣ ΔΙΑΤΑΞΕΙΣ 2020

Ζ3) ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΟ ΠΡΩΤΑΘΛΗΜΑ Κ20 (ΑΝΔΡΩΝ - ΓΥΝΑΙΚΩΝ):

1) ΑΓΩΝΙΣΜΑΤΑ:

Κ20 ΑΝΔΡΩΝ: 100 - 200 - 400 - 800 - 1.500 - 3.000 - 5.000 - 3.000 Φ.Ε. - 10.000 ΒΑΔΗΝ - 110 ΕΜΠ - 400 ΕΜΠ - ΥΨΟΣ - ΕΠΙ ΚΟΝΤΩ - ΜΗΚΟΣ - ΤΡΙΠΛΟΥΝ - ΣΦΑΙΡΟΒΟΛΙΑ (6κ) - ΔΙΣΚΟΒΟΛΙΑ (1.750γρ) - ΣΦΥΡΟΒΟΛΙΑ (6κ) - ΑΚΟΝΤΙΣΜΟΣ - ΔΕΚΑΘΛΟ - 4x100 - 4x400.

Κ20 ΓΥΝΑΙΚΩΝ: 100 - 200 - 400 - 800 - 1.500 - 3.000 - 5.000 - 3000 Φ.Ε. - 10.000 ΒΑΔΗΝ - 100 ΕΜΠ - 400 ΕΜΠ - ΥΨΟΣ - ΕΠΙ ΚΟΝΤΩ - ΜΗΚΟΣ - ΤΡΙΠΛΟΥΝ - ΣΦΑΙΡΟΒΟΛΙΑ - ΔΙΣΚΟΒΟΛΙΑ - ΣΦΥΡΟΒΟΛΙΑ - ΑΚΟΝΤΙΣΜΟΣ - ΕΠΤΑΘΛΟ - 4x100 - 4x400.

2) ΚΑΤΑΝΟΜΗ ΑΓΩΝΙΣΜΑΤΩΝ ΑΝΑ ΗΜΕΡΑ:

Κ20 (ΑΝΔΡΩΝ)		Κ20 (ΓΥΝΑΙΚΩΝ)	
1η ημέρα	2η ημέρα	1η ημέρα	2η ημέρα
100μ.	200μ.	100μ.	200μ.
400μ.	800μ.	400μ.	800μ.
1.500μ.	3.000μ.	1.500μ.	3.000μ.
110μ. Εμπ.	400μ. Εμπ.	100μ. Εμπ.	400μ. Εμπ.
3.000μ. Φ.Ε.		3.000μ. Φ.Ε.	
10.000μ. Βάδην		10.000μ. Βάδην	
Άλμα Επί Κοντώ	Άλμα σε Ύψος	Άλμα σε Ύψος	Άλμα Επί Κοντώ
Άλμα Τριπλούν	Άλμα σε Μήκος	Άλμα Τριπλούν	Άλμα σε Μήκος
Σφαιροβολία	Δισκοβολία	Δισκοβολία	Σφαιροβολία
Σφυροβολία	Ακοντισμός	Ακοντισμός	Σφυροβολία
4 x 100μ.	4 x 400μ.	4 x 100μ.	4 x 400μ.
Δέκαθλο	Δέκαθλο	Έπταθλο	Έπταθλο

Τα αγωνίσματα των 5.000μ Ανδρών και Γυναικών θα διεξαχθούν σε διαφορετική ημερομηνία (16/5), από τα υπόλοιπα αγωνίσματα κορμού (27-28/6).

- Ο Σ.Σ.Ε.Γ.Α.Σ. έχει ορίσει, για τα αγωνίσματα ΣΦΑΙΡΟΒΟΛΙΑΣ – ΔΙΣΚΟΒΟΛΙΑΣ και ΣΦΥΡΟΒΟΛΙΑΣ του πανελληνίου πρωταθλήματος Κ20 (ΑΝΔΡΩΝ), ειδικά όρια πρόκρισης τα οποία θα πρέπει να επιτύχουν οι αθλητές με τα όργανα της κατηγορίας Κ20 ή αντίστοιχα όρια πρόκρισης τα οποία θα πρέπει να επιτύχουν οι αθλητές με τα όργανα της κατηγορίας ΑΝΔΡΩΝ (τα όρια αυτά αναφέρονται στους πίνακες με την ένδειξη Κ23 (Α/Γ)
- Για τους αθλητές της κατηγορίας Κ18 (ΑΝΔΡΩΝ) (έτος γεν. 2003) προκειμένου να έχουν δικαίωμα συμμετοχής στα αγωνίσματα ΣΦΑΙΡΟΒΟΛΙΑΣ – ΔΙΣΚΟΒΟΛΙΑΣ και ΣΦΥΡΟΒΟΛΙΑΣ του πανελληνίου πρωτ/τος Κ20, πρέπει να έχουν επιτύχει τα όρια πρόκρισης για το πανελλήνιο πρωτάθλημα Κ18 στα αντίστοιχα αγωνίσματα ή να έχουν πετύχει τα όρια με τα όργανα των Κ20.

Ειδικά για τα παρακάτω αγωνίσματα θα ισχύουν όρια πρόκρισης για τη συμμετοχή των αθλητών – τριών, αλλά επιπλέον θα δίνεται η δυνατότητα και σε συγκεκριμένο αριθμό αθλητών και ομάδων σκυταλοδρομιών να συμμετέχουν χωρίς όριο, ώστε να εξασφαλιστεί η σωστή διεξαγωγή του αγωνίσματος

Κ20 ΑΝΔΡΩΝ: 3.000 - 110 μ. ΕΜΠΟΔΙΑ – ΔΕΚΑΘΛΟ – 4 x 100 μ. – 4 x 400 μ.

Κ20 ΓΥΝΑΙΚΩΝ: 3.000 μ. – 3.000 μ. Φ.Ε. - ΕΠΤΑΘΛΟ - 4 x 100 μ. – 4 x 400 μ.

3.) ΣΥΜΜΕΤΟΧΗ ΑΘΛΗΤΩΝ – ΑΘΛΗΤΡΙΩΝ ΜΙΚΡΟΤΕΡΩΝ ΚΑΤΗΓΟΡΙΩΝ:

Οι αθλητές-τριες της κατηγορίας **Κ18** μπορούν να δηλωθούν και να συμμετέχουν στο ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΟ ΠΡΩΤΑΘΛΗΜΑ Κ20 μόνο σε 2 από τα παρακάτω αγωνίσματα:

Κ18 ΑΝΔΡΕΣ 2003: 100 – 200 – 400 – 800 – 1.500 – 3.000 - 5.000 - 110 ΕΜΠ. - 400 ΕΜΠ. - 3.000 Φ.Ε. - 10.000 ΒΑΔΗΝ - ΥΨΟΣ – ΕΠΙ ΚΟΝΤΩ – ΜΗΚΟΣ – ΤΡΙΠΛΟΥΝ – ΣΦΑΙΡΑ – ΔΙΣΚΟΣ – ΣΦΥΡΑ – ΑΚΟΝΤΙΟ - 4 x 100 – 4 x 400 - ΔΕΚΑΘΛΟ

Κ18 ΑΝΔΡΕΣ 2004: 100 – 200 – 400 – 800 – 1.500 – 3.000 - 10.000 ΒΑΔΗΝ - ΥΨΟΣ – ΕΠΙ ΚΟΝΤΩ – ΜΗΚΟΣ – ΤΡΙΠΛΟΥΝ – 4 x 100 – 4 x 400.

Κ18 ΓΥΝΑΙΚΕΣ 2003: 100 – 200 – 400 – 800 – 1.500 – 3.000 - 5.000 - 100 ΕΜΠ. - 400 ΕΜΠ – 3.000 Φ.Ε. - 10.000 ΒΑΔΗΝ - ΥΨΟΣ – ΕΠΙ ΚΟΝΤΩ – ΜΗΚΟΣ – ΤΡΙΠΛΟΥΝ – ΣΦΑΙΡΑ – ΔΙΣΚΟΣ – ΣΦΥΡΑ – ΑΚΟΝΤΙΟ - 4 x 100 – 4 x 400. - ΕΠΤΑΘΛΟ

Κ18 ΓΥΝΑΙΚΕΣ 2004: 100 – 200 – 400 – 800 – 1.500 – 3.000 - 400 ΕΜΠ – ΥΨΟΣ – ΕΠΙ ΚΟΝΤΩ – ΜΗΚΟΣ – ΤΡΙΠΛΟΥΝ – ΔΙΣΚΟΣ – 4 x100 – 4 x 400.

Z4) ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΟ ΠΡΩΤΑΘΛΗΜΑ Κ18 (ΑΝΔΡΩΝ - ΓΥΝΑΙΚΩΝ):

1) ΑΓΩΝΙΣΜΑΤΑ:

Κ18 ΑΝΔΡΩΝ: 100 - 200 - 400 - 800 - 1.500 - 3.000 - 2.000 Φ.Ε - 10.000 ΒΑΔΗΝ - 110 ΕΜΠ - 400 Εμπ - ΥΨΟΣ - ΕΠΙ ΚΟΝΤΩ - ΜΗΚΟΣ - ΤΡΙΠΛΟΥΝ - ΣΦΑΙΡΟΒΟΛΙΑ - ΔΙΣΚΟΒΟΛΙΑ - ΣΦΥΡΟΒΟΛΙΑ - ΑΚΟΝΤΙΣΜΟΣ - ΔΕΚΑΘΛΟ - 4 x 100 - 4 x 400.

Κ18 ΓΥΝΑΙΚΩΝ: 100 - 200 - 400 - 800 - 1.500 - 3.000 - 2.000 Φ.Ε - 5.000 ΒΑΔΗΝ - 100 ΕΜΠ - 400 ΕΜΠ - ΥΨΟΣ - ΕΠΙ ΚΟΝΤΩ - ΜΗΚΟΣ - ΤΡΙΠΛΟΥΝ - ΣΦΑΙΡΟΒΟΛΙΑ - ΔΙΣΚΟΒΟΛΙΑ - ΣΦΥΡΟΒΟΛΙΑ - ΑΚΟΝΤΙΣΜΟΣ - ΕΠΤΑΘΛΟ - 4 x 100 - 4 x 400.

2) ΚΑΤΑΝΟΜΗ ΑΓΩΝΙΣΜΑΤΩΝ ΑΝΑ ΗΜΕΡΑ:

Κ18 - ΠΑΙΔΩΝ		Κ18 - ΚΟΡΑΣΙΔΩΝ	
1η ημέρα	2η ημέρα	1η ημέρα	2η ημέρα
100μ.	200μ.	100μ.	200μ.
400μ.	800μ.	400μ.	800μ.
1.500μ.	3.000μ.	1.500μ.	3.000μ.
110μ. Εμπ.	400μ. Εμπ.	100μ. Εμπ.	400μ. Εμπ.
2.000μ. Φ.Ε.		2.000μ. Φ.Ε.	
	10.000μ. Βάδην	5.000μ. Βάδην	
Άλμα Επί Κοντώ	Άλμα σε Ύψος	Άλμα σε Ύψος	Άλμα Επί Κοντώ
Άλμα Τριπλούν	Άλμα σε Μήκος	Άλμα Τριπλούν	Άλμα σε Μήκος
Σφαιροβολία	Δισκοβολία	Δισκοβολία	Σφαιροβολία
Σφυροβολία	Ακοντισμός	Ακοντισμός	Σφυροβολία
4 x 100μ.	4 x 400μ.	4 x 100μ.	4 x 400μ.
Δέκαθλο	Δέκαθλο	Έπταθλο	Έπταθλο

Ειδικά για τα παρακάτω αγωνίσματα θα ΙΣΧΥΟΥΝ ΟΡΙΑ ΠΡΟΚΡΙΣΗΣ για τη συμμετοχή των αθλητών – τριών, αλλά επιπλέον θα δίνεται η δυνατότητα και σε συγκεκριμένο αριθμό αθλητών και ομάδων σκυταλοδρομιών να συμμετέχουν χωρίς όριο, ώστε να εξασφαλιστεί η σωστή διεξαγωγή του αγωνίσματος

Κ18 - ΑΝΔΡΩΝ: ΔΕΚΑΘΛΟ - 4 x 100 μ. - 4 x 400μ.

Κ18 - ΓΥΝΑΙΚΩΝ: ΕΠΤΑΘΛΟ - 2.000 μ. Φ.Ε. - 4 x 100 μ. - 4 x 400 μ.

3) ΣΥΜΜΕΤΟΧΗ ΑΘΛΗΤΩΝ – ΑΘΛΗΤΡΙΩΝ ΜΙΚΡΟΤΕΡΩΝ ΚΑΤΗΓΟΡΙΩΝ

Οι αθλητές-τριες της κατηγορίας **Κ16** μπορούν να δηλωθούν και να συμμετέχουν ΜΟΝΟ σε δύο από τα παρακάτω αγωνίσματα (εκτός από δύο ατομικά αγωνίσματα δρόμων) στο ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΟ ΠΡΩΤΑΘΛΗΜΑ Κ18:

Κ16 - ΑΓΟΡΙΑ 2005: 100 - 200 - 1.500 - 3.000 - 110 ΕΜΠ. - 10.000 ΒΑΔΗΝ - ΥΨΟΣ - ΕΠΙ ΚΟΝΤΩ - ΜΗΚΟΣ - ΣΦΑΙΡΑ - ΔΙΣΚΟΣ - ΣΦΥΡΑ - ΑΚΟΝΤΙΟ - ΔΕΚΑΘΛΟ - 4 x 100.

Κ16 - ΑΓΟΡΙΑ 2006: 3.000 - ΥΨΟΣ - ΕΠΙ ΚΟΝΤΩ - ΜΗΚΟΣ.

Κ16 - ΚΟΡΙΤΣΙΑ 2005: 100 - 200 - 1.500 - 3.000 - 100 ΕΜΠ. - 5.000 ΒΑΔΗΝ - ΥΨΟΣ - ΕΠΙ ΚΟΝΤΩ - ΜΗΚΟΣ - ΣΦΑΙΡΑ - ΔΙΣΚΟΣ - ΣΦΥΡΑ - ΑΚΟΝΤΙΟ - ΕΠΤΑΘΛΟ - 4 x 100.

Κ16 - ΚΟΡΙΤΣΙΑ 2006: 3.000 - 5.000 ΒΑΔΗΝ - ΥΨΟΣ - ΕΠΙ ΚΟΝΤΩ - ΜΗΚΟΣ - ΣΦΑΙΡΑ - ΔΙΣΚΟΣ - ΣΦΥΡΑ - ΑΚΟΝΤΙΟ.

Z5) ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΟ ΠΡΩΤΑΘΛΗΜΑ Κ16 (ΑΓΟΡΙΩΝ - ΚΟΡΙΤΣΙΩΝ):

1) ΟΜΙΛΟΙ

ΔΙΕΞΑΓΕΤΑΙ ΣΕ ΔΥΟ (2) ΟΜΙΛΟΥΣ: ΒΟΡΡΑ - ΝΟΤΟΥ.

ΒΟΡΕΙΟΣ ΟΜΙΛΟΣ: Ανατολική Μακεδονία & Θράκη, Θεσσαλονίκη, Κεντρική Μακεδονία, Δυτική Μακεδονία, Θεσσαλία, Ήπειρος, Κέρκυρα και τα σωματεία από Φθιώτιδα - Φωκίδα - Ευρυτανία.

ΤΕΧΝΙΚΕΣ ΔΙΑΤΑΞΕΙΣ 2020

ΝΟΤΙΟΣ ΟΜΙΛΟΣ: Περιφέρεια Πελοποννήσου, Βόρεια Πελοπόννησος, Αθήνα, Πειραιάς / Νοτιοδυτική Αττική, Λέσβος, Χίος – Σάμος, Κυκλάδες, Δωδεκάνησα, Κρήτη και τα σωματεία από Βοιωτία - Εύβοια.

2) ΑΓΩΝΙΣΜΑΤΑ:

Κ16 - ΑΓΟΡΙΩΝ: 80 – 150 – 1.200 - 3.000 - 100 ΕΜΠ. - 200 ΕΜΠ. – 2.000 Φ.Ε. (Χωρίς Λίμνη) - 5.000 ΒΑΔΗΝ - ΥΨΟΣ- ΕΠΙ ΚΟΝΤΩ - ΜΗΚΟΣ - *ΤΕΤΡΑΠΛΟΥΝ – ΣΦΑΙΡΟΒΟΛΙΑ – ΔΙΣΚΟΒΟΛΙΑ – ΣΦΥΡΟΒΟΛΙΑ - ΑΚΟΝΤΙΣΜΟΣ- ΕΞΑΘΛΟ - 4Χ80 – *4Χ200 (Μικτή) – 3Χ1.200.

Κ16 - ΚΟΡΙΤΣΙΩΝ: 80 – 150 – 1.200 - 3.000 - 80 ΕΜΠ. - 200 ΕΜΠ. - 2.000 Φ.Ε. (Χωρίς Λίμνη) – 5.000 ΒΑΔΗΝ - ΥΨΟΣ - ΕΠΙ ΚΟΝΤΩ - ΜΗΚΟΣ – *ΤΕΤΡΑΠΛΟΥΝ – ΣΦΑΙΡΟΒΟΛΙΑ – ΔΙΣΚΟΒΟΛΙΑ – ΣΦΥΡΟΒΟΛΙΑ – ΑΚΟΝΤΙΣΜΟΣ- ΕΞΑΘΛΟ - 4Χ80 – *4Χ200 (Μικτή) – 3Χ1.200.

▶ *ΤΕΤΡΑΠΛΟΥΝ: Χωρίς κουτσό και φόρα μέχρι 15μ (π.χ. Πάτημα Δεξί – εναλλαγή Αριστερό (1^ο) – εναλλαγή Δεξί (2^ο) – εναλλαγή Αριστερό (3^ο) και άλμα (4^ο). Το αντίθετο με το άλλο πόδι.

▶ *4Χ200 ΜΙΚΤΗ ΣΚΥΤΑΛΟΔΡΟΜΙΑ: Αγόρι – Κορίτσι – Αγόρι - Κορίτσι

3) ΚΑΤΑΝΟΜΗ ΑΓΩΝΙΣΜΑΤΩΝ ΑΝΑ ΗΜΕΡΑ

Κ16 - ΑΓΟΡΙΩΝ		Κ16 - ΚΟΡΙΤΣΙΩΝ	
1η ημέρα	2η ημέρα	1η ημέρα	2η ημέρα
150μ.	80μ.	150μ.	80μ.
1.200μ.	100μ Εμπ.	1.200μ.	80μ Εμπ.
3.000μ.	5.000μ. Βάδην	3.000μ.	5.000μ. Βάδην
200μ. Εμπ		200μ. Εμπ	
2.000μ. Φ.Ε.		2.000μ. Φ.Ε.	
Άλμα σε Ύψος	Άλμα Επί Κοντώ	Άλμα Επί Κοντώ	Άλμα σε Ύψος
Άλμα Τετραπλούν	Άλμα σε Μήκος	Άλμα Τετραπλούν	Άλμα σε Μήκος
Σφαιροβολία	Δισκοβολία	Δισκοβολία	Σφαιροβολία
Σφυροβολία	Ακοντισμός	Ακοντισμός	Σφυροβολία
4 x 80μ.	4 x 200μ. ΜΙΚΤΗ	4 x 80μ.	4 x 200μ. ΜΙΚΤΗ
	3 x 1.200μ		3 x 1.200μ
Έξαθλο (100 Εμπ – Μήκος – Σφαίρα – Ύψος)	Έξαθλο (Ακόντιο – 1.200)	Έξαθλο (80 Εμπ – Μήκος – Σφαίρα – Ύψος)	Έξαθλο (Ακόντιο – 1.200)

* Στα αγωνίσματα των σκυταλοδρομιών 4 x 80, 4 x 200 (Μικτή) και 3 x 1.200, δεν υπάρχουν όρια – προϋποθέσεις πρόκρισης.

Οι αθλητές-τριες της κατηγορίας Κ14 που γεννήθηκαν το 2007, μπορούν να δηλωθούν και να συμμετέχουν στο ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΟ ΠΡΩΤΑΘΛΗΜΑ Κ16, σύμφωνα με τις παρακάτω προϋποθέσεις:

▶ **A) Το κάθε σωματείο μπορεί να συμμετέχει ΣΥΝΟΛΙΚΑ με ΠΕΝΤΕ (5) το ανώτερο αθλητές – αθλήτριες (με έτος γέννησης 2007):**

1) Οι αθλητές – αθλήτριες αυτοί συμμετέχουν χωρίς όρια πρόκρισης (ανεξάρτητα από τον αριθμό των αθλητών - αθλητριών της κατηγορίας Κ16 «2005 – 2006» που συμμετέχουν χωρίς όρια πρόκρισης, σύμφωνα με τις ισχύουσες τεχνικές διατάξεις για τα πανελλήνια πρωταθλήματα).

2) Κάθε αθλητής – αθλήτρια συμμετέχει σε ΕΝΑ (1) μόνο αγώνισμα (ανεξάρτητα εάν είναι ατομικό αγώνισμα ή σκυταλοδρομία).

3) Σε κάθε ατομικό αγώνισμα (από αυτά που έχουν δικαίωμα συμμετοχής οι αθλητές – αθλήτριες του 2007), **το κάθε σωματείο μπορεί να συμμετέχει με ΕΝΑΝ (1) μόνο αθλητή – αθλήτρια**, από τους ΠΕΝΤΕ (5) που έχει συνολικά δικαίωμα συμμετοχής.

π.χ. Δικαίωμα Συμμετοχής:

- Με 5 αθλητές – αθλήτριες σε 5 διαφορετικά ατομικά αγωνίσματα.

- Με 4 αθλητές στη σκυταλοδρομία 4Χ80 Αγοριών και 1 αθλήτρια στη σκυταλοδρομία 4 x 80 Κοριτσιών.

- Με 3 αθλήτριες σε 3 διαφορετικά ατομικά αγωνίσματα, 1 αθλητή στη σκυταλοδρομία 4 x 80 Αγοριών και 1 αθλήτρια στη σκυταλοδρομία 4 x 80 Κοριτσιών.

▶ **B)** Τα αγωνίσματα που έχουν δικαίωμα συμμετοχής οι γεννηθέντες - θείσες το 2007 είναι:

Κ14: ΑΓΟΡΙΑ & ΚΟΡΙΤΣΙΑ - 2007:

80 - 150 - 1.200 – ΥΨΟΣ - ΕΠΙ ΚΟΝΤΩ – ΜΗΚΟΣ - ΣΦΑΙΡΟΒΟΛΙΑ - ΔΙΣΚΟΒΟΛΙΑ – ΣΦΥΡΟΒΟΛΙΑ – ΑΚΟΝΤΙΣΜΟΣ - 4 x 80 - 3 x 1.200

Ζ6) ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΑ ΠΡΩΤΑΘΛΗΜΑΤΑ ΣΥΝΘΕΤΩΝ ΑΓΩΝΙΣΜΑΤΩΝ:

1) Τα σύνθετα αγωνίσματα της κατηγορίας Κ20, θα διεξαχθούν σε ξεχωριστή ημερομηνία (23-24/5/2020) από τα αγωνίσματα κορμού των αντιστοίχου πρωταθλήματος (27-28/6/2020).

Οι αθλητές – τριες που θα συμμετέχουν στα σύνθετα αγωνίσματα της κατηγορίας Κ20 εξαντλούν το ένα από τα δύο αγωνίσματα που έχουν δικαίωμα συμμετοχής στο αντίστοιχο πανελλήνιο πρωτάθλημα της κατηγορίας Κ20 (27-28/6/2020)

2) Τα σύνθετα αγωνίσματα των κατηγοριών Α/Γ, Κ23, Κ18 και Κ16, θα διεξάγονται στον κύριο κορμό του αντιστοίχου πανελληνίου πρωταθλήματος. Οι αθλητές – τριες που θα συμμετέχουν στα σύνθετα αγωνίσματα, δεν έχουν δικαίωμα να δηλωθούν και να συμμετέχουν και σε δεύτερο αγώνισμα στο αντίστοιχο πρωτάθλημα.

3) Τα επιμέρους αγωνίσματα στα πανελλήνιο πρωταθλήματα συνθέτων αγωνισμάτων είναι τα παρακάτω:

► ΔΕΚΑΘΛΟ ΑΝΔΡΩΝ - Κ23 (ΑΝΔΡΩΝ) – Κ20 (ΑΝΔΡΩΝ) - Κ18 (ΑΝΔΡΩΝ):

Α΄ ΗΜΕΡΑ: 100 – ΜΗΚΟΣ – ΣΦΑΙΡΟΒΟΛΙΑ – ΥΨΟΣ - 400

Β΄ ΗΜΕΡΑ: 110 ΕΜΠ – ΔΙΣΚΟΒΟΛΙΑ - ΕΠΙ ΚΟΝΤΩ – ΑΚΟΝΤΙΣΜΟΣ – 1.500.

► ΕΠΤΑΘΛΟ ΓΥΝΑΙΚΩΝ – Κ23 (ΓΥΝΑΙΚΩΝ) – Κ20 (ΓΥΝΑΙΚΩΝ) - Κ18 (ΓΥΝΑΙΚΩΝ):

Α΄ ΗΜΕΡΑ: 100 ΕΜΠ – ΥΨΟΣ – ΣΦΑΙΡΟΒΟΛΙΑ - 200

Β΄ ΗΜΕΡΑ: ΜΗΚΟΣ – ΑΚΟΝΤΙΣΜΟΣ – 800.

► ΕΞΑΘΛΟ Κ16 (ΑΓΟΡΙΩΝ):

Α΄ ΚΥΚΛΟΣ: 100 ΕΜΠ - ΜΗΚΟΣ

Β΄ ΚΥΚΛΟΣ: ΣΦΑΙΡΟΒΟΛΙΑ - ΥΨΟΣ

Γ΄ ΚΥΚΛΟΣ: ΑΚΟΝΤΙΣΜΟΣ – 1.200

► ΕΞΑΘΛΟ Κ16 (ΚΟΡΙΤΣΙΩΝ):

Α΄ ΚΥΚΛΟΣ: 80 ΕΜΠ - ΜΗΚΟΣ

Β΄ ΚΥΚΛΟΣ: ΣΦΑΙΡΟΒΟΛΙΑ - ΥΨΟΣ

Γ΄ ΚΥΚΛΟΣ: ΑΚΟΝΤΙΣΜΟΣ - 1.200

Η) ΓΕΝΙΚΕΣ ΔΙΑΤΑΞΕΙΣ ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΩΝ ΠΡΩΤΑΘΛΗΜΑΤΩΝ

1) ΒΑΘΜΟΛΟΓΙΑ – ΑΞΙΟΛΟΓΗΣΗ

α) Η βαθμολογία στα ατομικά αγωνίσματα θα είναι: **13 – 11 – 10 – 9 – 8 – 7 – 6 – 5 – 4 – 3 – 2 – 1 – 1 – 1 – 1 – 1.**

β) Η βαθμολογία στις σκυταλοδρομίες θα είναι: **26 – 22 – 20 – 18 – 16 – 14 – 12 – 10 – 8 – 6 – 4 – 2 – 2 – 2 – 2.**

Σημείωση: Η παραπάνω κλίμακα βαθμολογίας ισχύει και για τον καθένα από τους δύο ομίλους του πανελληνίου πρωταθλήματος Κ16. Η συνολική βαθμολογία και κατάταξη των σωματείων θα ισχύει και θα ανακοινώνεται ξεχωριστά για κάθε όμιλο.

Σε κάθε αγώνισμα βαθμολογούνται οι **16 πρώτοι αθλητές – τριες ή ομάδες** με την απαραίτητη βέβαια προϋπόθεση να επιτύχουν τα όρια βαθμολόγησης και καταβολής εξόδων στον προκριματικό ή στον τελικό του αγωνίσματος και να εκπληρώνουν τις προϋποθέσεις βαθμολόγησης που αναφέρονται παρακάτω:

Για τα αγωνίσματα που διεξάγεται προκριματικός και στη συνέχεια τελικός ισχύουν τα παρακάτω:

1) Όταν στον τελικό ένας ή περισσότεροι αθλητές – αθλήτριες συμμετέχουν και τερματίσουν κανονικά, αλλά δεν πετύχουν το όριο βαθμολόγησης, το οποίο όμως έχουν πετύχει στον προκριματικό, τότε βαθμολογούνται κανονικά με τους βαθμούς που αντιστοιχούν στη θέση κατάταξής τους στον τελικό

2) Όταν στον τελικό ένας ή περισσότεροι αθλητές -τριες ή ομάδες σκυταλοδρομίας δεν τερματίσουν ή δεν συμμετέχουν ή κάνουν άκυρες προσπάθειες, όπως επίσης και σε κάθε περίπτωση που από τον κανονισμό δεν υπάρχει κατάταξη αθλητή - τριες, αυτοί ΔΕΝ θα βαθμολογούνται (ανεξάρτητα εάν έχουν πετύχει το όριο στον προκριματικό). Οι αντίστοιχοι βαθμοί δεν θα δίδονται σε κανένα άλλο αθλητή ή ομάδα και η βαθμολογία (για τα αγωνίσματα δρόμων που διεξάγεται τελικός με τη συμμετοχή οχτώ – 8 – αθλητών ή ομάδων), θα συνεχίζεται για τις θέσεις 9 – 16 από τον προκριματικό με τους βαθμούς που αντιστοιχούν σε αυτές τις θέσεις.

ΤΕΧΝΙΚΕΣ ΔΙΑΤΑΞΕΙΣ 2020

Παράδειγμα 1: Στον τελικό των 200 μ. τερμάτισαν 6 από τους 8 αθλητές. Η βαθμολογία έχει ως εξής: 13–11–10–9–8–7 για τους αθλητές του τελικού και 4–3–2–1–1–1–1 για τους καλύτερους αθλητές του προκ/κού που δεν προκρίθηκαν στον τελικό και κατέλαβαν τις θέσεις 9–16 από την επίδοσή τους στον προκριματικό.

Παράδειγμα 2: Στον τελικό των 10.000 μ. από τους 18 αθλητές που τερμάτισαν, πέτυχαν το όριο βαθμολόγησης και καταβολής εξόδων ΜΟΝΟ οι 10. Η βαθμολογία τότε θα έχει ως εξής: 13 – 11 – 10 – 9 – 8 – 7 – 6 – 5 – 4 – 3.

Παράδειγμα 3: Στον τελικό της σφαιροβολίας, από τους 12 αθλητές που προκρίθηκαν για να αγωνιστούν ο ένας δεν συμμετείχε, δύο αθλητές έκαναν μόνο άκυρες προσπάθειες και οι υπόλοιποι εννιά (9) πέτυχαν το όριο βαθμολόγησης. Βαθμολογούνται οι εννιά (9) αθλητές του τελικού με την κλίμακα: 13-11-10-9-8-7-6-5-4 και με την κλίμακα 1–1–1–1, οι καλύτεροι αθλητές του προκ/κού που δεν προκρίθηκαν στον τελικό και κατέλαβαν τις θέσεις 13–16 από την επίδοσή τους στον προκριματικό.

2) ΣΥΜΜΕΤΟΧΗ – ΒΑΘΜΟΛΟΓΙΑ – ΑΞΙΟΛΟΓΗΣΗ ΤΩΝ ΑΘΛΗΤΩΝ – ΑΘΛΗΤΡΙΩΝ ΤΩΝ ΣΥΝΘΕΤΩΝ ΑΓΩΝΙΣΜΑΤΩΝ

1) Για τους αθλητές – τριες των συνθέτων αγωνισμάτων των κατηγοριών που το αγώνισμα τους (Σύνθετο) διεξάγεται μέσα στον κύριο κορμό του αντίστοιχου πανελληνίου πρωταθλήματος ισχύουν τα παρακάτω:

ΚΑΤΗΓΟΡΙΕΣ: ΑΝΔΡΩΝ – ΓΥΝΑΙΚΩΝ, K23, K18, K16: Έχουν δικαίωμα να δηλωθούν και να συμμετέχουν ΜΟΝΟ στο σύνθετο αγώνισμα (δεν έχουν δικαίωμα να δηλωθούν και να συμμετέχουν και σε δεύτερο αγώνισμα).

Βαθμολογούνται οι 16 πρώτοι αθλητές – τριες, με την προϋπόθεση φυσικά ότι θα πετύχουν το αντίστοιχο όριο βαθμολόγησης, με την σταθερή βαθμολογία: **19 - 17 - 15 - 13 - 12 - 11 - 10 - 9 - 8 - 7 - 6 - 5 - 4 - 3 - 2 - 1.**

• 2) Για τους αθλητές – τριες των συνθέτων αγωνισμάτων της κατηγορίας K20 που το αγώνισμα τους (Δέκαθλο - Έπταθλο), διεξάγεται σε διαφορετική ημερομηνία από τα υπόλοιπα αγωνίσματα κορμού του αντίστοιχου πανελληνίου πρωταθλήματος ισχύουν τα παρακάτω:

Οι αθλητές – τριες που θα συμμετέχουν στα σύνθετα αγωνίσματα της κατηγορίας K20 (23-24/5/2020), έχουν δικαίωμα να δηλωθούν και να συμμετέχουν στο αντίστοιχο πρωτάθλημα «κορμού» (K20 - 27-28/6/2020), σε ένα ακόμα ατομικό αγώνισμα ή σε μία σκυταλοδρομία.

-) Στα σύνθετα αγωνίσματα της κατηγορίας K20, βαθμολογούνται οι 16 πρώτοι αθλητές – τριες, με την προϋπόθεση φυσικά ότι θα πετύχουν το αντίστοιχο όριο βαθμολόγησης, με τη σταθερή βαθμολογία: **13 - 11 - 10 - 9 - 8 - 7 - 6 - 5 - 4 - 3 - 2 - 1 - 1 - 1 - 1 - 1.**

3) ΣΥΝΟΛΙΚΗ ΒΑΘΜΟΛΟΓΙΑ ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΩΝ ΠΡΩΤΑΘΛΗΜΑΤΩΝ:

Η συνολική βαθμολογία κάθε κατηγορίας πανελληνίου πρωτ/τος υπολογίζεται από τη βαθμολογία όλων των επί μέρους αγωνισμάτων που συμπεριλαμβάνονται στο συγκεκριμένο πρωτ/μα (π.χ. μαραθώνιος, βάδην) και διεξάγονται από **1/11/2019 – 18/10/2020.**

Το πρώτο σωματείο της συνολικής βαθμολογίας κάθε κατηγορίας πρωταθλήματος (μετά από την οριστικοποίηση της από ενστάσεις ή ακυρώσεις κ.λ.π.), εκπροσωπεί τη χώρα μας στα Ευρωπαϊκά κύπελλα συλλόγων ή όπου αλλού καλείται.

Σημείωση:

1) Για το νικητή σύλλογο θα λαμβάνεται υπ' όψη ΜΟΝΟ η βαθμολογία του πρωταθλήματος και όχι η αξιολόγηση.

2) Για την αξιολόγηση των σωματείων θα υπολογίζονται επίσης, η αξιολόγηση των αθλητών από τους διεθνείς αγώνες και η αξιολόγηση των αθλητών που δεν συμμετείχαν λόγω ταυτόχρονης συμμετοχής τους σε αγώνες ή γενικότερα υποχρεώσεις με τις εθνικές ομάδες.

4) ΠΡΙΜΟΔΟΤΗΣΗ - ΑΞΙΟΛΟΓΗΣΗ ΣΩΜΑΤΕΙΩΝ ΑΠΟ ΔΙΕΘΝΕΙΣ ΣΥΜΜΕΤΟΧΕΣ:

Τα σωματεία θα προμηδοτούνται - αξιολογούνται μέσω της συμμετοχής και διάκρισης των αθλητών τους σε παγκόσμια και ευρωπαϊκά πρωταθλήματα και γενικότερα σε διεθνείς διοργανώσεις, σύμφωνα με τον συνημμένο πίνακα. (π.χ. Εάν συμμετέχει στο παγκόσμιο πρωτάθλημα K20, τότε η αξιολόγηση που θα πάρει θα είναι αντίστοιχης αξίας με την αξιολόγηση του πανελληνίου πρωταθλήματος K20.

5) ΔΙΑΔΟΧΙΚΑ ΎΨΗ:

Τα διαδοχικά ύψη των ειδικών προκηρύξεων θα καθορίζονται κατά τέτοιο τρόπο ώστε:

Τα αρχικά ύψη στον προκριματικό και στον τελικό, να ξεκινούν το ανώτερο από το όριο βαθμολόγησης και καταβολής εξόδων του πρωταθλήματος.

Για τα σύνθετα αγωνίσματα:

Τα αρχικά ύψη (ύψους, επί κοντώ) στα αγωνίσματα των συνθέτων και τετράθλου θα καθορίζονται μετά από συνεννόηση του τεχνικού υπευθύνου – διευθυντή αγώνων, του εφόρου του αγωνίσματος και των αθλητών-τριών που αγωνίζονται.

6) ΕΠΑΘΛΑ:

Στους πρώτους – τες κύπελλο – δίπλωμα – μετάλλιο πανελληνιονίκη χρυσό.

Στους δεύτερους – ρες δίπλωμα – μετάλλιο πανελληνιονίκη αργυρό.

Στους τρίτους – τες δίπλωμα – μετάλλιο πανελληνιονίκη χάλκινο.

Στους πρώτους νικητές συλλόγους της βαθμολογίας του πρωταθλήματος θα απονέμονται κύπελλα.

Τέλος θα βραβεύονται και οι πρώτοι επαρχιακοί σύλλογοι, εκτός Αθήνας, Πειραιά και Θεσσαλονίκης.

7) ΟΙΚΟΝΟΜΙΚΑ:

ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΑ ΠΡΩΤΑΘΛΗΜΑΤΑ ΑΝΟΙΧΤΟΥ ΣΤΙΒΟΥ

Το χρηματικό ποσό κάλυψης των εξόδων μετακίνησης για τα πανελλήνια πρωταθλήματα ανοιχτού στίβου, θα αναφέρεται στην ειδική προκήρυξη του κάθε πρωταθλήματος. Το πλαίσιο κάλυψης εξόδων μετακίνησης θα περιλαμβάνει τις θέσεις κατάταξης των αθλητών και αντίστοιχα των προπονητών, σύμφωνα με τα παρακάτω:

Α/Γ – Κ23 – Κ20 – Κ18

Στα σωματεία που οι αθλητές – αθλήτριές τους, θα καταλάβουν μία από τις θέσεις **1η – 5η** και θα πετύχουν τα όρια βαθμολόγησης - καταβολής εξόδων, θα καταβληθούν τα αντίστοιχα χρηματικά ποσά που αναφέρονται στην ειδική προκήρυξη κάθε πρωταθλήματος.

Για τους αθλητές-αθλήτριες που θα καταλάβουν μία από τις θέσεις **6η – 10η** και θα πετύχουν τα όρια βαθμολόγησης - καταβολής εξόδων θα καταβληθεί το ½ των αντίστοιχων χρηματικών ποσών.

Αθλητής-τρια που προκρίνεται σε τελικό και δεν συμμετέχει λόγω τραυματισμού ή άλλης αιτίας ή δεν τερματίζει ή ακυρώνεται ή κάνει άκυρες προσπάθειες, δικαιούται τα χρήματα που προβλέπονται από την προκήρυξη, ανάλογα φυσικά και με τον αριθμό των αθλητών – τριών που συμμετέχουν στον τελικό, με την προϋπόθεση να έχει διεξαχθεί προκριματικός, στον οποίο έχει συμμετάσχει, προκριθεί και έχει επιτύχει το όριο βαθμολόγησης και καταβολής εξόδων μετακίνησης (π.χ. εφόσον στον τελικό συμμετέχουν μέχρι 9 αθλητές – τριες, στην περίπτωση αυτή καταβάλλεται το ½ του ποσού).

Αθλητής – αθλήτρια ή ομάδα σκυταλοδρομίας που προκρίνεται απ' ευθείας σε τελικό ή σε αγώνισμα που γίνεται απ' ευθείας τελικός και δεν συμμετέχει για οποιαδήποτε αιτία ή δεν τερματίζει ή ακυρώνεται ή κάνει άκυρες προσπάθειες ΔΕΝ δικαιούται έξοδα μετακίνησης.

Για κάθε αθλητή – τρία θα υπολογισθούν μία φορά τα αντίστοιχα έξοδα, σε κάθε περίπτωση.

Κάλυψη Εξόδων Συνοδών:

α) Εάν το σωματείο έχει από 1 μέχρι 10 αθλητές – αθλήτριες στις 10 πρώτες θέσεις (με την προϋπόθεση ότι έχουν πετύχει τα όρια βαθμολόγησης – καταβολής εξόδων):

ΕΝΑΝ ΣΥΝΟΔΟ με 100%, εάν έχει ΕΝΑΝ τουλάχιστον από τους παραπάνω αθλητές στις θέσεις 1 – 5 ή

ΕΝΑΝ ΣΥΝΟΔΟ με 50%, εάν όλοι οι παραπάνω αθλητές – τριες έχουν καταταγεί στις θέσεις 6 – 10.

β) Εάν το σωματείο έχει 11 και περισσότερους αθλητές – αθλήτριες στις 10 πρώτες θέσεις (με την προϋπόθεση ότι έχουν πετύχει τα όρια βαθμολόγησης – καταβολής εξόδων):

ΔΥΟ ΣΥΝΟΔΟΥΣ με 100%, εάν έχει ΕΝΑΝ τουλάχιστον από τους παραπάνω αθλητές στις θέσεις 1 – 5 ή

ΔΥΟ ΣΥΝΟΔΟΥΣ με 50%, εάν όλοι οι παραπάνω αθλητές – αθλήτριες έχουν καταταγεί στις θέσεις 6 – 10.

ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΟ ΠΡΩΤΑΘΛΗΜΑ Κ16 (ΓΙΑ ΚΑΘΕ ΕΝΑΝ ΑΠΟ ΤΟΥΣ ΔΥΟ ΟΜΙΛΟΥΣ ΞΕΧΩΡΙΣΤΑ)

Στα σωματεία που οι αθλητές – αθλήτριές τους, θα καταλάβουν μία από τις θέσεις **1η – 3η** και θα πετύχουν τα όρια βαθμολόγησης - καταβολής εξόδων, θα καταβληθούν τα αντίστοιχα χρηματικά ποσά που θα αναφέρονται στην ειδική προκήρυξη του πρωταθλήματος.

Για τους αθλητές-αθλήτριες που θα καταλάβουν μία από τις θέσεις **4η – 8η** και θα πετύχουν τα όρια βαθμολόγησης - καταβολής εξόδων θα καταβληθεί το ½ των αντίστοιχων χρηματικών ποσών.

Αθλητής - τρία που προκρίνεται σε τελικό και δεν συμμετέχει λόγω τραυματισμού ή άλλης αιτίας ή δεν τερματίζει ή ακυρώνεται ή κάνει άκυρες προσπάθειες, δικαιούται τα χρήματα που προβλέπονται από την προκήρυξη, ανάλογα φυσικά και με τον αριθμό των αθλητών – τριών που συμμετέχουν στον τελικό, με την προϋπόθεση να έχει διεξαχθεί προκριματικός, στον οποίο έχει συμμετάσχει, προκριθεί και έχει επιτύχει το όριο βαθμολόγησης και καταβολής εξόδων μετακίνησης (π.χ. εφόσον στον τελικό συμμετέχουν μέχρι 7 αθλητές – τριες, στην περίπτωση αυτή καταβάλλεται το ½ του ποσού).

ΤΕΧΝΙΚΕΣ ΔΙΑΤΑΞΕΙΣ 2020

Αθλητής – αθλήτρια ή ομάδα σκυταλοδρομίας που προκρίνεται απ' ευθείας σε τελικό ή σε αγώνισμα που γίνεται απ' ευθείας τελικός και δεν συμμετέχει για οποιαδήποτε αιτία ή δεν τερματίζει ή ακυρώνεται ή κάνει άκυρες προσπάθειες ΔΕΝ δικαιούται έξοδα μετακίνησης.

Για κάθε αθλητή – αθλήτρια θα υπολογισθούν μία φορά τα αντίστοιχα έξοδα, σε κάθε περίπτωση.

Κάλυψη Εξόδων Συνοδών:

α) Εάν το σωματείο έχει από 1 μέχρι 10 αθλητές – αθλήτριες στις 8 πρώτες θέσεις (με την προϋπόθεση ότι έχουν πετύχει τα όρια βαθμολόγησης – καταβολής εξόδων):

ΕΝΑΝ ΣΥΝΟΔΟ με 100%, εάν έχει ΕΝΑΝ τουλάχιστον από τους παραπάνω αθλητές στις θέσεις 1 – 3 ή
ΕΝΑΝ ΣΥΝΟΔΟ με 50%, εάν όλοι οι παραπάνω αθλητές – αθλήτριες έχουν καταταγεί στις θέσεις 4 – 8.

β) Εάν το σωματείο έχει 11 και περισσότερους αθλητές – αθλήτριες στις 8 πρώτες θέσεις (με την προϋπόθεση ότι έχουν πετύχει τα όρια βαθμολόγησης – καταβολής εξόδων):

ΔΥΟ ΣΥΝΟΔΟΥΣ με 100%, εάν έχει ΕΝΑΝ τουλάχιστον από τους παραπάνω αθλητές στις θέσεις 1 – 3 ή
ΔΥΟ ΣΥΝΟΔΟΥΣ με 50%, εάν όλοι οι παραπάνω αθλητές – αθλήτριες έχουν καταταγεί στις θέσεις 4 – 8.

ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΟ ΠΡΩΤΑΘΛΗΜΑ ΚΛΕΙΣΤΟΥ ΣΤΙΒΟΥ

Στο πανελλήνιο πρωτάθλημα κλειστού στίβου δεν υπάρχει κάλυψη εξόδων μετακίνησης.

Θ) ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΟ ΠΡΩΤΑΘΛΗΜΑ ΔΡΟΜΟΥ ΣΕ ΑΝΩΜΑΛΟ ΕΔΑΦΟΣ:

1) ΑΓΩΝΙΣΜΑΤΑ

ΑΝΔΡΩΝ:	10.000	ΓΥΝΑΙΚΩΝ:	8.000
K23 (Ανδρών):	8.000	K23 (Γυναικών):	6.000
K20 (Ανδρών):	6.000	K20 (Γυναικών):	4.000
K18 (Ανδρών):	5.000	K18 (Γυναικών):	4.000
K16 (Αγοριών):	4.000	K16 (Κοριτσιών):	3.000

2). ΒΑΘΜΟΛΟΓΙΑ – ΑΞΙΟΛΟΓΗΣΗ:

ΒΑΘΜΟΛΟΓΕΙΤΑΙ - ΑΞΙΟΛΟΓΕΙΤΑΙ ΤΟ 60% ΤΩΝ ΤΕΡΜΑΤΙΣΑΝΤΩΝ ΑΘΛΗΤΩΝ – ΤΡΙΩΝ ΚΑΘΕ ΚΑΤΗΓΟΡΙΑΣ.

ΟΙ 12 ΠΡΩΤΟΙ ΑΘΛΗΤΕΣ – ΤΡΙΕΣ ΚΑΘΕ ΚΑΤΗΓΟΡΙΑΣ ΠΑΙΡΝΟΥΝ ΤΟΥΣ ΙΔΙΟΥΣ ΒΑΘΜΟΥΣ ΑΞΙΟΛΟΓΗΣΗΣ.

(Δηλ. όλοι οι 1οι τους ίδιους βαθμούς, όλοι οι 2οι τους ίδιους... και όλοι οι 12οι τους ίδιους βαθμούς).

Οι βαθμοί του πρώτου νικητή - τριας, ίδιοι σε κάθε κατηγορία, είναι ο αριθμός που μας δίνει το σύνολο των αξιολογηθέντων στην πολυπληθέστερη κατηγορία (ως πολυπληθέστερη κατηγορία υπολογίζουμε αυτή με τους περισσότερους τερματίσαντες).

π.χ. Πολυπληθέστερη είναι η κατηγορία των ανδρών.

Τερμάτισαν 103: Το 60% του 103 είναι $61,8 = 62$

(Στον υπολογισμό του 60% κάθε κατηγορίας, πιθανά δεκαδικά υπόλοιπα στρογγυλοποιούνται στην επόμενη ακέραια μονάδα).

Επομένως οι βαθμοί των πρώτων όλων των κατηγοριών είναι 62, των δεύτερων 61, των τρίτων 60... και των δωδέκατων 51.

Επίσης ο 13ος στην πολυπληθέστερη κατηγορία ΜΟΝΟ (στο παράδειγμα είναι των ανδρών) παίρνει 50 βαθμούς.

Για τις υπόλοιπες θέσεις μετά τη δωδέκατη ισχύουν τα παρακάτω:

Στην ΠΟΛΥΠΛΗΘΕΣΤΕΡΗ κατηγορία ακολουθείται φθίνουσα κλίμακα μίας (1) μονάδας, ξεκινώντας από τον πρώτο αθλητή και φθάνοντας στον τελευταίο αξιολογηθέντα - θείσα, που παίρνει ΕΝΑΝ (1) βαθμό.

Στις ΥΠΟΛΟΙΠΕΣ κατηγορίες ακολουθείται φθίνουσα κλίμακα, ΒΑΣΗ ΣΥΝΤΕΛΕΣΤΗ, από το 13ο αθλητή - τρια μέχρι και τον τελευταίο αξιολογηθέντα - θείσα.

Ο ΣΥΝΤΕΛΕΣΤΗΣ ΚΑΘΕ ΚΑΤΗΓΟΡΙΑΣ ΕΙΝΑΙ: ΤΟ ΠΗΛΙΚΟ ΤΗΣ ΔΙΑΙΡΕΣΗΣ ΤΩΝ ΒΑΘΜΩΝ ΤΟΥ 13ΟΥ ΑΘΛΗΤΗ ΤΗΣ ΠΟΛΥΠΛΗΘΕΣΤΕΡΗΣ ΚΑΤΗΓΟΡΙΑΣ, ΔΙΑ ΤΟΥ ΑΡΙΘΜΟΥ ΠΟΥ ΠΡΟΚΥΠΤΕΙ ΟΤΑΝ ΑΠΟ ΤΟ 60% ΤΩΝ ΤΕΡΜΑΤΙΣΑΝΤΩΝ ΑΘΛΗΤΩΝ ΚΑΘΕ ΚΑΤΗΓΟΡΙΑΣ ΑΦΑΙΡΕΣΟΥΜΕ ΤΟΝ ΑΡΙΘΜΟ 12.

(δηλαδή τους 12 πρώτους αθλητές - τριες, που παίρνουν τους ίδιους βαθμούς αξιολόγησης σε όλες της κατηγορίες).

Παράδειγμα : π.χ. Πολυπληθέστερη είναι η κατηγορία των Ανδρών και τερμάτισαν 103.

Στην κατηγορία ΓΥΝΑΙΚΩΝ τερμάτισαν 46 αθλήτριες.

Το 60% του 46 είναι $27,6 = 28$.

Αξιολογούνται δηλαδή οι 28 πρώτες αθλήτριες.

Οι 12 πρώτες αθλήτριες (ΓΥΝΑΙΚΕΣ) παίρνουν τους ίδιους βαθμούς με την κατηγορία των ανδρών (πολυπληθέστερη), η 13η ΓΥΝΑΙΚΑ βαθμολογείται με τη διαφορά που προκύπτει όταν από τους βαθμούς της 12ης αθλήτριας της κατηγορίας γυναικών (που είναι ίδιοι σε όλες τις κατηγορίες), δηλ. τους 51, αφαιρέσουμε το ΣΥΝΤΕΛΕΣΤΗ φθίνουσας κλίμακας βαθμολογίας, που για τη συγκεκριμένη κατηγορία είναι **3,12** ($50 : 16 = 3,12$) « 50 είναι οι βαθμοί του 13ου αθλητή της πολυπληθέστερης κατηγορίας και 16 είναι ο αριθμός των υπολοίπων τερματιστών της συγκεκριμένης κατηγορίας που αξιολογούμε (γυναικών), αφού αφαιρέσουμε τον αριθμό 12 (12 πρώτες).
Επομένως η 13η αθλήτρια παίρνει $51 - 3,12 = 47,88$ βαθμούς, η 14η παίρνει $47,88 - 3,12 = 44,76$... η 28η παίρνει 1 βαθμό.

Όλοι οι τελευταίοι αξιολογηθέντες – θέσεις, σε όλες τις κατηγορίες, βαθμολογούνται με ENAN (1) βαθμό, με την προϋπόθεση ότι είναι από την 13η θέση και μετά.

3) ΟΙΚΟΝΟΜΙΚΑ – ΕΞΟΔΑ ΜΕΤΑΚΙΝΗΣΗΣ:

Στο πανελλήνιο πρωτάθλημα δρόμου σε ανώμαλο έδαφος, καταβάλλονται (στα σωματεία) έξοδα μετακίνησης για τους αθλητές-τριες τους σύμφωνα με τα παρακάτω:

A) Για τους αθλητές - τριες που θα καταλάβουν μία από τις **8 πρώτες θέσεις** της κατάταξης, θα καταβάλλεται το 100% των χρηματικών ποσών που αναφέρονται στον συνημμένο πίνακα της ειδικής προκήρυξης και ανάλογα με το νομό προέλευσης του κάθε σωματείου.

B) Επίσης θα καταβάλλεται το ½ (50%) των αντίστοιχων ποσών σύμφωνα με τα παρακάτω:

1) Στους αθλητές - αθλήτριες που τερμάτισαν στις θέσεις 9 – 12, με την προϋπόθεση ότι στην κατηγορία τους τερμάτισαν μέχρι 50 αθλητές – αθλήτριες.

2) Στους αθλητές - αθλήτριες που τερμάτισαν στις θέσεις 9 – 16, με την προϋπόθεση ότι στην κατηγορία τους τερμάτισαν 51 και περισσότεροι αθλητές – αθλήτριες.

Έξοδα μετακίνησης καταβάλλονται στους συνοδούς των αθλητών-τριών σύμφωνα με τα παρακάτω :

α. Για τα σωματεία που έχουν από 1-9 αθλητές-τριες συνολικά, για τους οποίους θα καλυφθούν έξοδα μετακίνησης, τότε θα καλυφθούν τα έξοδα (100% του ποσού), ενός (1) συνοδού.

β. Για τα σωματεία που έχουν από 10 αθλητές-τριες και πάνω, για τους οποίους θα καλυφθούν έξοδα μετακίνησης, θα καλυφθούν τα έξοδα (100% του ποσού), δύο (2) συνοδών.

I) ΚΟΙΝΕΣ ΓΕΝΙΚΕΣ ΔΙΑΤΑΞΕΙΣ ΔΙΑΣΥΛΛΟΓΙΚΩΝ ΑΓΩΝΩΝ ΚΑΙ ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΩΝ ΠΡΩΤΑΘΛΗΜΑΤΩΝ

1) ΟΡΓΑΝΑ ΡΙΦΕΩΝ – ΥΨΗ – ΑΠΟΣΤΑΣΕΙΣ ΕΜΠΟΔΙΩΝ:

Ανάλογα με την κατηγορία του πρωταθλήματος και αγώνα που διεξάγεται, θα χρησιμοποιούνται και τα αντίστοιχα όργανα και ύψη - αποστάσεις εμποδίων όπως αναφέρονται στον παρακάτω πίνακα:

ΚΑΤΗΓΟΡΙΑ	ΣΦΑΙΡΑ	ΔΙΣΚΟΣ	ΑΚΟΝΤΙΟ	ΣΦΥΡΑ
K14 - ΑΓΟΡΙΩΝ	3 κ.	ΟΧΙ	ΜΠΑΛΑΚΙ 200 γρ. ή VORTEX 130γρ.	ΟΧΙ
K16 - ΑΓΟΡΙΩΝ	4 κ.	1 κ.	600 γρ.	4 κ.
K18 - ΑΝΔΡΩΝ	5 κ.	1.500 γρ.	700 γρ.	5 κ.
K20 - ΑΝΔΡΩΝ	6 κ.	1.750 γρ.	800 γρ.	6 κ.
K23 - ΑΝΔΡΩΝ	7.260 γρ.	2 κ.	800 γρ.	7.260 γρ.
ΑΝΔΡΩΝ	7.260 γρ.	2 κ.	800 γρ.	7.260 γρ.
K14 - ΚΟΡΙΤΣΙΩΝ	3 κ.	ΟΧΙ	ΜΠΑΛΑΚΙ 200 γρ. ή VORTEX 130γρ.	ΟΧΙ
K16 - ΚΟΡΙΤΣΙΩΝ	3 κ.	1 κ.	500 γρ.	3 κ.
K18 - ΓΥΝΑΙΚΩΝ	3 κ.	1 κ.	500 γρ.	3 κ.
K20 - ΓΥΝΑΙΚΩΝ	4 κ.	1 κ.	600 γρ.	4 κ.
K23 - ΓΥΝΑΙΚΩΝ	4 κ.	1 κ.	600 γρ.	4 κ.
ΓΥΝΑΙΚΩΝ	4 κ.	1 κ.	600 γρ.	4 κ.

Παρατήρηση: Οι αθλητές - τριες έχουν δικαίωμα να χρησιμοποιήσουν στους αγώνες και δικιά τους όργανα, με την προϋπόθεση ότι αυτά είναι ελεγμένα και σημειωμένα για την έγκρισή τους από την οργανωτική επιτροπή και γενικώς είναι σύμφωνα με όλα όσα αναφέρονται στους κανονισμούς.

ΤΕΧΝΙΚΕΣ ΔΙΑΤΑΞΕΙΣ 2020

ΥΨΗ – ΑΠΟΣΤΑΣΕΙΣ ΕΜΠΟΔΙΩΝ						
ΚΑΤΗΓΟΡΙΑ	ΑΓΩΝΙΣΜΑ	ΑΡΙΘΜΟΣ ΕΜΠΟΔΙΩΝ	ΥΨΟΣ ΕΜΠΟΔΙΟΥ	ΑΠΟΣΤΑΣΗ ΑΦΕΤΗΡΙΑΣ 1ου	ΕΝΔΙΑΜΕΣΗ ΑΠΟΣΤΑΣΗ	ΤΕΛΕΥΤΑΙΟ ΕΩΣ ΤΕΡΜΑΤΙΣΜΟ
K14 - ΑΓΟΡΙΩΝ	60μ ΕΜΠ	6	0,50 Τέτραθλο	12	7,50	10,50
K16 - ΑΓΟΡΙΩΝ	100μ ΕΜΠ	10	0,84	13	8,50	10,50
	200μ ΕΜΠ	5	0,76	20	35	40
K18 - ΑΝΔΡΩΝ	110μ ΕΜΠ	10	0,91	13,72	9,14	14,02
	400μ ΕΜΠ	10	0,84	45	35	40
K20 - ΑΝΔΡΩΝ	110μ ΕΜΠ	10	1,00	13,72	9,14	14,02
	400μ ΕΜΠ	10	0,91	45	35	40
K23 - ΑΝΔΡΩΝ	110μ ΕΜΠ	10	1,06	13,72	9,14	14,02
	400μ ΕΜΠ	10	0,91	45	35	40
K16 - ΑΓΟΡΙΩΝ	2.000 Φ.Ε. (Χ.Λ.)	18	0,76			
K18 - ΑΝΔΡΩΝ	2.000 Φ.Ε.	18 + 5	0,84			
K20 – K23 - ΑΝΔΡΩΝ	3.000 Φ.Ε.	28 + 7	0,91			
K14 - ΚΟΡΙΤΣΙΩΝ	60μ ΕΜΠ	6	0,50 Τέτραθλο	12	7	13
K16 - ΚΟΡΙΤΣΙΩΝ	80μ ΕΜΠ	8	0,76	13	8	11
	200μ ΕΜΠ	5	0,76	20	35	40
K18 - ΓΥΝΑΙΚΩΝ	100μ ΕΜΠ	10	0,76	13	8,50	10,50
	400μ ΕΜΠ		0,76	45	35	40
K20 - ΓΥΝΑΙΚΩΝ	100μ ΕΜΠ	10	0,84	13	8,50	10,50
	400μ ΕΜΠ		0,76	45	35	40
K23 (ΓΥΝΑΙΚΩΝ) & ΓΥΝΑΙΚΩΝ)	100μ ΕΜΠ	10	0,84	13	8,50	10,50
	400μ ΕΜΠ		0,76	45	35	40
K16 - ΚΟΡΙΤΣΙΩΝ K18 - ΓΥΝΑΙΚΩΝ K20 – K23 - ΓΥΝΑΙΚΩΝ	2.000 Φ.Ε. (Χ.Λ.)	18	0,76			
	2.000 Φ.Ε.	18 + 5				
	3.000 Φ.Ε.	28 + 7				

ΥΨΗ – ΑΠΟΣΤΑΣΕΙΣ ΕΜΠΟΔΙΩΝ ΣΤΟΝ ΚΛΕΙΣΤΟ ΣΤΙΒΟ						
ΚΑΤΗΓΟΡΙΑ	ΑΓΩΝΙΣΜΑ	ΑΡΙΘΜΟΣ ΕΜΠΟΔΙΩΝ	ΥΨΟΣ ΕΜΠΟΔΙΟΥ	ΑΠΟΣΤΑΣΗ ΑΦΕΤΗΡΙΑΣ 1ου ΕΜΠ.	ΕΝΔΙΑΜΕΣΗ ΑΠΟΣΤΑΣΗ	ΤΕΛΕΥΤΑΙΟ ΜΕΧΡΙ ΤΕΡΜΑΤΙΣΜΟ
K14- ΑΓΟΡΙΩΝ	60 μ.	6	0,76	12	7,50	10,50
K14 - ΚΟΡΙΤΣΙΩΝ		6	0,76	12	7	13
K16 - ΑΓΟΡΙΩΝ		5	0,84	13	8,50	13
K16 - ΚΟΡΙΤΣΙΩΝ		5	0,76	13	8	15
K18 - ΑΝΔΡΩΝ		5	0,91	13,72	9,14	9,72
K18 - ΓΥΝΑΙΚΩΝ		5	0,76	13	8,50	13
K20 - ΑΝΔΡΩΝ		5	1,00	13,72	9,14	9,72
K20 - ΓΥΝΑΙΚΩΝ		5	0,84	13	8,50	13
ΑΝΔΡΩΝ		5	1,06	13,72	9,14	9,72
ΓΥΝΑΙΚΩΝ		5	0,84	13	8,50	13

2) ΧΡΟΝΙΚΗ ΠΕΡΙΟΔΟΣ ΚΑΙ ΑΓΩΝΕΣ ΠΟΥ ΑΞΙΟΛΟΓΟΥΝΤΑΙ:

Για την αξιολόγηση των σωματείων κάθε χρονιάς και συγκεκριμένα για το χρονικό διάστημα από 1/10 του προηγούμενου έτους μέχρι 18/10 του τρέχοντος έτους, υπολογίζονται οι διασυλλογικοί αγώνες, τα πανελλήνια πρωταθλήματα και οι συμμετοχές και διάκριση των αθλητών στους διεθνείς αγώνες.

3) ΠΟΣΟΣΤΙΑΙΑ ΚΑΤΑΝΟΜΗ ΤΗΣ ΑΞΙΟΛΟΓΗΣΗΣ ΔΙΑΣΥΛΛΟΓΙΚΩΝ ΑΓΩΝΩΝ ΚΑΙ ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΩΝ ΠΡΩΤΑΘΛΗΜΑΤΩΝ:

ΚΑΤΗΓΟΡΙΑ ΠΡΩΤΑΘΛΗΜΑΤΟΣ ΚΑΙ ΑΓΩΝΩΝ	ΠΟΣΟΣΤΟ (%)
ΔΙΑΣΥΛΛΟΓΙΚΟΙ ΑΓΩΝΕΣ	26 %
ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΟ Κ16	17 %
ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΟ Κ18	15 %
ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΟ Κ20	15 %
ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΟ ΑΝΔΡΩΝ – ΓΥΝΑΙΚΩΝ	14 %
ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΟ Κ23	10 %
ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΟ ΑΝΩΜΑΛΟΥ	3 %
ΣΥΝΟΛΟ	100 %

4) ΑΞΙΟΛΟΓΗΣΗ ΣΩΜΑΤΕΙΩΝ ΑΠΟ ΜΕΤΕΓΓΡΑΦΕΣ ΑΘΛΗΤΩΝ:

1) Όπως αναφέρεται στον ισχύοντα κανονισμό εγγραφών – μετεγγραφών, για τις περιπτώσεις των αθλητών – τριών που παίρνουν μετεγγραφή σύμφωνα με το άρθρο 5. παρ. 3 (μετοίκηση λόγω εγγραφής σε ανώτερο ή ανώτατο δημόσιο εκπαιδευτικό ίδρυμα) και παρ. 4 α.β. (μετοίκηση για λόγους επαγγελματικούς), καθώς και το άρθρο 6.4 (μετοίκηση λόγω εγγραφής σε ανώτερο ή ανώτατο δημόσιο εκπαιδευτικό ίδρυμα ή για λόγους επαγγελματικούς και ανεξαρτήτως χιλιομετρικής απόστασης, με τη συγκατάθεση του σωματείου του) ισχύουν τα παρακάτω:

«Για τις τρεις (3) πρώτες αγωνιστικές περιόδους, μετά την έγκριση της μεταγραφής, **οι βαθμοί αξιολόγησης** από τις διακρίσεις του αθλητή στους διασυλλογικούς αγώνες και στα πανελλήνια πρωταθλήματα στίβου θα μοιράζονται στα δύο σωματεία».

2) «Το ίδιο ισχύει και για τις περιπτώσεις εκείνες των αθλητών που θα αποκτώνται μετά από προσφυγή στο ΑΣΕΑΔ, για τα παραπάνω συγκεκριμένα άρθρα 5.5, 6.α.β. και 6.3, καίτοι είχε απορριφθεί η αίτηση μεταγραφής τους από την επιτροπή μεταγραφών».

5) ΓΕΝΙΚΗ ΣΗΜΕΙΩΣΗ ΓΙΑ ΤΗ ΒΑΘΜΟΛΟΓΙΑ – ΑΞΙΟΛΟΓΗΣΗ ΣΕ ΟΛΑ ΤΑ ΑΞΙΟΛΟΓΟΥΜΕΝΑ ΠΡΩΤΑΘΛΗΜΑΤΑ ΚΑΙ ΑΓΩΝΕΣ:

Στα αξιολογούμενα πρωταθλήματα και αγώνες (Πανελλήνια – Διασυλλογικοί), οι βαθμοί που απορρέουν από την κατάταξη των αθλητών – αθλητριών που αποκτήθηκαν την τελευταία μεταγραφική περίοδο, με απόφαση του Α.Σ.Ε.Α.Δ., **καθ' υπέρβαση των αριθμητικών διατάξεων του κανονισμού εγγραφών – μετεγγραφών του Σ.Ε.Γ.Α.Σ.** και των οποίων οι σχετικές αιτήσεις είχαν απορριφθεί από την επιτροπή μετεγγραφών, **δεν προσμετρώνται στην ετήσια αξιολόγηση του σωματείου.**

6) ΑΞΙΟΛΟΓΗΣΗ ΣΩΜΑΤΕΙΩΝ ΑΠΟ ΔΙΕΘΝΕΙΣ ΑΓΩΝΕΣ:

Η αξιολόγηση που συγκεντρώνουν τα σωματεία στα πανελλήνια πρωταθλήματα και επιπλέον η αξιολόγηση που θα πάρουν οι αθλητές – τριες (Α/Γ – Κ23 – Κ20 και Κ18) από τη συμμετοχή και διάκρισή τους σε παγκόσμια και ευρωπαϊκά πρωταθλήματα και γενικότερα σε διεθνείς αγώνες, σύμφωνα με το συνημμένο πίνακα, υπολογίζονται ξεχωριστά στην αξιολόγηση ανάλογα με τα ποσοστά του κάθε πανελλήνιου πρωταθλήματος.

Η παραπάνω αξιολόγηση από τη συμμετοχή και διάκριση των αθλητών σε διεθνείς αγώνες θα υπολογίζεται **ΜΟΝΟ** για τη ΣΥΝΟΛΙΚΗ ΕΤΗΣΙΑ ΑΞΙΟΛΟΓΗΣΗ και ΠΑΝΕΛΛΑΔΙΚΗ ΚΑΤΑΤΑΞΗ ΤΟΥ ΣΩΜΑΤΕΙΟΥ και σε καμία περίπτωση για την βαθμολογία - κατάταξη του αντίστοιχου πανελλήνιου πρωταθλήματος.

7) ΠΡΙΜΟΔΟΤΗΣΗ ΣΩΜΑΤΕΙΩΝ ΑΠΟ ΤΗ ΣΥΜΜΕΤΟΧΗ ΤΩΝ ΑΘΛΗΤΩΝ – ΑΘΛΗΤΡΙΩΝ ΤΟΥΣ ΣΕ ΑΓΩΝΕΣ Η ΥΠΟΧΡΕΩΣΕΙΣ ΜΕ ΤΙΣ ΕΘΝΙΚΕΣ ΟΜΑΔΕΣ:

Όταν ένας αθλητής - τρια αγωνίζεται ή έχει υποχρεώσεις (προετοιμασίες κ.λπ.) με την Εθνική ομάδα και υπάρχουν ταυτόχρονα αγώνες με αξιολόγηση σωματείων, τότε το σωματείο του αθλητή - τριας θα **πριμοδοτείται** με τους παρακάτω βαθμούς αξιολόγησης:

α) Αν διεξάγονται διασυλλογικοί αγώνες της κατηγορίας και του αγωνίσματος του αθλητή-τριας, τότε το σωματείο **πριμοδοτείται** με τους ανώτερους βαθμούς της κλίμακας βαθμολόγησης του συγκεκριμένου διασυλλογικού πρωταθλήματος.

β) Αν διεξάγονται διασυλλογικοί αγώνες του αγωνίσματος του αθλητή-τριας αλλά ανώτερης κατηγορίας, τότε το σωματείο **πριμοδοτείται** με το ½ των ανώτερων βαθμών του συγκεκριμένου διασυλλογικού πρωταθλήματος «στρογγυλεμένων» προς τα επάνω.

γ) Αν διεξάγονται πανελλήνιοι αγώνες της κατηγορίας και του αγωνίσματος του αθλητή-τριας, τότε το σωματείο **πριμοδοτείται** με ένδεκα (11) βαθμούς του αντίστοιχου πανελλήνιου πρωταθλήματος.

δ) Αν διεξάγονται πανελλήνιοι αγώνες του αγωνίσματος του αθλητή-τριας αλλά της αμέσως ανώτερης ηλικιακής κατηγορίας, τότε το σωματείο **πριμοδοτείται** με επτά (7) βαθμούς του αντίστοιχου πανελλήνιου πρωταθλήματος.

ε) Αν διεξάγονται πανελλήνιοι αγώνες του αγωνίσματος του αθλητή-τριας αλλά ανώτερης κατά δύο ηλικιακές κατηγορίες, τότε το σωματείο **πριμοδοτείται** με τέσσερις (4) βαθμούς του αντίστοιχου πανελλήνιου πρωταθλήματος (π.χ. Εφηβος αθλητής συμμετέχει σε διεθνή αγώνα της κατηγορίας του και ταυτόχρονα διεξάγεται το πανελλήνιο πρωτ/μα Ανδρών).

ΤΕΧΝΙΚΕΣ ΔΙΑΤΑΞΕΙΣ 2020

στ) Για τους συμμετέχοντες στα αγωνίσματα των σκυταλοδρομιών (βασικούς και αναπληρωματικούς), το σωματείο δικαιούται το ½ των αντιστοιχών βαθμών «στρογγυλεμένων» προς τα επάνω.

ζ) Αν διεξάγονται πανελλήνιοι αγώνες της κατηγορίας και του αγωνίσματος του αθλητή-τριας και αυτός συμμετέχει με την Εθνική ομάδα σε αγώνες ανώτερης ηλικιακής κατηγορίας (ανεξάρτητα εάν συμμετέχει σε ατομικό αγώνισμα ή σκυταλοδρομία «βασικός ή αναπληρωματικός»), τότε το σωματείο πριμοδοτείται με ένδεκα (11) βαθμούς του αντιστοιχού πανελληνίου πρωταθλήματος.

η) Οι παραπάνω βαθμοί δίνονται, ΜΟΝΟ εάν το αγώνισμα ή τα αγωνίσματα που συμμετέχει ο αθλητής – τρια με την Εθνική ομάδα συμπεριλαμβάνονται στο αντίστοιχο πρόγραμμα του αξιολογούμενου πρωταθλήματος ή είναι αντίστοιχα και στο οποίο δεν συμμετέχει ο αθλητής-τρια. Ο ανώτερος αριθμός αγωνισμάτων που θα αξιολογείται ο αθλητής, θα είναι ο αντίστοιχος που έχει δικαίωμα να συμμετάσχει ο αθλητής, σύμφωνα με την προκήρυξη του αξιολογούμενου πρωταθλήματος.

• Εξαιρούνται, απ' όσα αναφέρονται στην παράγραφο (ζ), οι αθλητές – τριες που συμμετέχουν με την Εθνική ομάδα σε ΣΥΝΘΕΤΑ ΑΓΩΝΙΣΜΑΤΑ και ταυτόχρονα διεξάγεται αξιολογημένο πρωτάθλημα. Τότε οι αθλητές – τριες αυτοί αξιολογούνται, σύμφωνα με όλα όσα αναφέρονται στις παραπάνω παραγράφους (α, β, γ, δ, ε και στ), αλλά σε ΕΝΑ ΜΟΝΟ ΑΓΩΝΙΣΜΑ (ανεξάρτητα εάν στο αξιολογούμενο πρωτάθλημα διεξάγονται σύνθετα αγωνίσματα ή όχι) και με την προϋπόθεση φυσικά ότι δεν έχουν εξαντλήσει τη συμμετοχή τους στα αγωνίσματα που έχουν δικαίωμα συμμετοχής στο συγκεκριμένο αξιολογούμενο πρωτάθλημα.

θ) Αντίστοιχα με όλα τα παραπάνω σε ότι έχει σχέση με τη βαθμολογία – αξιολόγηση, θα ισχύουν και για το πανελλήνιο πρωτάθλημα δρόμου σε ανώμαλο έδαφος.

8) ΓΡΑΜΜΑΤΙΑ ΕΙΣΠΡΑΞΗΣ ΣΩΜΑΤΕΙΩΝ:

Εάν τα σωματεία δεν καταθέσουν τα γραμμάτια τους μετά το τέλος των αγώνων, για οποιοδήποτε λόγο, θα πρέπει να τα στείλουν στον Σ.Ε.Γ.Α.Σ. το αργότερο μέχρι το τέλος του τρέχοντος έτους.

Σε διαφορετική περίπτωση δεν θα καταβάλλονται τα έξοδα μετακίνησης των σωματείων.

9) ΕΙΔΙΚΕΣ ΔΙΑΤΑΞΕΙΣ:

Όλοι οι αθλητές – τριες πρέπει **45' τουλάχιστον πριν** από τους προκριματικούς και τους αγώνες επιλογής και 30' πριν από τους τελικούς, (εκτός εάν αναφέρεται διαφορετική ώρα παρουσίασης στην ειδική προκήρυξη του πρωταθλήματος), να παρουσιάζονται στην αίθουσα κλήσης **ΑΥΤΟΠΡΟΣΩΠΩΣ** για να δηλώσουν την παρουσία τους, προσκομίζοντας το δελτίο τους και την κάρτα υγείας αθλητή.

Στους αγώνες επιλογής των ρίψεων και των αλμάτων (τρεις προσπάθειες - εκτός από το ύψος και το επί κοντώ), αν δεν υπερβούν το όριο 12 αθλητές - τριες τότε προκρίνονται για τον ΤΕΛΙΚΟ οι αμέσως επόμενοι μέχρι και τον 12ο της κατάταξης. Επομένως όλες οι ισοπαλίες θα λύνονται σύμφωνα με τους κανονισμούς, μέχρι να γίνει τελική κατάταξη.

Στους τελικούς των ρίψεων και των αλμάτων (εκτός από το ύψος και το επί κοντώ) όλοι οι αθλητές – τριες μετέχουν με τρεις προσπάθειες και οι 8 πρώτοι συνεχίζουν με άλλες τρεις (3).

Οι αγώνες θα διεξαχθούν σύμφωνα με τους κανονισμούς στίβου της WA (World Athletics) **2020 – 2021** και τις διατάξεις του Σ.Ε.Γ.Α.Σ.

Ότι δεν προβλέπεται από την εκάστοτε προκήρυξη θα ρυθμίζεται από τον τεχνικό υπεύθυνο – διευθυντή αγώνων και τον Αλυτάρχη, σύμφωνα με τους κανονισμούς.

Για τη συμμετοχή των αθλητών – τριών και τον τρόπο διεξαγωγής των αγωνισμάτων (αριθμός σειρών – τρόπος πρόκρισης κ.λπ.), την τελική απόφαση και ευθύνη έχει ο τεχνικός υπεύθυνος - διευθυντής αγώνων.

Καθορίζεται ότι στα αγωνίσματα κονίστρας των πανελληνίων πρωταθλημάτων, μέχρι του αριθμού συμμετοχής ΔΕΚΑΤΕΣΣΑΡΩΝ (14) αθλητών – τριών, ΔΕΝ θα διεξάγεται προκριματικός αγώνας, αλλά θα διεξάγεται απ' ευθείας ΤΕΛΙΚΟΣ.

Είναι δυνατή η κατάργηση προκριματικού ή αγώνα επιλογής σε κάποιο αγώνισμα, εφόσον δεν υπάρχει μεγάλη συμμετοχή.

Μετά τη διεξαγωγή κάθε τελικού αγωνίσματος, οι 3 πρώτοι νικητές – τριες πρέπει να προσέρχονται στον χώρο απονομής των επάθλων.

Τα αγωνίσματα των ΣΚΥΤΑΛΟΔΡΟΜΙΩΝ στα πανελλήνια πρωταθλήματα διεξάγονται όλα σε ΤΕΛΙΚΕΣ ΣΕΙΡΕΣ.

10) ΑΙΘΟΥΣΑ ΚΛΗΣΗΣ:

Μια από τις σημαντικότερες λειτουργίες στην σωστή διοργάνωση ενός αγώνα είναι η αίθουσα κλήσης. Έτσι η λειτουργία της θα χαρακτηρίζεται από τα παρακάτω:

1) Η υπηρεσία του Σ.Ε.Γ.Α.Σ., σε συνεργασία με τον τεχνικό υπεύθυνο – διευθυντή αγώνων θα ελέγξουν, από την προηγούμενη ημέρα, τις δηλώσεις συμμετοχής των σωματείων. Στη συνέχεια θα γράφονται στα πινάκια οι αθλητές – τριες που θα παρουσιάζονται στην αίθουσα κλήσης. Όταν πρόκειται για δρομικά αγωνίσματα, οι υπεύθυνοι της αίθουσας κλήσης, θα συνεργάζονται με τον τεχνικό υπεύθυνο – διευθυντή αγώνων για τον καθορισμό των σειρών και τον τρόπο πρόκρισης (ανάλογα με το σύστημα που θα εφαρμόζεται και το οποίο θα αναφέρεται στην ειδική προκήρυξη).

- 2) Απαγορεύεται η είσοδος σε οποιονδήποτε προπονητή ή συνοδό στην αίθουσα κλήσης, εκτός από τον επίσημο εκπρόσωπο του συλλόγου.
- 3) Οι τελικές δηλώσεις των συλλόγων για τις σκυτάλες θα γίνονται μόνο από τον εκπρόσωπο του συλλόγου, ο οποίος θα δηλώνει και τη ακριβή σειρά των αθλητών που θα τρέξουν.
- 4) Σε χώρο της αίθουσας κλήσης ειδικά διαμορφωμένο οι εκπρόσωποι των σωματείων θα μπορούν να καταθέτουν γραπτώς αίτηση προς τον τεχνικό υπεύθυνο των αγώνων, για εξέταση τυχόν παραλείψεων (π.χ. δηλωμένος αθλητής που δεν υπάρχει ο αριθμός του) ή άλλων προβλημάτων, την παραμονή των αγώνων.
- 5) Οι υπεύθυνοι της αίθουσας κλήσης θα ελέγχουν τα δελτία των αγωνιζομένων και δεν θα καταχωρούν στα πινάκια κανένα αθλητή του οποίου η κάρτα υγείας αθλητή δεν είναι θεωρημένη ιατρικώς, σύμφωνα με την ισχύουσα νομοθεσία.**

6. Ειδικά για το πανελλήνιο πρωτάθλημα ΑΝΔΡΩΝ – ΓΥΝΑΙΚΩΝ, η λειτουργία της αίθουσας κλήσης θα προσαρμόζεται στις διεθνείς προδιαγραφές (όπως γίνεται τα τελευταία χρόνια), με στόχο το καλύτερο οργανωτικό αποτέλεσμα και επιπλέον όλοι οι εμπλεκόμενοι (αθλητές, προπονητές, συνοδοί, κριτές) να εξοικειώνονται ανάλογα και έτσι οι αθλητές μας που αγωνίζονται σε διεθνείς διοργανώσεις να μην αντιμετωπίζουν κανένα πρόβλημα προσαρμογής.

Για τα υπόλοιπα πρωταθλήματα θα εξετάζεται κατά περίπτωση, ανάλογα και με το στάδιο διεξαγωγής των αγώνων και το προσωπικό «εθελοντές» που θα υπάρχει.

11) ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ ΑΓΩΝΩΝ:

Τα αποτελέσματα των αγώνων θα εμφανίζονται σε ευκρινές και προσιτό σημείο για να τα βλέπουν οι ενδιαφερόμενοι. Αποτελέσματα θα παίρνει μόνο ο εκπρόσωπος του συλλόγου.

12) ΤΕΧΝΙΚΟΣ ΥΠΕΥΘΥΝΟΣ - ΔΙΕΥΘΥΝΤΗΣ ΑΓΩΝΩΝ:

Για τα πανελλήνια πρωταθλήματα: Ορίζεται από το Δ.Σ. του Σ.Ε.Γ.Α.Σ., ο διευθυντής αγώνων του Σ.Ε.Γ.Α.Σ. ή ένας από τους τεχνικούς συμβούλους της ανάπτυξης ή ένας από τους εθνικούς προπονητές.

Ο τεχνικός υπεύθυνος - διευθυντής αγώνων συνεργάζεται στενά με τον Αλυτάρχη των αγώνων, όπως ορίζει ο γενικός κανονισμός οργάνωσης και διεξαγωγής πρωταθλημάτων και αγώνων της ομοσπονδίας.

Για τους διασυλλογικούς αγώνες: Καθήκοντα τεχνικού υπεύθυνου – διευθυντή αγώνων εκτελεί ένας εκ των τεχνικών συμβούλων της ανάπτυξης (στους ομίλους) ή ο τεχνικός σύμβουλος της Ε.Α.Σ. που διοργανώνει τους αγώνες

13) ΤΕΧΝΙΚΗ ΣΥΣΚΕΨΗ ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΩΝ ΠΡΩΤΑΘΛΗΜΑΤΩΝ:

Την προηγούμενη ημέρα της έναρξης των αγώνων (και όταν αυτό είναι δυνατόν) θα γίνεται τεχνική σύσκεψη για την καλύτερη διοργάνωση των αγώνων. Στην τεχνική σύσκεψη θα συμμετέχουν:

1. Ο εκπρόσωπος του Δ.Σ. του Σ.Ε.Γ.Α.Σ. - Οργανωτικός εκπρόσωπος, ως πρόεδρος.
2. Ο πρόεδρος της οργανωτικής επιτροπής.
3. Ο τεχνικός διευθυντής των αγώνων του Σ.Ε.Γ.Α.Σ.
4. Ο αντίστοιχος τεχνικός σύμβουλος ανάπτυξης
5. Ο αντίστοιχος εθνικός προπονητής.
6. Ο τεχνικός σύμβουλος της τοπικής Ε.Α.Σ.
7. Ο τεχνικός υπεύθυνος εγκατάστασης
8. Ο Αλυτάρχης.
9. Ο τεχνικός διευθυντής - Γυμνασάρχος
10. Ο πρόεδρος των κριτών της περιοχής που γίνεται το πρωτάθλημα.
11. Ο επικεφαλής των υπαλλήλων του Σ.Ε.Γ.Α.Σ.

14) ΠΙΣΤΟΠΟΙΗΣΗ ΥΓΕΙΑΣ ΑΘΛΗΤΩΝ - ΤΡΙΩΝ - ΙΑΤΡΙΚΗ ΚΑΛΥΨΗ ΑΓΩΝΩΝ:

Α) Με τη φροντίδα και την ευθύνη των συλλόγων τους οι αθλητές -τριες πρέπει να έχουν εξετασθεί ιατρικώς πριν από τους αγώνες.

Η πιστοποίηση της υγείας των αθλητών και αθλητριών, στην κάρτα υγείας αθλητή, είναι υποχρεωτική και αποτελεί προϋπόθεση για τη συμμετοχή τους σε προπονήσεις και αγώνες.

Οι υπεύθυνοι της αίθουσας κλήσης θα καταχωρούν στα πινάκια ΜΟΝΟ τους αθλητές - αθλήτριες των οποίων η κάρτα υγείας αθλητή είναι θεωρημένη σύμφωνα με την ισχύουσα νομοθεσία.

ΣΕ ΔΙΑΦΟΡΕΤΙΚΗ ΠΕΡΙΠΤΩΣΗ ΔΕΝ ΘΑ ΤΟΥΣ ΕΠΙΤΡΕΠΕΤΑΙ ΝΑ ΣΥΜΜΕΤΕΧΟΥΝ

ΤΕΧΝΙΚΕΣ ΔΙΑΤΑΞΕΙΣ 2020

Β) Οι εκάστοτε διοργανωτές των πάσης φύσεως αγώνων είναι υποχρεωμένοι να διασφαλίσουν με κάθε τρόπο την παροχή ιατρικής φροντίδας κατά τη διάρκεια τους. Γ' αυτό πέρα από την παρουσία γιατρού θα πρέπει να γίνονται όλες οι απαραίτητες ενέργειες ώστε να εξασφαλιστεί η παρουσία ΑΣΘΕΝΟΦΟΡΟΥ καθ' όλη την διάρκεια διεξαγωγής των αγωνισμάτων.

15) ΕΛΕΓΧΟΣ DOPING:

- 1) Οι αθλητές που διαθέτουν δελτίο αθλητικής ιδιότητας, υπόκεινται σε έλεγχο ντόπινγκ εντός και εκτός αγώνων.
- 2) Η διενέργεια ελέγχου ντόπινγκ εντός αγώνων, πανελληνίου ή τοπικού επιπέδου, γίνεται από τον Ε.Ο.ΚΑ.Ν.
- 3) Στα πανελλήνια πρωταθλήματα Ανδρών-Γυναικών, Κ23, Κ20 και Κ18, θα γίνεται έλεγχος DOPING, σύμφωνα με τους όρους και τις διατάξεις της Word Athletics (WA).

16) ΣΥΜΜΕΤΟΧΗ ΚΥΠΡΙΩΝ ΑΘΛΗΤΩΝ – ΑΘΛΗΤΡΙΩΝ (ΦΟΙΤΗΤΩΝ):

Τα σωματεία που έχουν στη δύναμη τους Κύπριους αθλητές – αθλήτριες, οι οποίοι δεν έχουν συμπληρώσει το 27ο έτος της ηλικίας τους και σπουδάζουν σε ελληνικά εκπαιδευτικά ιδρύματα (ΑΕΙ – ΤΕΙ), θα πρέπει να έχουν καταθέσει στον Σ.Ε.Γ.Α.Σ. πριν από τη δήλωση συμμετοχής στους αντίστοιχους αγώνες και πρωταθλήματα και σε κάθε περίπτωση το αργότερο μέχρι 30 Μαρτίου 2020, ΒΕΒΑΙΩΣΗ ΣΠΟΥΔΩΝ για το ακαδημαϊκό έτος 2019 – 2020.

Σε αντίθετη περίπτωση δεν θα γίνεται δεκτή η συμμετοχή τους.

Τη σχετική βεβαίωση (για το ακαδημαϊκό έτος 2019 – 2020) καταθέτουν τα σωματεία για τους αθλητές – αθλήτριες που έχουν πάρει μετεγγραφή μέχρι και το 2018. Για τους αθλητές – αθλήτριες που έχουν πάρει μετεγγραφή το 2019, η σχετική βεβαίωση έχει ήδη κατατεθεί με τα δικαιολογητικά για την έγκριση της μετεγγραφής.

ΠΙΝΑΚΑΣ ΠΡΙΜΟΔΟΤΗΣΗΣ - ΑΞΙΟΛΟΓΗΣΗΣ ΣΩΜΑΤΕΙΩΝ ΓΙΑ ΤΗΝ ΣΥΜΜΕΤΟΧΗ ΚΑΙ ΔΙΑΚΡΙΣΗ ΑΘΛΗΤΩΝ - ΑΘΛΗΤΡΙΩΝ ΤΟΥΣ ΜΕ ΤΙΣ ΕΘΝΙΚΕΣ ΟΜΑΔΕΣ ΣΤΟΥΣ ΔΙΕΘΝΕΙΣ ΑΓΩΝΕΣ ΤΗΣ WA ΚΑΙ ΕΑΑ

ΠΙΝΑΚΕΣ ΒΑΘΜΩΝ 2020. Στην περίπτωση συμμετοχής στην εθνική ομάδα των αθλητών τους θα ισχύουν:

Α) ΠΙΝΑΚΑΣ ΣΥΜΜΕΤΟΧΗΣ

ΟΛΥΜΠΙΑΚΟΙ ΑΓΩΝΕΣ ΠΑΓΚΟΣΜΙΟ ΠΡΩΤΑΘΛΗΜΑ Α / Γ	12
ΠΑΓΚΟΣΜΙΟ ΠΡΩΤΑΘΛΗΜΑ (ΚΛΕΙΣΤΟΥ) Α/Γ ΕΥΡΩΠΑΪΚΟ ΠΡΩΤΑΘΛΗΜΑ Α/Γ	10
ΕΥΡΩΠΑΪΚΟ ΠΡΩΤΑΘΛΗΜΑ (ΚΛΕΙΣΤΟΥ) Α / Γ ΕΥΡΩΠΑΪΚΟ ΠΡΩΤΑΘΛΗΜΑ Κ23 (ΝΕΩΝ) ΠΑΓΚΟΣΜΙΑ ΠΡΩΤΑΘΛΗΜΑΤΑ Κ20 (Ε/Ν)	8
ΕΥΡΩΠΑΪΚΑ ΠΡΩΤΑΘΛΗΜΑ Κ20 - Κ18 ΕΥΡΩΠΑΪΚΟ ΠΡΩΤ/ΜΑ ΟΜΑΔΩΝ S.L. ΠΑΓΚΟΣΜΙΟ ΚΥΠΕΛΟ ΒΑΔΗΝ	6
ΕΥΡΩΠΑΪΚΟ ΠΡΩΤΑΘΛΗΜΑ ΟΜΑΔΩΝ Α' ΚΑΤΗΓΟΡΙΑΣ ΕΥΡΩΠΑΪΚΟ ΚΥΠΕΛΟ ΒΑΔΗΝ ΕΥΡΩΠΑΪΚΟ ΚΥΠΕΛΟ ΣΥΝΘΕΤΩΝ ΜΕΣΟΓΕΙΑΚΟΙ ΑΓΩΝΕΣ	4

Β) ΠΙΝΑΚΑΣ ΔΙΑΚΡΙΣΕΩΝ - ΠΙΝΑΚΑΣ ΑΓΩΝΩΝ ΚΑΙ ΒΑΘΜΩΝ ΑΝΑΛΟΓΑ ΜΕ ΤΗ ΘΕΣΗ ΚΑΤΑΤΑΞΗΣ

ΘΕΣΕΙΣ	• ΟΛΥΜΠΙΑΚΟΙ ΑΓΩΝΕΣ • ΠΑΓΚΟΣΜΙΟ ΠΡΩΤΑΘΛΗΜΑ Α/Γ	• ΠΑΓΚΟΣΜΙΟ ΠΡΩΤ/ΜΑ Α/Γ (ΚΛΕΙΣΤΟΥ)	• ΕΥΡΩΠΑΪΚΟ ΠΡΩΤ/ΜΑ Α/Γ • ΠΑΓΚΟΣΜΙΑ ΠΡΩΤ/ΤΑ Ε/Ν - Π/Κ	• ΕΥΡΩΠΑΪΚΟ ΠΡΩΤ/ΜΑ Α/Γ (ΚΛΕΙΣΤΟΥ) • ΕΥΡΩΠΑΪΚΟ ΠΡΩΤ/ΜΑ Κ 23 • ΕΥΡΩΠΑΪΚΑ ΠΡΩΤ/ΤΑ Κ20 – • ΕΥΡΩΠΑΪΚΟ Α/Γ S.L. • ΠΑΓΚΟΣΜΙΟ ΒΑΔΗΝ	• ΕΥΡΩΠΑΪΚΟ ΠΡΩΤ. ΟΜΑΔΩΝ Α' ΚΑΤΗΓΟΡΙΑΣ • ΕΥΡΩΠΑΪΚΟ ΚΥΠΕΛΛΟ ΒΑΔΗΝ • ΕΥΡΩΠΑΪΚΟ ΚΥΠΕΛΛΟ ΣΥΝΘΕΤΩΝ • ΜΕΣΟΓΕΙΑΚΟΙ ΑΓΩΝΕΣ • ΕΥΡΩΠ. ΟΛΥΜΠΙΑΚΟ ΦΕΣΤΙΒΑΛ Π/Κ
1η	20	18	16	12	10
2η	18	16	14	10	8
3η	16	14	12	8	6
4η	14	12	10	7	5
5η	12	10	8	6	4
6η	10	8	7	5	3
7η	8	7	6	4	2
8η	7	6	5	3	2
9η	6	5	4	2	1
10η	5	4	3	2	1
11η	4	3	2	1	
12η	3	2	1	1	
13η -14η	2	1			
15η -16η	1				

ΣΗΜΕΙΩΣΗ:

1) ΟΙ ΒΑΘΜΟΙ ΑΞΙΟΛΟΓΗΣΗΣ ΕΙΝΑΙ ΤΟΥ ΑΝΤΙΣΤΟΙΧΟΥ ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΟΥ ΠΡΩΤΑΘΛΗΜΑΤΟΣ ΤΗΣ ΚΑΤΗΓΟΡΙΑΣ ΠΟΥ ΣΥΜΜΕΤΕΧΕΙ Ο ΑΘΛΗΤΗΣ ΣΤΟΥΣ ΔΙΕΘΝΕΙΣ ΑΓΩΝΕΣ.

2) ΚΑΘΕ ΑΘΛΗΤΗΣ ΘΑ ΠΡΙΜΟΔΟΤΕΙΤΑΙ ΑΠΟ ΕΝΑ ΜΟΝΟ ΑΓΩΝΙΣΜΑ ΚΑΙ ΑΠΟ ΜΙΑ ΜΟΝΟ ΔΙΟΡΓΑΝΩΣΗ.

3) ΟΙ ΣΥΜΜΕΤΕΧΟΝΤΕΣ ΜΟΝΟ ΜΕ ΤΙΣ ΟΜΑΔΕΣ ΣΚΥΤΑΛΟΔΡΟΜΙΩΝ ΘΑ ΠΡΙΜΟΔΟΤΟΥΝΤΑΙ ΜΕ ΤΟ 50% ΤΟΥ ΠΡΙΜ ΣΥΜΜΕΤΟΧΗΣ ΚΑΙ ΔΙΑΚΡΙΣΗΣ

ΔΙΚΑΙΩΜΑ ΣΥΜΜΕΤΟΧΗΣ ΤΟ 2020 ΑΝΑΛΟΓΑ ΜΕ ΤΟ ΕΤΟΣ ΓΕΝΝΗΣΗΣ

ΚΑΤΗΓΟΡΙΑ Κ16		
ΑΓΩΝΙΣΜΑ	ΔΙΑΣΥΛΛΟΓΙΚΟΙ ΑΓΩΝΕΣ - ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΑ ΠΡΩΤΑΘΛΗΜΑΤΑ	
	ΑΓΟΡΙΩΝ	ΚΟΡΙΤΣΙΩΝ
80	2005 – 2006 - 2007	2005 – 2006 - 2007
150	2005 – 2006 - 2007	2005 – 2006 - 2007
1.200	2005 – 2006 - 2007	2005 – 2006 - 2007
3.000	2005 – 2006	2005 – 2006
80 μ. Εμπ.		2005 – 2005
100 μ. Εμπ.	2005 – 2006	
200 μ. Εμπ. (0,76)	2005 – 2006	2005 – 2006
2.000 Φ.Ε. (Χ.Λ.)	2005 – 2006	2005 – 2006
5.000 Βάδην	2005 – 2006	2005 – 2006
ΥΨΟΣ	2005 – 2006 - 2007	2005 – 2006 - 2007
ΕΠΙ ΚΟΝΤΩ	2005 – 2006 - 2007	2005 – 2006 - 2007
ΜΗΚΟΣ	2005 – 2006 - 2007	2005 – 2006 - 2007
ΤΕΤΡΑΠΛΟΥΝ	2005 – 2006	2005 – 2006
ΣΦΑΙΡΑ	2005 – 2006 - 2007	2005 – 2006 - 2007
ΔΙΣΚΟΣ	2005 – 2006 - 2007	2005 – 2006 - 2007
ΣΦΥΡΑ	2005 – 2006 - 2007	2005 – 2006 - 2007
ΑΚΟΝΤΙΟ	2005 – 2006 - 2007	2005 – 2006 - 2007
ΕΞΑΘΛΟ	2005 – 2006	2005 – 2006
4 x 80	2005 – 2006 - 2007	2005 – 2006 - 2007
4 x 200 ΜΙΚΤΗ	2005 – 2006	2005 – 2006
3 x 1.200	2005 – 2006 - 2007	2005 – 2006 - 2007

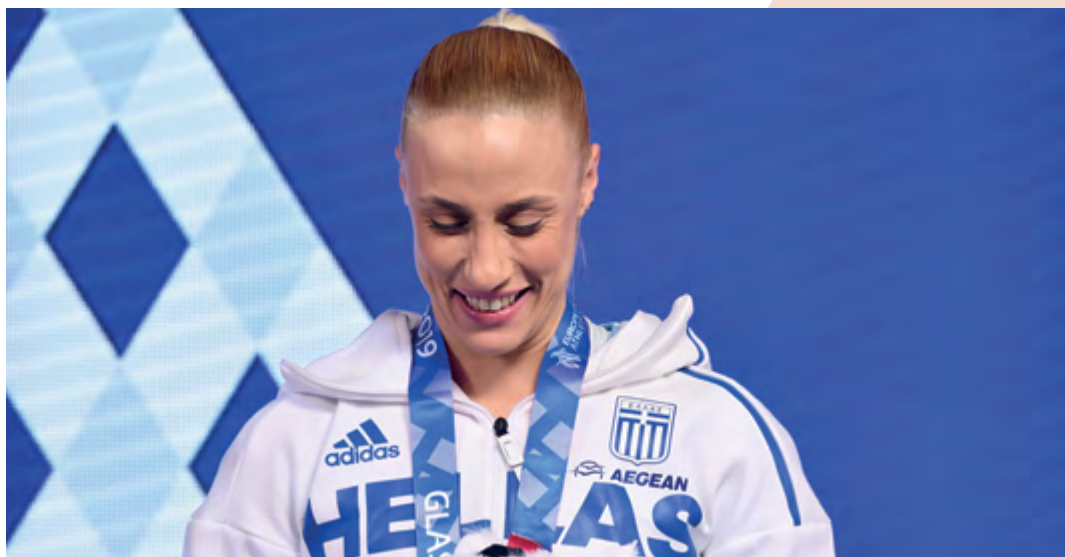
ΤΕΧΝΙΚΕΣ ΔΙΑΤΑΞΕΙΣ 2020

ΚΑΤΗΓΟΡΙΑ: Κ18				
ΑΓΩΝΙΣΜΑΤΑ	ΑΝΔΡΩΝ		ΓΥΝΑΙΚΩΝ	
	ΔΙΑΣΥΛΛΟΓΙΚΟ	ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΟ	ΔΙΑΣΥΛΛΟΓΙΚΟ	ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΟ
100	2003 – 04 – 05 - 06	2003 – 04 – 05	2003 – 04 – 05 - 06	2003 – 04 – 05
200	2003 – 04 – 05 - 06	2003 – 04 – 05	2003 – 04 – 05 - 06	2003 – 04 – 05
400	2003 – 04 – 05	2003 – 04	2003 – 04 – 05	2003 – 04
800	2003 – 04	2003 – 04	2003 – 04	2003 – 04
1.500	2003 – 04 – 05 - 06	2003 – 04 – 05	2003 – 04 – 05 - 06	2003 – 04 – 05
3.000	2003 – 04 – 05 - 06	2003 – 04 – 05 - 06	2003 – 04 – 05 - 06	2003 – 04 – 05 - 06
110 μ. Εμπ.	2003 – 04 – 05	2003 – 04 – 05		
100 μ. Εμπ.			2003 – 04 – 05	2003 – 04 – 05
400 μ. Εμπ.	2003 – 04	2003 – 04	2003 – 04	2003 – 04
2.000 Φ.Ε.	2003 – 04	2003 – 04	2003 – 04	2003 – 04
10.000 Βάδην	2003 – 04 – 05	2003 – 04 – 05		
5.000 Βάδην			2003 – 04 – 05 - 06	2003 – 04 – 05 - 06
ΥΨΟΣ	2003 – 04 – 05 - 06	2003 – 04 – 05 - 06	2003 – 04 – 05 - 06	2003 – 04 – 05 - 06
ΕΠΙ ΚΟΝΤΩ	2003 – 04 – 05 - 06	2003 – 04 – 05 - 06	2003 – 04 – 05 - 06	2003 – 04 – 05 - 06
ΜΗΚΟΣ	2003 – 04 – 05 - 06	2003 – 04 – 05 - 06	2003 – 04 – 05 - 06	2003 – 04 – 05 - 06
ΤΡΙΠΛΟΥΝ	2003 – 04	2003 – 04	2003 – 04	2003 – 04
ΣΦΑΙΡΑ	2003 – 04 – 05	2003 – 04 – 05	2003 – 04 – 05 - 06	2003 – 04 – 05 - 06
ΔΙΣΚΟΣ	2003 – 04 – 05	2003 – 04 – 05	2003 – 04 – 05 - 06	2003 – 04 – 05 - 06
ΣΦΥΡΑ	2003 – 04 – 05	2003 – 04 – 05	2003 – 04 – 05 - 06	2003 – 04 – 05 - 06
ΑΚΟΝΤΙΟ	2003 – 04 – 05	2003 – 04 – 05	2003 – 04 – 05 - 06	2003 – 04 – 05 - 06
ΔΕΚΑΘΛΟ	2003 – 04	2003 – 04 – 05		
ΕΠΤΑΘΛΟ			2003 – 04	2003 – 04 – 05
4 x 100	2003 – 04 – 05 - 06	2003 – 04 – 05	2003 – 04 – 05 - 06	2003 – 04 – 05
4 x 400	2003 – 04 – 05	2003 – 04	2003 – 04 – 05	2003 – 04



ΚΑΤΗΓΟΡΙΑ: ΑΝΔΡΩΝ - ΓΥΝΑΙΚΩΝ

ΑΓΩΝΙΣΜΑ	ΑΝΔΡΩΝ		ΓΥΝΑΙΚΩΝ	
	ΔΙΑΣΥΛΛΟΓΙΚΟ	ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΟ	ΔΙΑΣΥΛΛΟΓΙΚΟ	ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΟ
100	2004 και μεγαλύτεροι	2002 και μεγαλύτεροι	2004 και μεγαλύτερες	2002 και μεγαλύτερες
200	2004 και μεγαλύτεροι	2002 και μεγαλύτεροι	2004 και μεγαλύτερες	2002 και μεγαλύτερες
400	2004 και μεγαλύτεροι	2002 και μεγαλύτεροι	2004 και μεγαλύτερες	2002 και μεγαλύτερες
800	2004 και μεγαλύτεροι	2002 και μεγαλύτεροι	2004 και μεγαλύτερες	2002 και μεγαλύτερες
1.500	2004 και μεγαλύτεροι	2002 και μεγαλύτεροι	2004 και μεγαλύτερες	2002 και μεγαλύτερες
5.000	2003 και μεγαλύτεροι	2002 και μεγαλύτεροι	2003 και μεγαλύτερες	2002 και μεγαλύτερες
10.000		2000 και μεγαλύτεροι		2000 και μεγαλύτερες
ΗΜΙΜΑΡΑΘΩΝΙΟΣ		2000 και μεγαλύτεροι		2000 και μεγαλύτερες
ΜΑΡΑΘΩΝΙΟΣ		2000 και μεγαλύτεροι		2000 και μεγαλύτερες
110 μ. Εμπ.	2002 και μεγαλύτεροι	2002 και μεγαλύτεροι		
100 μ. Εμπ.			2003 και μεγαλύτερες	2002 και μεγαλύτερες
400 μ. Εμπ.	2003 και μεγαλύτεροι	2002 και μεγαλύτεροι	2004 και μεγαλύτερες	2002 και μεγαλύτερες
3.000 Φ.Ε.	2003 και μεγαλύτεροι	2002 και μεγαλύτεροι	2003 και μεγαλύτερες	2002 και μεγαλύτερες
10.000 Βάδην	2004 και μεγαλύτεροι		2003 και μεγαλύτερες	
20.000 Βάδην		2001 και μεγαλύτεροι		2001 και μεγαλύτερες
50.000 Βάδην		2000 και μεγαλύτεροι		2000 και μεγαλύτερες
ΥΨΟΣ	2004 και μεγαλύτεροι	2002 και μεγαλύτεροι	2004 και μεγαλύτερες	2002 και μεγαλύτερες
ΕΠΙ ΚΟΝΤΩ	2004 και μεγαλύτεροι	2002 και μεγαλύτεροι	2004 και μεγαλύτερες	2002 και μεγαλύτερες
ΜΗΚΟΣ	2004 και μεγαλύτεροι	2002 και μεγαλύτεροι	2004 και μεγαλύτερες	2002 και μεγαλύτερες
ΤΡΙΠΛΟΥΝ	2004 και μεγαλύτεροι	2002 και μεγαλύτεροι	2004 και μεγαλύτερες	2002 και μεγαλύτερες
ΣΦΑΙΡΑ	2002 και μεγαλύτεροι	2002 και μεγαλύτεροι	2003 και μεγαλύτερες	2002 και μεγαλύτερες
ΔΙΣΚΟΣ	2002 και μεγαλύτεροι	2002 και μεγαλύτεροι	2004 και μεγαλύτερες	2002 και μεγαλύτερες
ΣΦΥΡΑ	2002 και μεγαλύτεροι	2002 και μεγαλύτεροι	2003 και μεγαλύτερες	2002 και μεγαλύτερες
ΑΚΟΝΤΙΟ	2003 και μεγαλύτεροι	2002 και μεγαλύτεροι	2003 και μεγαλύτερες	2002 και μεγαλύτερες
ΔΕΚΑΘΛΟ	2002 και μεγαλύτεροι	2002 και μεγαλύτεροι		
ΕΠΤΑΘΛΟ			2002 και μεγαλύτερες	2002 και μεγαλύτερες
4 x 100	2004 και μεγαλύτεροι	2002 και μεγαλύτεροι	2004 και μεγαλύτερες	2002 και μεγαλύτερες
4 x 400	2004 και μεγαλύτεροι	2002 και μεγαλύτεροι	2004 και μεγαλύτερες	2002 και μεγαλύτερες



ΤΕΧΝΙΚΕΣ ΔΙΑΤΑΞΕΙΣ 2020

ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΑ ΠΡΩΤΑΘΛΗΜΑΤΑ				
ΑΓΩΝΙΣΜΑ	K20 - ΑΝΔΡΩΝ	K20 - ΓΥΝΑΙΚΩΝ	K23 - ΑΝΔΡΩΝ	K23 - ΓΥΝΑΙΚΩΝ
100	2001 - 02 - 03 - 04	2001 - 02 - 03 - 04	2003 και μεγαλύτεροι	2003 και μεγαλύτερες
200	2001 - 02 - 03 - 04	2001 - 02 - 03 - 04	2003 και μεγαλύτεροι	2003 και μεγαλύτερες
400	2001 - 02 - 03 - 04	2001 - 02 - 03 - 04	2003 και μεγαλύτεροι	2003 και μεγαλύτερες
800	2001 - 02 - 03 - 04	2001 - 02 - 03 - 04	2003 και μεγαλύτεροι	2003 και μεγαλύτερες
1.500	2001 - 02 - 03 - 04	2001 - 02 - 03 - 04	2003 και μεγαλύτεροι	2003 και μεγαλύτερες
3.000	2001 - 02 - 03 - 04	2001 - 02 - 03 - 04		
5.000	2001 - 02 - 03	2001 - 02 - 03	2002 και μεγαλύτεροι	2002 και μεγαλύτερες
10.000			2001 και μεγαλύτεροι	2000 και μεγαλύτερες
110 μ. Εμπ.	2001 - 02 - 03		2002 και μεγαλύτεροι	
100 μ. Εμπ.		2001 - 02 - 03		2002 και μεγαλύτερες
400 μ. Εμπ.	2001 - 02 - 03	2001 - 02 - 03 - 04	2002 και μεγαλύτεροι	2003 και μεγαλύτερες
3.000 Φ.Ε.	2001 - 02 - 03	2001 - 02 - 03	2002 και μεγαλύτεροι	2002 και μεγαλύτερες
10.000 Βάδην	2001 - 02 - 03 - 04	2001 - 02 - 03		
20.000 Βάδην			2001 και μεγαλύτεροι	2001 και μεγαλύτερες
ΥΨΟΣ	2001 - 02 - 03 - 04	2001 - 02 - 03 - 04	2003 και μεγαλύτεροι	2003 και μεγαλύτερες
ΕΠΙ ΚΟΝΤΩ	2001 - 02 - 03 - 04	2001 - 02 - 03 - 04	2003 και μεγαλύτεροι	2003 και μεγαλύτερες
ΜΗΚΟΣ	2001 - 02 - 03 - 04	2001 - 02 - 03 - 04	2003 και μεγαλύτεροι	2003 και μεγαλύτερες
ΤΡΙΠΛΟΥΝ	2001 - 02 - 03 - 04	2001 - 02 - 03 - 04	2003 και μεγαλύτεροι	2003 και μεγαλύτερες
ΣΦΑΙΡΑ	2001 - 02 - 03	2001 - 02 - 03	2002 και μεγαλύτεροι	2002 και μεγαλύτερες
ΔΙΣΚΟΣ	2001 - 02 - 03	2001 - 02 - 03 - 04	2002 και μεγαλύτεροι	2003 και μεγαλύτερες
ΣΦΥΡΑ	2001 - 02 - 03	2001 - 02 - 03	2002 και μεγαλύτεροι	2002 και μεγαλύτερες
ΑΚΟΝΤΙΟ	2001 - 02 - 03	2001 - 02 - 03	2002 και μεγαλύτεροι	2002 και μεγαλύτερες
ΔΕΚΑΘΛΟ	2001 - 02 - 03		2002 και μεγαλύτεροι	
ΕΠΤΑΘΛΟ		2001 - 02 - 03		2002 και μεγαλύτερες
4 x 100	2001 - 02 - 03 - 04	2001 - 02 - 03 - 04	2003 και μεγαλύτεροι	2003 και μεγαλύτερες
4 x 400	2001 - 02 - 03 - 04	2001 - 02 - 03 - 04	2003 και μεγαλύτεροι	2003 και μεγαλύτερες



ΑΝΩΤΕΡΟ ΜΕΓΕΘΟΣ ΒΙΒ 24εκ. πλάτος επί 20εκ. ύψος

- (1) Το ύψος των αριθμών πρέπει να είναι το λιγότερο 6εκ. και το περισσότερο 10εκ.
- (2) Ο χώρος πάνω από το νούμερο του αθλητή έχει μέγιστο ύψος 6εκ.
- (3) Ο χώρος κάτω από το νούμερο του αθλητή έχει μέγιστο ύψος 4εκ.

ΕΜΠΡΟΣ ΠΛΕΥΡΑ

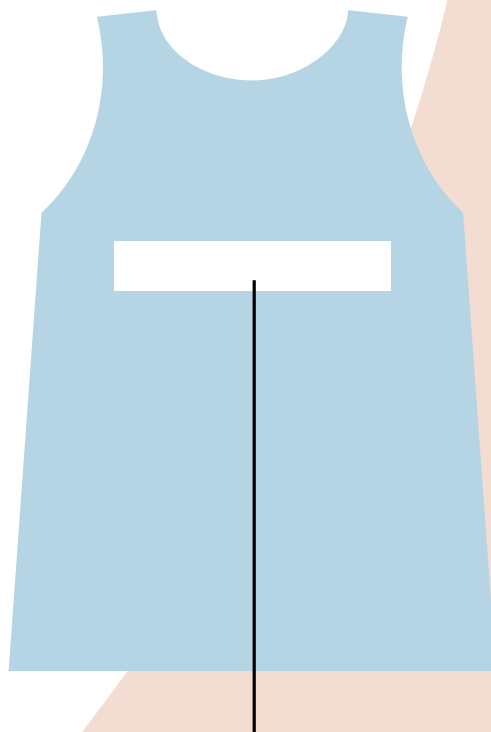


ΧΟΡΗΓΟΣ ΣΥΛΛΟΓΟΥ ή
ΧΟΡΗΓΟΣ ΑΘΛΗΤΗ (με την έγκριση του συλλόγου)
Ο χώρος για την τοποθέτηση του ονόματος του Συλλόγου ή του σήματος του Συλλόγου ή του χορηγού του Συλλόγου έχει ορθογώνιο σχήμα με ανώτερο εμβαδόν τα 40 τ.εκ. και μέγιστο ύψος τα 4 εκ.

ΛΟΓΟΤΥΠΟ ΣΥΛΛΟΓΟΥ ή/και
ΣΗΜΑ ΚΑΤΑΣΚΕΥΑΣΤΗ
Ο χώρος για την τοποθέτηση του σήματος του Συλλόγου έχει ορθογώνιο σχήμα με ανώτερο εμβαδόν τα 40 τ.εκ. και μέγιστο ύψος τα 4 εκ.

Ο χώρος για την τοποθέτηση του σήματος κατασκευαστή έχει μέγιστο εμβαδόν τα 30 τ.εκ. με συνολικό ύψος σήματος τα 5 εκ. και αν πρόκειται για γράμματα αυτά να μην ξεπερνούν τα 4 εκ σε ύψος.
Σε περίπτωση που αποτυπώνονται και τα δύο λογότυπα, το ένα να μην επικαλύπτει το άλλο.

ΠΙΣΩ ΠΛΕΥΡΑ



ΟΝΟΜΑ / ΣΗΜΑ ΣΥΛΛΟΓΟΥ
Ο χώρος του σήματος ή του ονόματος του συλλόγου να μην ξεπερνά τα 4 εκ σε ύψος χωρίς περιορισμό στο πλάτος.

ΤΕΧΝΙΚΕΣ ΔΙΑΤΑΞΕΙΣ 2020 ΟΡΙΑ 2020

ΠΑΓΚΟΣΜΙΟ ΠΡΩΤΑΘΛΗΜΑ Κ20 ΝΑΙΡΟΜΠΙ 7-12/7/2020		
ΕΦΗΒΟΙ	ΑΓΩΝΙΣΜΑΤΑ	ΝΕΑΝΙΔΕΣ
10.58	100 μ.	11.85
21.38	200 μ.	24.35
47.35	400 μ.	54.85
1:50.80	800 μ.	2:08.70
3:48.00	1500 μ.	4:28.00
8:14.00	3.000 μ.	9:25.00
14:12.00	5000 μ.	16:35.00
9:07.00	3.000μ. Φ.ΕΜΠ.	10:35.00
14.15	110μ. - 100 μ. ΕΜΠ.	14.15
53.10	400 μ. ΕΜΠ.	1.00.75
2.16	ΥΨΟΣ	1.82
5.10	ΕΠΙ ΚΟΝΤΩ	4.07
7.58	ΜΗΚΟΣ	6.15
15.60	ΤΡΙΠΛΟΥΝ	12.90
18.30	ΣΦΑΙΡΟΒΟΛΙΑ	14.60
57.00	ΔΙΣΚΟΒΟΛΙΑ	49.00
68.50	ΣΦΥΡΟΒΟΛΙΑ	58.00
69.50	ΑΚΟΝΤΙΣΜΟΣ	50.50
7.100B	ΔΕΚΑΘΛΟ - ΕΠΤΑΘΛΟ	5.350B
43:40.00	10.000μ. ΒΑΔΗΝ	50:30.00
Χ.Ο.	4 Χ100μ.	Χ.Ο.
Χ.Ο.	4Χ400μ.	Χ.Ο.

1. ΠΕΡΙΟΔΟΣ ΕΠΙΤΕΥΞΗΣ ΟΡΙΩΝ – ΔΙΚΑΙΩΜΑ ΣΥΜΜΕΤΟΧΗΣ - ΔΙΕΥΚΡΙΝΗΣΕΙΣ

Τα όρια συμμετοχής θα πρέπει να έχουν επιτευχθεί:

Στους παρακάτω Αγώνες από 1/1/2020 μέχρι την τελική ημερομηνία δηλώσεως της Ομάδας 22/6/2020 .

Απαραίτητες προϋποθέσεις συμμετοχής

1. Απαραίτητη προϋπόθεση συμμετοχής των αθλητών - τριών, που έχουν επιτύχει τα όρια, για το Παγκόσμιο πρωτάθλημα Κ20, είναι και η υποχρεωτική συμμετοχή τους στο Πανελλήνιο πρωτάθλημα Κ20 στις 27 – 28/6/2020.
2. Επίσης κατά τη διάρκεια του Πανελληνίου πρωταθλήματος Κ20 θα υποβληθούν σε υποχωρητικό έλεγχο Doping Control όλοι οι αθλητές που τελικά θα συμμετάσχουν στο Παγκόσμιο Πρωτάθλημα Κ20.

Δικαίωμα Συμμετοχής

Κ20 ΕΦΗΒΟΙ / ΝΕΑΝΙΔΕΣ: Θα συμμετάσχουν Δύο (2) ανά αγώνισμα αν πετύχουν τα όρια και τις προϋποθέσεις, που έχει ορίσει ο Σ.Ε.Γ.Α.Σ.

1. Αν το όριο - προϋποθέσεις το έχουν πετύχει πάνω από 2 αθλητές – τρεις Κ20, συμμετάσχουν εκείνοι που έχουν την καλύτερη επίδοση και έχουν επιβεβαιώσει αυτήν κατά την διάρκεια του Πανελληνίου Πρωταθλήματος Κ20.
2. Για τα όρια που θα επιτευχθούν στον κλειστό στίβο, απαραίτητη προϋπόθεση για τη συμμετοχή στο Παγκόσμιο Πρωτάθλημα Κ20, είναι να τα επιβεβαιώσουν οι αθλητές – τρεις και κατά την διάρκεια του Ανοικτού Στίβου.
3. 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 το Παγκόσμιο Πρωτάθλημα.
4. Απαραίτητη προϋπόθεση για την συμμετοχή στο Παγκόσμιο Πρωτάθλημα Κ20, είναι η εξέταση αυτών που πέτυχαν τα όρια (στη διάρκεια του αγώνα) από Doping Control, σε συνεννόηση πάντα με τον Εθνικό Προπονητή Κ20 Χρήστο Μελέτογλου.
5. Για να αναγνωρισθεί μια επίδοση ως όριο πρόκρισης, όσον αφορά τα δρομικά αγωνίσματα θα πρέπει να επισυνάπτεται το φώτο-φίνι 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.
6. Για το αγώνισμα του τριπλούν, απαραίτητη προϋπόθεση για αναγνώριση ορίου πρόκρισης, είναι η επίδοση όσο αφορά τους Εφήβους Κ20 να έχει επιτευχθεί από βαλβίδα 13 μέτρων και για τις Νεάνιδες Κ20 αντίστοιχα, από βαλβίδα 11 μέτρων.
7. Για το αγώνισμα του επτάθλου Κ20, το όριο συμμετοχής θα ισχύσει και στο διασυλλογικό πρωτάθλημα συνθέτων Α/Γ, τα οποία θα διεξαχθεί σε δύο ομίλους.

2. ΑΓΩΝΕΣ ΚΡΙΤΗΡΙΑ ΓΙΑ ΤΗΝ ΕΠΙΤΕΥΞΗ ΤΩΝ ΟΡΙΩΝ

- * Πανελλήνιο πρωτάθλημα Α/Γ
- * Βαλκανικό πρωτάθλημα Κ20
- * Βαλκανικό πρωτάθλημα κλειστού Α/Γ – Κ20
- * Βαλκανικό Πρωτάθλημα Βάδην
- * Παγκόσμιο Κύπελλο Βάδην
- * Πανελλήνιο Σχολικό Πρωτάθλημα (Τελική Φάση).
- * Διεθνείς διοργανώσεις και μήτινγκ (IAAF - EAA) στο εξωτερικό μόνο με την σύμφωνη γνώμη της ΕΠ.Α.Σ, και με την προϋπόθεση ότι στη διοργάνωση θα υπάρχει Doping Control.
- * Διεθνείς Διοργανώσεις στην Ελλάδα (Φιλοθέη Women Gala – Παπαφλέσσα – Βενιζέλια/Χανιά 2020 – Athens Street Pole Vault– Μίτινγκ Αλμάτων Καλλιθέα– Δρόμεια 2020 – Βεργώτεια– Αλεξάνδρειοι Δρόμοι– Σιθώνεια - Portarathlon).
- * Ελληνικά Γκραν-πρι
- * Επώνυμοι Αγώνες ρίψεων : “Κώστας Σπανίδης” – Φεστιβάλ Ρίψεων Τρίπολης – Χειμερινό Κύπελλο Ρίψεων.
- * 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 αναγνωριστεί η επίδοση ως όριο πρόκρισης, είναι να υπάρχει στις παραπάνω διοργανώσεις, έλεγχος DOPING CONTROL.

Σημείωση

Για τα αγωνίσματα του βάδην που θα διεξαχθούν εκτός σταδίου, απαραίτητη προϋπόθεση είναι, η διαδρομή να έχει πιστοποίηση από την IAAF και να ακολουθεί τους κανονισμούς της.

Ευρωπαϊκό Πρωτάθλημα Κ18, Ριέτι (16-19/7/20)

ΟΡΙΑ ΕΥΡΩΠΑΪΚΟΥ Κ18 2020		
Κ18 ΠΑΙΔΩΝ	ΑΓΩΝΙΣΜΑΤΑ	Κ18 ΚΟΡΑΣΙΔΩΝ
ΟΡΙΑ ΣΕΓΑΣ ΕΥΡΩΠΑΪΚΟΥ 20		ΟΡΙΑ ΣΕΓΑΣ ΕΥΡΩΠΑΪΚΟΥ 20
10.80	100 μ.	11.90
21.70	200 μ.	24.50
48.60	400 μ.	55.60
1:52.80	800 μ.	2:10.00
3:56.00	1.500 μ.	4:31.00
8:35.00	3.000 μ.	9:50.00
13.95	110/100 μ. εμπ.	13.95
53:80	400 μ. εμπ.	61.50
6:04.00	2.000 μ. στιπλ	7:02.00
2.06	Ύψος	1.78
4.80	Επί κοντώ	3.85
7.20	Μήκος	6.02
14.70	Τριπλούν	12.50
18.50	Σφαιροβολία	15.50
56.00	Δισκοβολία	45.00
69.00	Σφυροβολία	61.50
68.50	Ακοντισμός	50.50
6.750B	Δέκαθλο / Έπταθλο	5.100B
45:50.00	10.000/5.000μ βάδην	24:40.00
Χωρίς όριο	4X100-200-300-400m	Χωρίς όριο

Επίτευξη ορίων: 1 / 1 / 2020 έως 06 / 7 / 2020

Δικαίωμα συμμετοχής: Δύο αθλητές/τριες ανά αγωνίσμα, γεννηθέντες το 2003 & 2004 θα συμμετάσχουν αν πετύχουν τα όρια, που έχει ορίσει ο ΣΕΓΑΣ

1. Αν το όριο το έχουν πετύχει πάνω από δύο (2) αθλητές-τριες, συμμετέχουν εκείνοι που έχουν την καλύτερη επίδοση και έχουν επιβεβαιώσει αυτήν κατά την διάρκεια του Πανελληνίου Πρωταθλήματος Κ18 και Κ20.

2. Για τα όρια που θα επιτευχθούν στον κλειστό στίβο, απαραίτητη προϋπόθεση για τη συμμετοχή στο Ευρωπαϊκό Πρωτάθλημα, είναι να τα

ΤΕΧΝΙΚΕΣ ΔΙΑΤΑΞΕΙΣ 2020

επιβεβαιώσουν οι αθλητές – τρεις και κατά την διάρκεια του πανελληνίου πρωταθλήματος Ανοικτού Στίβου Κ18 και Κ20.

3. 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.

4. Απαραίτητη προϋπόθεση για την συμμετοχή στο Ευρωπαϊκό Πρωτάθλημα Κ18, είναι εξέταση αυτών που πέτυχαν τα όρια (στη διάρκεια του αγώνα) από Doping Control , σε συνεννόηση πάντα με τον Εθνικό Προπονητή Κ18 Αποστόλη Αποστολόπουλο.

5. 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.

6. Για το αγώνισμα του άλματος τριπλού, απαραίτητη προϋπόθεση για αναγνώριση ορίου πρόκρισης, είναι η επίδοση όσο αφορά τους αθλητές Κ18 να έχει επιτευχθεί από βαλβίδα 13 μέτρων και για τις αθλήτριες Κ18 αντίστοιχα, από βαλβίδα 11 μέτρων.

7. 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

8. Τέλος απαραίτητη προϋπόθεση για την συμμετοχή είναι, να έχει λάβει ο αθλητής –τρια πιστοποίηση εκπαίδευσης στο πρόγραμμα αντι-ντόπινγκ της Ευρωπαϊκής Ομοσπονδίας το "I run clean".

ΑΓΩΝΕΣ ΚΡΙΤΗΡΙΑ ΓΙΑ ΤΗΝ ΕΠΙΤΕΥΞΗ ΤΩΝ ΟΡΙΩΝ

Πανελλήνια πρωταθλήματα Κ18 & Κ20 Πανελλήνιο κλειστού Α/Γ

Βαλκανικό πρωτάθλημα Κ18

Βαλκανικό πρωτάθλημα κλειστού Κ20

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.

Διεθνείς Διοργανώσεις στην Ελλάδα (GALA ΦΙΛΟΘΕΗ – ΠΑΠΑΦΛΕΣΣΕΙΑ – ΒΕΝΙΖΕΛΕΙΑ /ΧΑΝΙΑ 2020 – ATHENS STREET POLE VAULT – ΜΙΤΙΓΚ ΑΛΜΑΤΩΝ ΚΑΛΛΙΘΕΑ – ΔΡΟΜΕΙΑ – ΒΕΡΓΩΤΕΙΑ – ΑΛΕΞΑΝΔΡΕΙΟΙ ΔΡΟΜΟΙ – ΣΙΘΩΝΕΙΑ - ΠΟΡΤΑΡΑΘΛΟΝ).

Ελληνικά Γκράν-πρί «Τοφάλια» – «Αλεξάνδρεια».

Επώνυμοι Αγώνες ρίψεων: Κ. Σπανίδης – Φεστιβάλ Ρίψεων Τρίπολης – Χειμερινό Κύπελλο Ρίψεων.

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 αναγνωριστεί η επίδοση ως όριο πρόκρισης, είναι να υπάρχει στις παραπάνω διοργανώσεις, έλεγχος DOPING CONTROL.



PARIS 26-30 ΑΥΓΟΥΣΤΟΥ 2020

ΣΥΜΜΕΤΟΧΕΣ	ΣΕΙΡΕΣ	ΟΡΙΑ 2020	ΑΓΩΝΙΣΜΑ	ΟΡΙΑ 2020	ΣΕΙΡΕΣ	ΣΥΜΜΕΤΟΧΕΣ
36	3	10.28	100m	11.44	3	36
36	3	20.80	200m	23.35	3	36
36	3	46.40	400m	52.65	3	36
32	3	1:47.30	800m	2:02.50	3	32
24	2	3:39.50	1500m	4:11.00	2	24
30	2	13:44.00	5000m	15:50.00	2	30
24	Final	28:50.00	10000m	33:20.00	Final	24
32	2	8:45.00	3000m sp	9:55.00	2	32
36	3	13.90	110/100m H	13.30	3	36
36	3	50.70	400m H	57.95	3	36
16	2		4x100		2	16
16	2		4x400		2	16
60	Final		Half-Marathon		Final	60
26	2	2.24	Ύψος	1.90	2	26
26	2	5.60	Επί κοντώ	4.45	2	26
26	2	7.95	Μήκος	6.60	2	26
26	2	16.60	Τριπλούν	13.90	2	26
26	2	20.00	Σφαίρα	17.00	2	26
26	2	63.50	Δίσκος	57.00	2	26
26	2	74.45	Σφύρα	69.00	2	26
26	2	80.50	Ακόντιο	58.00	2	26
24	2 Gr	7850	Σύνθετα	5850	2 Gr	24

A: ΠΡΟΥΠΟΘΕΣΕΙΣ:

1. Περίοδος επίτευξης των ορίων από 1 Ιανουαρίου 2020 έως 17 Αυγούστου 2020.
2. Η πρόκριση θα γίνει με 2 τρόπους. Με την επίτευξη των ορίων και με πρόσκληση της Ε.Α.Α σύμφωνα με την κατάταξη των επιδόσεων μέχρι την συμπλήρωση του αριθμού συμμετεχόντων σε κάθε αγώνισμα.
3. Τρεις (3) το πολύ αθλητές από κάθε χώρα μπορούν να συμμετέχουν σε κάθε αγώνισμα (εξαιρέση για μία (1) ακόμα θέση σε περίπτωση Wild card) Σ αυτή την περίπτωση μπορούν να συμμετέχουν 4 Αθλητές από την ίδια Χώρα.
4. Στην Σφαίρα και την Σφύρα Ανδρών μπορούν να συμμετέχουν αθλητές που στις 31 Δεκεμβρίου του 2020 να είναι 18 ετών. Όπως και στον Ημιμαραθώνιο να είναι 20 Ετών..
5. Σκυταλοδρομίες 4x100-4x400. Θα συμμετέχουν οι 16 καλύτερες ομάδες οι οποίες θα προέλθουν από τον μ.ο των 2 καλύτερων επιδόσεων τους στο διάστημα 1/1/2019 έως 9/8/2020
6. Σε όλες τις περιπτώσεις η επίτευξη των ορίων πρέπει να γίνει το 2020 σε αγώνες κλειστού ή ανοιχτού στίβου, σε πιστοποιημένους αγώνες εκτός της Ελλάδος από την ΕΑΑ & την IAAF (μετά από αίτημα του ενδιαφερόμενου αθλητή και έγκριση από την ΕΠΑΣ) απαραίτητα σε διοργανώσεις που διαθέτουν έλεγχο Ντόπινγκ-Κοντρόλ.
7. Για τα όρια τα οποία έχουν επιτευχθεί στον κλειστό στίβο πρέπει να γίνει επιβεβαίωση στον ανοιχτό στίβο σε επίσημες διοργανώσεις.
8. Στο Ευρωπαϊκό Πρωτάθλημα εκτός των αθλητών που θα πετύχουν τα όρια πρόκρισης δικαιούνται συμμετοχής και οι κάτωθι:
9. 10.000 μέτρα (άνδρες και γυναίκες):
Οι πρώτοι τρεις αθλητές (άνδρες και γυναίκες) των δύο Ευρωπαϊκών Κυπέλλων 10.000m που προηγείται του Ευρωπαϊκού Πρωταθλήματος Στίβου (2019 και 2020) θα είναι αυτόματα προκρινόμενοι και αγωνίζονται ακόμα και αν δεν έχουν επιτύχει τα όρια.
10. Οι πρώτοι 3 αθλητές (εάν είναι Ευρωπαίοι) σε κάθε αγώνα στην κατηγορία European Athletics Premium & ο πρώτος αθλητής στα Ευρωπαϊκά classic meetings που θα γίνουν μεταξύ (1ης Ιανουαρίου 2019 και 16 Αυγούστου 2020) θα θεωρούνται επιλέξιμες για το αντίστοιχο Ευρωπαϊκό Πρωτάθλημα Οι επιδόσεις αυτές πρέπει να έχουν εγκριθεί από την European Athletics.

Σημείωση:

Αν οι Αθλητές γίνουν αποδοκτοί η τελική συμμετοχή τους είναι στην διακριτική ευχέρεια των κριτηρίων των Ομοσπονδιών.

ΤΕΧΝΙΚΕΣ ΔΙΑΤΑΞΕΙΣ 2020

Β:ΑΓΩΝΕΣ ΚΡΙΤΗΡΙΑ ΓΙΑ ΤΗΝ ΕΠΙΤΥΞΗ ΤΩΝ ΟΡΙΩΝ

1. Ολυμπιακοί Αγώνες.
2. Πανελλήνια πρωταθλήματα Α/Γ U23 U20 κλειστού και ανοικτού στίβου.
3. Μεσογειακοί Αγώνες U23
4. Βαλκανικά πρωταθλήματα Α/Γ U20 κλειστού και ανοικτού στίβου.
5. Χειμερινό Κύπελλο Ρίψεων.
6. Ευρωπαϊκό Κύπελλο Ρίψεων .
7. Διεθνή Meeting-G-P στην Ελλάδα.
8. Διεθνή Meeting στο εξωτερικό μόνο με την σύμφωνη γνώμη της ΕΠΑΣ.
9. Σε Εθνικά πρωταθλήματα ξένων χωρών με τη σύμφωνη γνώμη και των δύο ομοσπονδιών.
10. Πανελλήνιο και Βαλκανικό Πρωτάθλημα Βάδην.
11. Παγκόσμιο κύπελλο βάδην
12. Τελικοί Κολεγιακού πρωταθλήματος.

ΟΡΙΑ ΚΑΙ ΠΡΟΫΠΟΘΕΣΕΙΣ ΣΥΜΜΕΤΟΧΗΣ ΣΤΟ (CHN)

13-15 ΜΑΡΤΙΟΥ 2020.

Αριθμός - στόχος συμμετοχών	Ανοιχτός Στίβος - Άνδρες	Κλειστός Στίβος - Άνδρες	ΑΓΩΝΙΣΜΑ	Κλειστός Στίβος - Γυναίκες	Ανοιχτός Στίβος - Γυναίκες	Αριθμός - στόχος συμμετοχών
56	10.10 (100m)	6.63	60m	7.30	11.15 (100m)	56
30	45.00	46.50	400m	52.90	51.00	30
18	1:44.00	1:46.70	800m	2:01.50	1:58.00	18
18	3:33.00	3:40.00/3:55.00 (Mile)	1500m	4:09.00/4:28.50 (Mile)	4:02.00	18
24	7:40.00/13:10.00 (5000m)	7:50.00	3000m	8:49.00	8:30.00/14:50.00 (5000m)	15
48	13.40 (110m H)	7.70	60m H	8.16	12.85 (100m H)	48
12		2.34m	Ύψος	1.95m		12
12		5.80m	Επί Κοντώ	4.70m		12
16		8.20m	Μήκος	6.75m		16
16		16.90m	Τριπλούν	14.30m		16
16		20.95m	Σφαιροβολία	18.30m		16
12		TOP 12	Σύνθετα	TOP 12		12
12		No standards	4x400m	No standards		12

ΠΡΟΫΠΟΘΕΣΕΙΣ ΣΥΜΜΕΤΟΧΗΣ

1. Τα όρια συμμετοχής θα πρέπει να έχουν επιτευχθεί από 1/5/2019 μέχρι και τις 2/3/2020 σε Αγώνες Ανοικτού στίβου για το 2019 και κλειστού στίβου για το 2020.
2. Μπορούν να δηλωθούν μέχρι 3 αθλητές από κάθε χώρα με την προϋπόθεση να έχουν επιτύχει τα όρια και μπορούν να συμμετέχουν μέχρι 2.
3. Η πρόκριση θα γίνει με συνδυασμό ορίων και κατάταξης όταν δεν συμπληρώνεται ο απαιτούμενος αριθμός. Σε περίπτωση άρνησης ή ακύρωσης, θα γίνουν προσκλήσεις από την κατάταξη.
4. Αθλητές μικρότεροι από 16 ετών στις 31/12/2020 δεν έχουν δικαίωμα συμμετοχής στο Παγκόσμιο πρωτάθλημα. Αθλητές γεννημένοι το 2003 και 2004 έχουν δικαίωμα συμμετοχής εκτός από την σφαιροβολία.
5. Στα 3000 μέτρα των Γυναικών θα διεξαχθεί απευθείας τελικός.
6. Για τα σύνθετα θα προσκληθούν 12 αθλητές ως εξής:
 - Ο νικητής του 2019 Combined Events Challenge
 - οι πέντε καλύτεροι αθλητές από τις λίστες του 2019 (στις 31 Δεκεμβρίου 2019), επιτρέπεται να συμμετέχει μόνο ένας Αθλητής ανά Χώρα.
 - οι πέντε καλύτεροι αθλητές από την κατάταξη του 2020. (στις 24 Φεβρουαρίου 2020)
 - Και ένας ένας αθλητής που μπορεί να προσκληθεί κατά την κρίση της IAAF

ΑΓΩΝΕΣ ΚΡΙΤΗΡΙΑ ΓΙΑ ΤΗΝ ΕΠΙΤΕΥΞΗ ΟΡΙΩΝ

Β. Πανελλήνιο Πρωτάθλημα Κλειστού Στίβου 28-29/2/2020

Γ. Διεθνή μίτινγκ της IAAF και EAA ή στο World Indoor Tour (με έγκριση της ΕΠΑΣ) Απαραίτητη προϋπόθεση είναι να έχει η διοργάνωση υπηρεσία Ντόπινγκ-κοντρόλ)

Δ. Βαλκανικό Πρωτάθλημα Κλειστού Στίβου Α/Γ 14/2/2020

Ε. Σε Εθνικά πρωταθλήματα άλλων Χωρών με την σύμφωνη γνώμη και των 2 ομοσπονδιών.

ΣΤ. Σε όλες τις περιπτώσεις, που ένας αθλητής-τρια πετύχει επίδοση που αποτελεί όριο πρόκρισης θα πρέπει να περάσει από έλεγχο Ντόπινγκ Κοντρόλ στην συγκεκριμένη διοργάνωση και μόνο.



Κ16 - ΑΓΟΡΙΑ 2020

ΑΓΩΝΙΣΜΑ	ΟΡΙΑ ΒΑΘΜΟΛΟΓΗΣΗΣ & ΚΑΤΑΒΟΛΗΣ ΕΞΟΔΩΝ ΔΙΑΣΥΛΛΟΓΙΚΩΝ ΑΓΩΝΩΝ		ΟΡΙΑ ΠΡΩΜΟΔΟΤΗΣΗΣ ΥΨΗΛΩΝ ΕΠΙΔΟΣΕΩΝ ΚΑΙ ΠΡΟΚΡΙΣΗΣ ΠΙΑ ΤΟ ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΟΥ ΠΡΩΤ/ΜΑ		ΟΡΙΑ ΒΑΘΜΟΛΟΓΗΣΗΣ & ΚΑΤΑΒΟΛΗΣ ΕΞΟΔΩΝ ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΟΥ ΠΡΩΤΑΘΛΗΜΑΤΟΣ	
	ΕΛΑΣΤΙΚΟΣ ΤΑΠΗΤΑΣ ΚΑΙ ΗΛΕΚΤΡΟΝΙΚΗ ΧΡΟΝΟΜΕΤΡΗΣΗ	ΕΛΑΣΤΙΚΟΣ ΤΑΠΗΤΑΣ ΚΑΙ ΧΡΟΝΟΜΕΤΡΟ ΧΕΙΡΟΣ	ΕΛΑΣΤΙΚΟΣ ΤΑΠΗΤΑΣ ΚΑΙ ΗΛΕΚΤΡΟΝΙΚΗ ΧΡΟΝΟΜΕΤΡΗΣΗ	ΕΛΑΣΤΙΚΟΣ ΤΑΠΗΤΑΣ ΚΑΙ ΧΡΟΝΟΜΕΤΡΟ ΧΕΙΡΟΣ	ΕΛΑΣΤΙΚΟΣ ΤΑΠΗΤΑΣ ΚΑΙ ΚΑΤΑΒΟΛΗΣ ΕΞΟΔΩΝ ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΟΥ ΠΡΩΤΑΘΛΗΜΑΤΟΣ	ΕΛΑΣΤΙΚΟΣ ΤΑΠΗΤΑΣ ΚΑΙ ΗΛΕΚΤΡΟΝΙΚΗ ΧΡΟΝΟΜΕΤΡΗΣΗ
80	10'84	10'6	9'94	9'7	10'34	10'34
150	20'04	19'8	18'64	18'4	19'44	19'44
1.200	4'08''14	4'08''0	3'40''14	3'40''0	3'54''14	3'54''14
3.000	11'50''14	11'50''0	10'30''14	10'30''0	11'10''14	11'10''14
100 ΕΜΠ	18''04	17''8	15'74	15'5	16'74	16'74
200 ΕΜΠ (0,76)	33''24	33''0	29''24	29''0	30'74	30'74
2.000 (0,Ε)Χ.Λ.	8'24''14	8'24''0	7'48''14	7'48''0	8'00''14	8'00''14
ΥΨΟΣ	1,52		1,64		1,60	1,60
ΕΠΙ ΚΟΝΤΩ	2,60		3,00		2,70	2,70
ΜΗΚΟΣ	5,10		5,80		5,50	5,50
ΤΕΤΡΑΠΛΟΥΝ	13,50		14,30		13,80	13,80
ΣΦΑΙΡΑ	10,50		13,00		12,00	12,00
ΔΙΣΚΟΣ	29,50		40,00		35,00	35,00
ΑΚΟΝΤΙΟ	32,50		41,00		37,00	37,00
ΣΦΥΡΑ	33,00		42,00		38,00	38,00
ΕΞΑΘΛΟ	2,900 Β		3,400 Β		3,000 Β	3,000 Β
5.000 Β	33'00''14	33'00''0	30'00''14	30'00''0	31'00''14	31'00''14
4Χ80	43''64	43''5	39''14	39''0	41''44	41''44
4Χ200 ΜΙΚΤΗ	2'02''14	2'02''0	1'52''14	1'52''0	1'57''14	1'57''14
3Χ1,200	12'38''14	12'38''0	11'50''14	11'50''0	12'08''14	12'08''14

Κ16 - ΚΟΡΙΤΣΙΑ 2020						
ΑΓΩΝΙΣΜΑ	ΟΡΙΑ ΒΑΘΜΟΛΟΓΗΣΗΣ & ΚΑΤΑΒΟΛΗΣ ΕΣΟΔΩΝ ΔΙΑΣΥΜΠΟΙΚΩΝ ΑΓΩΝΩΝ			ΟΡΙΑ ΠΡΙΜΟΔΟΤΗΣΗΣ ΥΨΗΛΩΝ ΕΠΙΔΟΣΕΩΝ ΚΑΙ ΠΡΟΚΡΙΣΗΣ ΠΙΑ ΤΟ ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΟ ΠΡΩΤ/ΜΑ		ΟΡΙΑ ΒΑΘΜΟΛΟΓΗΣΗΣ ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΟΥ ΠΡΩΤ/ΤΟΣ
	ΕΛΑΣΤΙΚΟΣ ΤΑΠΗΤΑΣ ΚΑΙ ΗΛΕΚΤΡΟΝΙΚΗ ΧΡΟΝΟΜΕΤΡΗΣΗ	ΕΛΑΣΤΙΚΟΣ ΤΑΠΗΤΑΣ ΚΑΙ ΧΡΟΝΟΜΕΤΡΟ ΧΕΙΡΟΣ	ΕΛΑΣΤΙΚΟΣ ΤΑΠΗΤΑΣ ΚΑΙ ΗΛΕΚΤΡΟΝΙΚΗ ΧΡΟΝΟΜΕΤΡΗΣΗ	ΕΛΑΣΤΙΚΟΣ ΤΑΠΗΤΑΣ ΚΑΙ ΗΛΕΚΤΡΟΝΙΚΗ ΧΡΟΝΟΜΕΤΡΗΣΗ	ΕΛΑΣΤΙΚΟΣ ΤΑΠΗΤΑΣ ΚΑΙ ΧΡΟΝΟΜΕΤΡΟ ΧΕΙΡΟΣ	ΟΡΙΑ ΒΑΘΜΟΛΟΓΗΣΗΣ & ΚΑΤΑΒΟΛΗΣ ΕΣΟΔΩΝ ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΟΥ ΠΡΩΤΑΘΛΗΜΑΤΟΣ
80	12' 04	11' 8	10'94	10'7	10'7	11'44
150	22' 64	22' 4	20'74	20'5	20'5	21'74
1.200	4'49"14	4'49"0	4'14"14	4'14"0	4'14"0	4'30"14
3.000	14' 37"14	14' 37"0	12' 18"14	12' 18"0	12' 18"0	13' 15"14
80 ΕΜΠ	16' 24	16' 0	13"34	13"1	13"1	14' 74
200 ΕΜΠ (0,76)	36' 24	36' 0	32"24	32"0	32"0	34"24
2.000 (ΦΕ) Χ.Λ.	9' 30' 14	9' 30' 0	8' 48' 14	8' 48' 0	8' 48' 0	9' 10' 14
ΥΨΟΣ	1.33		1.47			1.40
ΕΠΙΚΟΝΤΟ	2.20		2.40 (2.50 όριο πρόκρισης)		2.30	2.30
ΜΗΚΟΣ	4.30		4.90 (5.00 όριο πρόκρισης)		4.60	4.60
ΤΕΤΡΑΠΛΟΥΝ	11.50		12.40		12.10	12.10
ΣΦΑΙΡΑ	8.30		10.50		9.40	9.40
ΔΙΣΚΟΣ	22.00		28.00		25.00	25.00
ΑΚΟΝΤΙΟ	24.00		31.00		28.00	28.00
ΣΦΥΡΑ	28.00		35.00		31.50	31.50
ΕΞΑΘΛΟ	3.000 Β.		3.500 Β		3.200 Β	3.200 Β
5.000 Β	37' 00' 14	37' 00' 0	33' 00"14	33' 00"0	33' 00"0	34' 00' 14
4Χ80	48"34	48"2	43"14	43"0	43"0	45"64
4Χ200 ΜΙΚΤΗ	2' 02' 14	2' 02' 0	1' 52' 14	1' 52' 0	1' 52' 0	1' 57' 14
3Χ1.200	14' 37' 14	14' 37' 0	13' 45' 14	13' 45' 0	13' 45' 0	14' 04' 14

ΑΤΙΘΙΣΜΑ	Κ18 - ΑΝΔΡΕΣ 2020							
	ΟΡΙΑ ΒΑΘΜΟΛΟΓΗΣΗΣ & ΚΑΤΑΒΟΛΗΣ ΕΞΟΔΩΝ ΑΓΩΝΩΝ				ΟΡΙΑ ΠΡΟΜΟΔΟΤΗΣΗΣ ΥΨΗΛΩΝ ΕΠΙΔΟΣΕΩΝ ΚΑΙ ΠΡΟΚΡΙΣΗΣ ΓΙΑ ΤΟ ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΟ ΠΡΩΤ/ΓΜΑ			
	ΟΡΙΑ ΒΑΘΜΟΛΟΓΗΣΗΣ & ΚΑΤΑΒΟΛΗΣ ΕΞΟΔΩΝ ΔΙΑΣΥΛΛΟΓΙΚΩΝ ΑΓΩΝΩΝ	ΕΛΑΣΤΙΚΟΣ ΤΑΠΗΤΑΣ ΚΑΙ ΗΛΕΚΤΡΟΝΙΚΗ ΧΡΟΝΟΜΕΤΡΗΣΗ	ΕΛΑΣΤΙΚΟΣ ΤΑΠΗΤΑΣ ΚΑΙ ΧΡΟΝΟΜΕΤΡΟ ΧΕΙΡΟΣ	ΕΛΑΣΤΙΚΟΣ ΤΑΠΗΤΑΣ ΚΑΙ ΗΛΕΚΤΡΟΝΙΚΗ ΧΡΟΝΟΜΕΤΡΗΣΗ	ΕΛΑΣΤΙΚΟΣ ΤΑΠΗΤΑΣ ΚΑΙ ΧΡΟΝΟΜΕΤΡΟ ΧΕΙΡΟΣ	ΕΛΑΣΤΙΚΟΣ ΤΑΠΗΤΑΣ ΚΑΙ ΗΛΕΚΤΡΟΝΙΚΗ ΧΡΟΝΟΜΕΤΡΗΣΗ	ΟΡΙΑ ΒΑΘΜΟΛΟΓΗΣΗΣ & ΚΑΤΑΒΟΛΗΣ ΕΞΟΔΩΝ ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΟΥ ΠΡΩΤΑΘΛΗΜΑΤΟΣ	ΕΛΑΣΤΙΚΟΣ ΤΑΠΗΤΑΣ ΚΑΙ ΗΛΕΚΤΡΟΝΙΚΗ ΧΡΟΝΟΜΕΤΡΗΣΗ
100	12''64	12''4	11''64 (11''54 όριο πρόκρ.)	11''64 (11''54 όριο πρόκρ.)	11''4	11''94		
200	26''14	25''9	23''64	23''64	23''4	24''24		
400	58''94	58''8	52''84	52''84	52''7	55''04		
800	2'16''14	2'16''0	2'04''14	2'04''14	2'04''0	2'09''64		
1.500	4'50''14	4'50''0	4'22''14	4'22''14	4'22''0	4'30''14		
3.000	10'25''14	10'25''0	9'42''14 (9'38''14 όριο πρόκρ.)	9'42''14 (9'38''14 όριο πρόκρ.)	9'42''0 (9'38''0 όριο πρόκρ.)	9'55''14		
2.000 Φ.Ε	7'53''14	7'53''0	6'52''14	6'52''14	6'52''0	7'22''64		
110 ΕΜΠ	18''74	18''5	16''84	16''84	16''6	17''74		
400 ΕΜΠ	65''84	65''7	60''64	60''64	60''5	62''64		
ΥΨΟΣ		1.64		1.75		1.70		
ΕΠΙΚΟΝΤΩ		3.00		3.70		3.30		
ΜΗΚΟΣ		5.40		6.35 (6.40 όριο πρόκρ.)		6.00		
ΤΡΙΠΛΟΥΝ		11.55		13.00		12.30		
ΣΦΑΙΡΑ		10.90		14.20		12.60		
ΔΙΣΚΟΣ		31.00		42.00		36.50		
ΑΚΟΝΤΙΟ		34.50		48.00		42.00		
ΣΦΥΡΑ		34.00		48.00		41.00		
ΔΕΚΑΘΛΟ		3.850β		5.050β		4.450β		
10.000 ΒΑΛΗΝ	1:00'00''14	1:00'00''0	56'00''14	56'00''14	56'00''0	59'00''14		
4Χ100	50''74	50''6	46''14	46''14	46''0	48''44		
4Χ400	4'01''74	4'01''6	3'44''04	3'44''04	3'43''9	3'52''84		

Κ18 - ΓΥΝΑΙΚΕΣ 2020						
ΑΤΙΣΜΑ	ΟΡΙΑ ΒΑΘΜΟΛΟΓΗΣΗΣ & ΚΑΤΑΒΟΛΗΣ ΕΞΟΔΩΝ ΔΙΑΣΥΛΛΟΓΙΚΩΝ ΑΓΩΝΩΝ		ΟΡΙΑ ΠΡΩΤΟΔΟΤΗΣΗΣ ΥΨΗΛΩΝ ΕΠΙΔΟΣΕΩΝ ΚΑΙ ΠΡΟΚΡΙΣΗΣ ΓΙΑ ΤΟ ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΟ ΠΡΟΤ/ΜΑ		ΟΡΙΑ ΒΑΘΜΟΛΟΓΗΣΗΣ & ΚΑΤΑΒΟΛΗΣ ΕΞΟΔΩΝ ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΟΥ ΠΡΟΤΑΘΛΗΜΑΤΟΣ	
	ΕΛΑΣΤΙΚΟΣ ΤΑΠΗΤΑΣ ΚΑΙ ΗΛΕΚΤΡΟΝΙΚΗ ΧΡΟΝΟΜΕΤΡΗΣΗ	ΕΛΑΣΤΙΚΟΣ ΤΑΠΗΤΑΣ ΚΑΙ ΧΡΟΝΟΜΕΤΡΟ ΧΕΙΡΟΣ	ΕΛΑΣΤΙΚΟΣ ΤΑΠΗΤΑΣ ΚΑΙ ΗΛΕΚΤΡΟΝΙΚΗ ΧΡΟΝΟΜΕΤΡΗΣΗ	ΕΛΑΣΤΙΚΟΣ ΤΑΠΗΤΑΣ ΚΑΙ ΧΡΟΝΟΜΕΤΡΟ ΧΕΙΡΟΣ	ΕΛΑΣΤΙΚΟΣ ΤΑΠΗΤΑΣ ΚΑΙ ΗΛΕΚΤΡΟΝΙΚΗ ΧΡΟΝΟΜΕΤΡΗΣΗ	ΕΛΑΣΤΙΚΟΣ ΤΑΠΗΤΑΣ ΚΑΙ ΗΛΕΚΤΡΟΝΙΚΗ ΧΡΟΝΟΜΕΤΡΗΣΗ
100	14'' 64	14' 4	13.04	12 8	13''54	
200	31'' 04	30' 8	27 04	26 8	27''94	
400	1' 09''94	1' 09' 8	1' 02''84	1' 02''7	1' 05''24	
800	2' 48'' 14	2' 48' 0	2' 27''14	2' 27' 0	2' 36''14	
1.500	6' 03'' 64	6' 03' 5	5' 12''14	5' 12''0	5' 34''84	
3.000	13' 12'' 14	13' 12' 0	11' 40''14	11' 40' 0	12' 20''14	
2.000 Φ.Ε	9' 00'' 14	9' 00' 0	8' 30'' 14	8' 30' 0	8' 45'' 14	
100 ΕΜΠ	19'' 14	18' 9	16'' 64	16' 4	17''54	
400 ΕΜΠ	1' 17'' 14	1' 17' 0	1' 11''14"	1' 11' 0	1' 14'' 14	
ΥΨΟΣ		1.38		1.53 (1.56 όριο πρόκρισης)		1.45
ΕΠΙ ΚΟΝΤΟ		2.50		2.90 (3.10 όριο πρόκρισης)		2.80
ΜΗΚΟΣ		4.50		5.25 (5.35 όριο πρόκρισης)		5.00
ΤΡΙΠΛΩΤΩΝ		9.40		10.50 (10.80 όριο πρόκρισης)		10.00
ΣΦΑΙΡΑ		9.40		12.00		11.00
ΔΙΣΚΟΣ		25.00		32.00		29.00
ΑΚΟΝΤΙΟ		28.00		35.00		31.50
ΣΦΥΡΑ		33.00		41.00 (43.00 όριο πρόκρισης)		39.00
ΕΠΤΑΘΛΟ		2.9008		3.6008		3.2508
5.000 ΒΑΛΗΝ	33' 00'' 14	33' 00' 0	31' 00'' 14	31' 00' 0	31' 30'' 14	
4Χ100	58'' 94	58' 8	52'' 04	51' 9	55'' 44	
4Χ400	4' 46'' 04	4' 45' 9	4' 24'' 04	4' 23' 9	4' 35'' 04	

ΑΤΙΣΜΑ	ΑΝΔΡΑΣ 2020						ΟΡΙΑ ΒΑΘΜΟΛΟΓΗΣΗΣ & ΚΑΤΑΒΟΛΗΣ ΕΞΟΔΟΝ ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΟΥ ΠΡΟΤΑΓΜΑΤΟΣ
	ΟΡΙΑ ΒΑΘΜΟΛΟΓΗΣΗΣ & ΚΑΤΑΒΟΛΗΣ ΕΞΟΔΟΝ ΔΙΑΣΥΛΛΟΓΙΚΟΝ ΑΤΙΣΜΟΝ		ΟΡΙΑ ΠΡΩΜΟΔΟΤΗΣΗΣ ΥΨΗΛΟΝ ΕΠΙΔΟΣΕΩΝ & ΠΡΟΚΡΙΣΗΣ ΠΛΑΤΟ ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΟ ΠΡΟΤΑΓΜΑ		ΟΡΙΑ ΒΑΘΜΟΛΟΓΗΣΗΣ & ΚΑΤΑΒΟΛΗΣ ΕΞΟΔΟΝ ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΟΥ ΠΡΟΤΑΓΜΑΤΟΣ		
	ΕΛΑΣΤΙΚΟΣ ΤΑΠΗΤΑΣ ΚΑΙ ΗΛΕΚΤΡΟΝΙΚΗ ΧΡΟΝΟΜΕΤΡΗΣΗ	ΕΛΑΣΤΙΚΟΣ ΤΑΠΗΤΑΣ ΚΑΙ ΧΡΟΝΟΜΕΤΡΟ ΧΕΙΡΟΣ	ΕΛΑΣΤΙΚΟΣ ΤΑΠΗΤΑΣ ΚΑΙ ΗΛΕΚΤΡΟΝΙΚΗ ΧΡΟΝΟΜΕΤΡΗΣΗ	ΕΛΑΣΤΙΚΟΣ ΤΑΠΗΤΑΣ ΚΑΙ ΧΡΟΝΟΜΕΤΡΟ ΧΕΙΡΟΣ	ΕΛΑΣΤΙΚΟΣ ΤΑΠΗΤΑΣ ΚΑΙ ΧΡΟΝΟΜΕΤΡΟ ΧΕΙΡΟΣ	ΕΛΑΣΤΙΚΟΣ ΤΑΠΗΤΑΣ ΚΑΙ ΗΛΕΚΤΡΟΝΙΚΗ ΧΡΟΝΟΜΕΤΡΗΣΗ	
100	11' 84"	11' 6"	11' 24"	11' 0"	11' 34"	11' 34"	
200	24' 24"	24' 0"	22' 84"	22' 6"	23' 04"	23' 04"	
400	54' 24"	54' 1"	51' 14"	51' 0"	51' 84"	51' 84"	
800	2 06' 14"	2 06' 0"	1 58' 64"	1 58' 5"	1 59' 64"	1 59' 64"	
1.500	4 23' 14"	4 23' 0"	4 08' 14"	4 08' 0"	4 11' 64"	4 11' 64"	
* 5.000	17 00' 14"	17 00' 0"	16 16' 14" ΥΨ. ΠΡΩΜ. *15' 50"00 ΠΡΟΚΡΙΣΗΣ	16 16' 0" ΥΨ. ΠΡΩΜ. *15' 50"00 ΠΡΟΚΡΙΣΗΣ	16 16' 00"	16 16' 00"	
* 10.000			33'00"14	33'00"0	34 00' 14"	34 00' 14"	
** ΗΜΙΜΑΡΑΘΩΝΙΟΣ			1:25 00'00	1:25 00'0	1:32 00'00	1:32 00'00	
** ΜΑΡΑΘΩΝΙΟΣ			2:55' 00"00	2:55' 00"0	3:15' 00'00	3:15' 00'00	
3.000 Φ.Ε.	10'50"14	10'50"0	10'15"14 ΥΨ. ΠΡΩΜ. 10'00"00 ΠΡΟΚΡΙΣΗΣ	10'15"0 ΥΨ. ΠΡΩΜ. 10'00"00 ΠΡΟΚΡΙΣΗΣ	10'15"14	10'15"14	
110 ΕΜΠ	17' 24"	17' 0"	16' 54"	16' 3"	16' 64"	16' 64"	
400 ΕΜΠ	1'02"74	1'02"6	59'64"	59'5"	1'00"64	1'00"64	
ΥΨΟΣ	1.82		1.90		1.86	1.86	
ΕΠΙ ΚΟΝΤΙΟ	3.60		4.10		4.00	4.00	
ΜΗΚΟΣ	6.10		6.80		6.70	6.70	
ΤΡΙΠΛΟΥΝ	12.80		13.80		13.70	13.70	
ΣΦΑΙΡΑ	11.50		13.00 Α - 14.50 Κ20		12.90	12.90	
ΔΙΣΚΟΣ	35.00		40.00 Α - 42.00 Κ20		39.00	39.00	
ΑΚΟΝΤΙΟ	44.00		52.00		51.00	51.00	
ΣΦΥΡΑ	42.00		47.00 Α - 47.00 Κ20		46.00	46.00	
** ΔΕΚΑΘΛΟ	4.500 Β		4.900 Β. (Α) & 5.000 Β. Κ20		4.850 Β	4.850 Β	
10.000 ΒΑΔΗΝ	54'00" 14	54'00" 0	52'00"14	52'00"0			
** 20.000 ΒΑΔΗΝ			1:50'00"00	1:50'00"0	1:55'00"00	1:55'00"00	
** 50.000 ΒΑΔΗΝ			5:10'00"00	5:10'00"0	5:15'00"00	5:15'00"00	
4Χ100	46' 44"	46' 3"	44' 44"	44' 3"	44' 94"	44' 94"	
4Χ400	3 42"14	3 42"0	3 35"14	3 35"0	3 36"14	3 36"14	

*10.000. Τα έτη 2018 - 2019 * Στα 5.000 μ υπάρχει όριο προκρίσεως και από τα 1.500μ / 3.000μ / 10.000μ / 3.000 Φ.Ε.

** Ημιμαραθώνιος - Μαραθώνιος - 20.000 Β. - 50.000 Β. - Δέκαθλο: Τα έτη 2018 - 2019 - 2020

ΓΥΝΑΙΚΕΣ 2020						
ΑΤΟΝΙΣΜΑ	ΟΡΙΑ ΒΑΘΜΟΛΟΓΗΣΗΣ & ΚΑΤΑΒΟΛΗΣ ΕΞΟΔΩΝ ΔΙΑΣΥΛΛΟΓΙΚΩΝ ΑΤΟΝΩΝ		ΟΡΙΑ ΠΡΟΜΟΔΟΤΗΣΗΣ ΥΨΗΛΩΝ ΕΠΙΔΟΣΕΩΝ & ΠΡΟΚΡΙΣΗΣ ΠΙΛΟΤΩ ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΩ ΠΡΟΤΑΘΛΗΜΑ		ΟΡΙΑ ΒΑΘΜΟΛΟΓΗΣΗΣ & ΚΑΤΑΒΟΛΗΣ ΕΞΟΔΩΝ ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΟΥ ΠΡΟΤΑΘΛΗΜΑΤΟΣ	
	ΕΛΑΣΤΙΚΟΣ ΤΑΠΗΤΑΣ ΚΑΙ ΗΛΕΚΤΡΟΝΙΚΗ ΧΡΟΝΟΜΕΤΡΗΣΗ	ΕΛΑΣΤΙΚΟΣ ΤΑΠΗΤΑΣ ΚΑΙ ΧΡΟΝΟΜΕΤΡΟ ΧΕΙΡΟΣ	ΕΛΑΣΤΙΚΟΣ ΤΑΠΗΤΑΣ ΚΑΙ ΗΛΕΚΤΡΟΝΙΚΗ ΧΡΟΝΟΜΕΤΡΗΣΗ	ΕΛΑΣΤΙΚΟΣ ΤΑΠΗΤΑΣ ΚΑΙ ΧΡΟΝΟΜΕΤΡΟ ΧΕΙΡΟΣ	ΕΛΑΣΤΙΚΟΣ ΤΑΠΗΤΑΣ ΚΑΙ ΧΡΟΝΟΜΕΤΡΗΣΗ	ΕΛΑΣΤΙΚΟΣ ΤΑΠΗΤΑΣ ΚΑΙ ΗΛΕΚΤΡΟΝΙΚΗ ΧΡΟΝΟΜΕΤΡΗΣΗ
100	13'' 74	13'' 5	12'' 84	12'' 6		13'' 04
200	28'' 54	28'' 3	26'' 54	26'' 3		27'' 04
400	1' 05'' 04	1' 04'' 9	1' 01'' 14	1' 01'' 0		1' 02'' 14
800	2' 32'' 14	2' 32'' 0	2' 23'' 14	2' 23'' 0		2' 26'' 14
1.500	5' 27'' 14	5' 27'' 0	5' 05'' 14	5' 05'' 0		5' 10'' 64
5.000	21' 15'' 14	21' 15'' 0	20' 20'' 14 ΥΨ. ΠΡΩΜ. *19' 20'' 00 ΠΡΟΚΡΙΣΗΣ	20' 20'' 0 ΥΨ. ΠΡΩΜ. *19' 20'' 00 ΠΡΟΚΡΙΣΗΣ		20' 12'' 14
* 10.000			44' 00'' 14	44' 00'' 0		46' 00'' 14
** ΗΜΙΜΑΡΑΘΩΝΙΟΣ			1:45' 00'' 00	1:45' 00'' 0		2:00' 00'' 00
** ΜΑΡΑΘΩΝΙΟΣ			3:40' 00'' 00	3:40' 00'' 0		4:00' 00'' 00
3.000 Φ.Ε.	13' 50'' 14	13' 50'' 0	13' 00'' 14	13' 00'' 0		13' 10'' 14
100 ΕΜΠ	18'' 14	17'' 9	16'' 84	16'' 6		16'' 94
400 ΕΜΠ	1' 12'' 64	1' 12'' 5	1' 09'' 64	1' 09'' 5		1' 10'' 64
ΥΨΟΣ	1.50	1.50	1.59	1.59		1.55
ΕΠΙ ΚΟΝΤΩ	2.90	2.90	3.20	3.20		3.10
ΜΗΚΟΣ	5.00	5.00	5.50	5.50		5.35
ΤΡΙΠΛΟΥΝ	10.40	10.40	11.20	11.20		11.00
ΣΦΑΙΡΑ	9.60	9.60	10.70	10.70		10.60
ΔΕΚΟΣ	32.00	32.00	36.00	36.00		35.00
ΑΚΟΝΤΙΟ	33.00	33.00	36.00	36.00		34.50
ΣΦΥΡΑ	35.00	35.00	40.00	40.00		39.00
** ΕΠΙΘΑΛΩ	3.100 Β	3.100 Β	3.600 Β	3.600 Β		3.450 Β
10.000 Β.	1:00' 30'' 14	1:00' 30'' 0	58' 30'' 14	58' 30'' 0		
** 20.000 Β.			2:10' 00'' 00	2:10' 00'' 0		2:15' 00'' 00
** 50.000 Β.			6:05' 00'' 00	6:05' 00'' 0		6:10' 00'' 00
4Χ100	54'' 44	54'' 3	51'' 64	51'' 5		52'' 04
4Χ400	4' 24'' 14	4' 24'' 0	4' 19'' 14	4' 19'' 0		4' 21'' 14

*10.000: Τα έτη 2019 - 2020 * Στα 5.000 μ υπάρχει όριο προκρίσις και από τα 1.500μ - 3.000μ - 10.000μ - 3.000 Φ.Ε.

** Ημιμαραθώνιος - Μαραθώνιος - 20.000 Β. - 50.000 Β - Επίθαλο : Τα έτη 2018 - 2019 - 2020

ΤΕΧΝΙΚΕΣ ΔΙΑΤΑΞΕΙΣ 2020

ΑΙΩΝΙΣΜΑ	Κ20 - ΑΝΔΡΩΝ - ΓΥΝΑΙΚΩΝ ΚΑΙ Κ23 ΑΝΔΡΩΝ - ΓΥΝΑΙΚΩΝ 2020							
	ΟΡΙΑ ΠΡΟΚΡΙΣΗΣ ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΩΝ ΠΡΩΤΑΘΛΗΜΑΤΩΝ		ΟΡΙΑ ΒΑΘΜΟΛΟΓΗΣΗΣ ΚΑΙ ΚΑΤΑΒΟΗΣ ΕΞΟΔΩΝ ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΩΝ ΠΡΩΤΑΘΛΗΜΑΤΩΝ		ΟΡΙΑ ΠΡΟΚΡΙΣΗΣ ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΩΝ ΠΡΩΤΑΘΛΗΜΑΤΩΝ		ΟΡΙΑ ΒΑΘΜΟΛΟΓΗΣΗΣ ΚΑΙ ΚΑΤΑΒΟΗΣ ΕΞΟΔΩΝ ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΩΝ ΠΡΩΤΑΘΛΗΜΑΤΩΝ	
	Κ20 - Κ23 (ΑΝΔΡΩΝ) ΗΛΕΚΤΡΟΝΙΚΗ ΧΡΟΝΟΜΕΤΡΗΣΗ	Κ20 - Κ23 (ΑΝΔΡΩΝ) ΧΡΟΝΟΜΕΤΡΟ ΧΕΙΡΟΣ	Κ20 - Κ23 (ΑΝΔΡΩΝ) ΗΛΕΚΤΡΟΝΙΚΗ ΧΡΟΝΟΜΕΤΡΗΣΗ	Κ20 - Κ23 (ΑΝΔΡΩΝ) ΗΛΕΚΤΡΟΝΙΚΗ ΧΡΟΝΟΜΕΤΡΗΣΗ	Κ20 - Κ23 (ΓΥΝΑΙΚΩΝ) ΗΛΕΚΤΡΟΝΙΚΗ ΧΡΟΝΟΜΕΤΡΗΣΗ	Κ20 - Κ23 (ΓΥΝΑΙΚΩΝ) ΧΡΟΝΟΜΕΤΡΟ ΧΕΙΡΟΣ	Κ20 - Κ23 (ΓΥΝΑΙΚΩΝ) ΗΛΕΚΤΡΟΝΙΚΗ ΧΡΟΝΟΜΕΤΡΗΣΗ	Κ20 - Κ23 (ΓΥΝΑΙΚΩΝ) ΗΛΕΚΤΡΟΝΙΚΗ ΧΡΟΝΟΜΕΤΡΗΣΗ
100	11'34	11'1	11'54	12'94	12'7	13'34		
200	23'04	22'8	23'34	26'74	26'5	27'64		
400	51'64	51'5	52'44	1'01'64	1'01'5	1'03'14		
800	2'00'64	2'00'5	2'04'04	2'25'64	2'25'5	2'29'14		
1.500	4'14'14	4'14'0	4'18'14	5'06'14	5'06'0	5'21'14		
3.000 Κ20			9'50'14			11'50'14		
5.000	16'30'14	16'30'0	16'50'14	20'40'14	20'40'0	21'15'14		
* 10.000 Κ23 (Α-Γ)	34'00'14	34'00'0	35'00'14	44'30'14	44'30'0	46'30'14		
3.000 ΦΕ	10'25'14	10'25'0	10'38'14	13'18'14	13'18'0	14'00'14		
110 - 100 ΕΜΠ	16'74-Κ20 / 17'04-Κ23	16'5-Κ20 / 16'8-Κ23	16'94-Κ20 / 17'24-Κ23	17'64	17'4	17'84		
400 ΕΜΠ	1'00'84	1'00'7	1'01'14	1'10'84	1'10'7	1'11'64		
ΥΨΟΣ	1.86	1.86	1.84	1.56	1.56	1.50		
ΕΠΙ ΚΟΝΤΩ	4.00	4.00	3.60	3.20	3.20	3.00		
ΜΗΚΟΣ	6.60	6.60	6.30	5.40	5.40	5.20		
ΤΡΙΠΛΟΥΝ	13.50	13.50	13.40	11.20	11.20	10.80		
ΣΦΑΙΡΑ	14.30-Κ20 / 12.50-Κ23		13.60-Κ20 / 11.50-Κ23	10.40	10.40	9.80		
ΔΙΣΚΟΣ	42.00-Κ20 / 38.00-Κ23		39.00-Κ20 / 35.00-Κ23	34.00	34.00	30.00		
ΑΚΟΝΤΙΟ	48.00	48.00	47.00	35.00	35.00	32.00		
ΣΦΥΡΑ	47.00-Κ20 / 45.00-Κ23		45.00-Κ20 / 38.00-Κ23	38.00	38.00	33.00		
** ΔΕΚΑΘΛΙΟ	5.000 Β-Κ20 / 4.900 Β-Κ23		4.800 Β-Κ20 / 4.600 Β-Κ23					
** ΕΠΤΑΘΛΙΟ				3.600 Β		3.300 Β		
10.000 Β - Κ20	55'00'14	55'00'0	56'00'14	1'00'00'14	1'00'00'0	1'01'45'14		
** 20.000 Β - Κ23	2'00'00'00	2'00'00'0	2'02'00'00	2'15'00'00	2'15'00'0	2'18'00'00		
4 Χ 100	45'04	44'9	45'24	52'44	52'3	52'64		
4 Χ 400	3'37'64	3'37'5	3'38'14	4'21'64	4'21'5	4'24'14		

*10.000: Τα έτη 2019 - 2020

**20.000 Β - Δέκαθλο - Επταθλο: Τα έτη 2018 - 2019 - 2020

ΑΓΩΝΙΣΤΙΚΟ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ "RUN GREECE" 2020

Μάρτιος

29: Λάρισα

Απρίλιος

5: Ηράκλειο

Μάιος

10: Καστοριά

24: Ιωάννινα

Σεπτέμβριος

20: Αλεξανδρούπολη

Οκτώβριος

4: Πάτρα

18: Ρόδος

RunGreece

ΒΑΘΜΟΛΟΓΙΑ ΤΕΤΡΑΘΛΩΝ - Κ 14										
Κ 14 ΑΓΟΡΙΑ	60μ Α.Α.Η.Χ	1.200μ ΧΡ.ΧΕΙΡ.	60μ ΕΜΠ Α.Α.Η.Χ	ΥΨΟΣ ΧΡ.ΧΕΙΡ.	ΜΗΚΟΣ Α.Α.Η.Χ	ΣΩΦΑΙΡΑ ΧΡ.ΧΕΙΡ.	ΜΠΑΛΑΚΙ VORTEX	≥ 14.01	≥ 5.51	≥ 52.51
110	≤ 8.03	≤ 7.7	≤ 3.40.13	≤ 3.39.9	≤ 9.83	≤ 9.5	≥ 1.60			
100	8.04-8.23	7.8-7.9	3.40.14 - 3.47.13	3.40.0 - 3.46.9	9.84 - 10.13	9.6 - 9.8	1.55	13.51 - 14.00	5.31 - 5.50	50.01 - 52.50
95	8.24-8.43	8.0-8.1	3.47.14 - 3.54.13	3.47.0 - 3.53.9	10.14 - 10.43	9.9 - 10.1	1.50	13.01 - 13.50	5.11 - 5.30	47.51 - 50.00
90	8.44-8.63	8.2-8.3	3.54.14 - 4.01.13	3.54.0 - 4.00.9	10.44 - 10.73	10.2 - 10.4	1.45	12.51 - 13.00	4.91 - 5.10	45.01 - 47.50
85	8.64-8.83	8.4-8.5	4.01.14 - 4.08.13	4.01.0 - 4.07.9	10.74 - 11.03	10.5 - 10.7	1.40	12.01 - 12.50	4.71 - 4.90	42.51 - 45.00
80	8.84-9.03	8.6-8.7	4.08.14 - 4.15.13	4.08.0 - 4.14.9	11.04 - 11.33	10.8 - 11.0		11.51 - 12.00	4.51 - 4.70	40.01 - 42.50
75	9.04-9.23	8.8-8.9	4.15.14 - 4.22.13	4.15.0 - 4.21.9	11.34 - 11.63	11.1 - 11.3	1.35	11.01 - 11.50	4.31 - 4.50	37.51 - 40.00
70	9.24-9.43	9.0-9.1	4.22.14 - 4.29.13	4.22.0 - 4.28.9	11.64 - 11.93	11.4 - 11.6		10.51 - 11.00	4.11 - 4.30	35.01 - 37.50
65	9.44-9.63	9.2-9.3	4.29.14 - 4.36.13	4.29.0 - 4.35.9	11.94 - 12.23	11.7 - 11.9	1.30	10.01 - 10.50	3.91 - 4.10	32.51 - 35.00
60	9.64-9.83	9.4-9.5	4.36.14 - 4.43.13	4.36.0 - 4.42.9	12.24 - 12.53	12.0 - 12.2		9.51 - 10.00	3.71 - 3.90	30.01 - 32.50
55	9.84-10.03	9.6-9.7	4.43.14 - 4.50.13	4.43.0 - 4.49.9	12.54 - 12.83	12.3 - 12.5	1.25	9.01 - 9.50	3.51 - 3.70	27.51 - 30.00
50	10.04-10.23	9.8-9.9	4.50.14 - 4.57.13	4.50.0 - 4.56.9	12.84 - 13.13	12.6 - 12.8		8.51 - 9.00	3.31 - 3.50	25.01 - 27.50
45	10.24-10.43	10.0-10.1	4.57.14 - 5.04.13	4.57.0 - 5.03.9	13.14 - 13.43	12.9 - 13.1	1.20	8.01 - 8.50	3.11 - 3.30	22.51 - 25.00
40	10.44-10.63	10.2-10.3	5.04.14 - 5.11.13	5.04.0 - 5.10.9	13.44 - 13.73	13.2 - 13.4		7.51 - 8.00	2.91 - 3.10	20.01 - 22.50
35	10.64-10.83	10.4-10.5	5.11.14 - 5.18.13	5.11.0 - 5.17.9	13.74 - 14.03	13.5 - 13.7	1.10	7.01 - 7.50	2.71 - 2.90	17.51 - 20.00
30	10.84-11.03	10.6-10.7	5.18.14 - 5.25.13	5.18.0 - 5.24.9	14.04 - 14.33	13.8 - 14.0		6.51 - 7.00	2.51 - 2.70	15.01 - 17.50
25	11.04-11.23	10.8-10.9	5.25.14 - 5.32.13	5.25.0 - 5.31.9	14.34 - 14.63	14.1 - 14.3		6.01 - 6.50	2.41 - 2.50	12.51 - 15.00
20	11.24-11.43	11.0-11.1	5.32.14 - 5.39.13	5.32.0 - 5.38.9	14.64 - 14.93	14.4 - 14.6	1.00	5.51 - 6.00	2.31 - 2.40	10.01 - 12.50
15	11.44-11.63	11.2-11.3	5.39.14 - 5.46.13	5.39.0 - 5.45.9	14.94 - 15.23	14.7 - 14.9		5.01 - 5.50	2.21 - 2.30	7.51 - 10.00
10	≥ 11.64	≥ 11.4	≥ 5.46.14	≥ 5.46.00	≥ 15.24	≥ 15.0	0.90	≤ 5.00	≤ 2.20	≤ 7.50

ΒΑΘΜΟΛΟΓΙΑ ΤΕΤΡΑΘΛΩΝ - Κ 14										
Κ14 ΚΟΡΙΤΣΙΑ	60μ Α.Α.Η.Χ	1.200μ ΧΡ.ΧΕΙΡ.	60μ ΕΜΠ Α.Α.Η.Χ	ΥΨΟΣ ΧΡ.ΧΕΙΡ.	ΜΗΚΟΣ Α.Α.Η.Χ	ΣΦΑΙΡΑ ΧΡ.ΧΕΙΡ.	ΜΠΑΛΑΚΙ VORTEX	≥ 4.71	≥ 9.71	≥ 42.01
110	≤ 8.83	≤ 8.5	≤ 4.15.13	≤ 4.14.9	≤ 10.73	≤ 10.4	≥ 1.45	≥ 4.71	≥ 9.71	≥ 42.01
100	8.84 - 9.03	8.6 - 8.7	4.15.14 - 4.22.13	4.15.0 - 4.21.9	10.74 - 11.03	10.5 - 10.7	1.40	4.56 - 4.70	9.31 - 9.70	40.01 - 42.00
95	9.04 - 9.23	8.8 - 8.9	4.22.14 - 4.29.13	4.22.0 - 4.28.9	11.04 - 11.33	10.8 - 11.0		4.41 - 4.55	8.91 - 9.30	38.01 - 40.00
90	9.24 - 9.43	9.0 - 9.1	4.29.14 - 4.36.13	4.29.0 - 4.35.9	11.34 - 11.63	11.1 - 11.3	1.35	4.26 - 4.40	8.51 - 8.90	36.01 - 38.00
85	9.44 - 9.63	9.2 - 9.3	4.36.14 - 4.43.13	4.36.0 - 4.42.9	11.64 - 11.93	11.4 - 11.6		4.11 - 4.25	8.11 - 8.50	34.01 - 36.00
80	9.64 - 9.83	9.4 - 9.5	4.43.14 - 4.50.13	4.43.0 - 4.49.9	11.94 - 12.23	11.7 - 11.9	1.30	3.96 - 4.10	7.71 - 8.10	32.01 - 34.00
75	9.84 - 10.03	9.6 - 9.7	4.50.14 - 4.57.13	4.50.0 - 4.56.9	12.24 - 12.53	12.0 - 12.2		3.81 - 3.95	7.31 - 7.70	30.01 - 32.00
70	10.04 - 10.23	9.8 - 9.9	4.57.14 - 5.04.13	4.57.0 - 5.03.9	12.54 - 12.83	12.3 - 12.5	1.25	3.66 - 3.80	6.91 - 7.30	28.01 - 30.00
65	10.24 - 10.43	10.0 - 10.1	5.04.14 - 5.11.13	5.04.0 - 5.10.9	12.84 - 13.13	12.6 - 12.8		3.51 - 3.65	6.51 - 6.90	26.01 - 28.00
60	10.44 - 10.63	10.2 - 10.3	5.11.14 - 5.18.13	5.11.0 - 5.17.9	13.14 - 13.43	12.9 - 13.1	1.20	3.36 - 3.50	6.11 - 6.50	24.01 - 26.00
55	10.64 - 10.83	10.4 - 10.5	5.18.14 - 5.25.13	5.18.0 - 5.24.9	13.44 - 13.73	13.2 - 13.4		3.21 - 3.35	5.71 - 6.10	22.01 - 24.00
50	10.84 - 11.03	10.6 - 10.7	5.25.14 - 5.32.13	5.25.0 - 5.31.9	13.74 - 14.03	13.5 - 13.7	1.15	3.06 - 3.20	5.31 - 5.70	20.01 - 22.00
45	11.04 - 11.23	10.8 - 10.9	5.32.14 - 5.39.13	5.32.0 - 5.38.9	14.04 - 14.33	13.8 - 14.0		2.91 - 3.05	4.91 - 5.30	18.01 - 20.00
40	11.24 - 11.43	11.0 - 11.1	5.39.14 - 5.46.13	5.39.0 - 5.45.9	14.34 - 14.63	14.1 - 14.3	1.10	2.76 - 2.90	4.51 - 4.90	16.01 - 18.00
35	11.44 - 11.63	11.2 - 11.3	5.46.14 - 5.53.13	5.46.0 - 5.52.9	14.64 - 14.93	14.4 - 14.6		2.61 - 2.75	4.11 - 4.50	14.01 - 16.00
30	11.64 - 11.83	11.4 - 11.5	5.53.14 - 6.00.13	5.53.0 - 5.59.9	14.94 - 15.23	14.7 - 14.9	1.00	2.46 - 2.60	3.71 - 4.10	12.01 - 14.00
25	11.84 - 12.03	11.6 - 11.7	6.00.14 - 6.07.13	6.00.0 - 6.06.9	15.24 - 15.53	15.0 - 15.2		2.31 - 2.45	3.31 - 3.70	10.01 - 12.00
20	12.04 - 12.23	11.8 - 11.9	6.07.14 - 6.14.13	6.07.0 - 6.13.9	15.54 - 15.83	15.3 - 15.5	0.90	2.16 - 2.30	2.91 - 3.30	8.01 - 10.00
15	12.24 - 12.43	12.0 - 12.3	6.14.14 - 6.21.13	6.14.0 - 6.20.9	15.84 - 16.13	15.6 - 15.8		2.01 - 2.15	2.51 - 2.90	6.01 - 8.00
10	≥ 12.44	≥ 12.4	≥ 6.21.14	≥ 6.21.0	≥ 16.14	≥ 15.9	0.80	≤ 2.00	≤ 2.50	≤ 6.00

ΤΕΧΝΙΚΕΣ ΔΙΑΤΑΞΕΙΣ 2020

ΚΑΛΕΝΤΑΡΙ-2020

Ιανουάριος

- 11 Σάββατο Ημερίδα, Άγιος Κοσμάς
- 18 Σάββατο Ημερίδα, Άγιος Κοσμάς
- 19 Κυριακή Πανελλήνιο Πρωτάθλημα 50χλμ. βάδην Α/Γ, Σχοινιάς Μαραθώνας
- 19 Κυριακή Αναπτυξιακοί Αγώνες Δρόμου σε Ανώμαλο Έδαφος
- 25 Σάββατο Ημερίδα, Σέρρες
- 26 Κυριακή Ημερίδα, Άγιος Κοσμάς
- 26 Κυριακή Αναπτυξιακοί Αγώνες Δρόμου σε Ανώμαλο Έδαφος

Φεβρουάριος

- 1 Σάββατο Ημερίδα κλειστού, Θεσσαλονίκη
- 1 Σάββατο Ημερίδα κλειστού, Άγιος Κοσμάς
- 2 Κυριακή Ημερίδα κλειστού, Πάτρα
- 2 Κυριακή Ευρωπαϊκό Κύπελλο Δρόμου σε Ανώμαλο Έδαφος Πρωταθλητών Συλλόγων Α-Γ και Κ20
- 8 Σάββατο Ημερίδα κλειστού, Ιεράπετρα
- 8 Σάββατο Ημερίδα κλειστού, Σέρρες
- 9 Κυριακή Βαλκανικό Πρωτάθλημα κλειστού Κ20, Κωνσταντινούπολη
- 9 Κυριακή Ημερίδα κλειστού, ΣΕΦ
- 15 Σάββατο Βαλκανικό Πρωτάθλημα κλειστού Α/Γ, Κωνσταντινούπολη
- 15 Σάββατο Ημερίδα κλειστού, Θεσσαλονίκη
- 15 Σάββατο Ημερίδα κλειστού, Ηράκλειο
- 16 Κυριακή Ημερίδα κλειστού, ΣΕΦ
- 16 Κυριακή Πανελλήνιο Πρωτάθλημα 20.000 μ. βάδην Κ23, Πάτρα
- 16 Κυριακή Patras Race Walking Festival, Πάτρα
- 22 Σάββατο Ημερίδα κλειστού, Πάτρα
- 23 Κυριακή Πανελλήνιο Πρωτάθλημα σε ανώμαλο έδαφος, Πηγή Τρικάλων
- 28-29 Παρ.- Σαβ. Πανελλήνιο Πρωτάθλημα Α/Γ, Πειραιάς

Μάρτιος

- 13-15 Παρ.- Κυρ. 18ο Παγκόσμιο Πρωτάθλημα κλειστού, Νανζίνγκ (Κίνα)
- 14 Σάββατο Βαλκανικό Πρωτάθλημα βάδην Ιβάνο Φράνκβιστ (Ουκρανία)
- 21 -22 Σαβ.-Κυρ. 20ο Ευρωπαϊκό Κύπελλο Χειμερινών ρίψεων, Λειρία (Πορτογαλία)
- 22 Κυριακή Βαλκανικό Πρωτάθλημα Ημιμαραθωνίου, Ζάγκρεμπ (Κροατία)
- 22 Κυριακή Πανελλήνιο Πρωτάθλημα Ημιμαραθωνίου, Αθήνα
- 22 Κυριακή 9ος Ημιμαραθώνιος Αθήνας, Αθήνα
- 28 Σαβ. Χειμερινό Κύπελλο ρίψεων
- 29 Κυριακή Παγκόσμιο Πρωτάθλημα Ημιμαραθωνίου, Γκντύνια (Πολωνία)
- 29 Κυριακή Run Greece - Λάρισα

Απρίλιος

- 4 Σάββατο Διασυλλογικοί Αγώνες Κ14/τέτραθλα α΄ αγώνας
- 5 Κυριακή Run Greece - Ηράκλειο
- 5 Κυριακή Πανελλήνιο Πρωτάθλημα 10χλμ. σε Δημόσια οδό, Ηράκλειο
- 5 Κυριακή Πανελλήνιο Πρωτάθλημα βάδην 20χλμ.Α/Γ, Μέγαρο
- 5 Κυριακή «Χατζηθαμιδέια 2019»
- 7 Τρίτη Β΄ φάση Σχολικού Πρωταθλήματος Λυκείων
- 11 Σάββατο Διασυλλογικοί Αγώνες Κ18
- 14- 15 Τρ.- Τετ. Διασυλλογικοί Αγώνες Συνθέτων Α-Γ/Κ18
- 17 Παρασκευή Diamond League Ντόχα
- 25-26 Σαβ.- Κυρ. Διασυλλογικοί Αγώνες Α/Γ και σύνθετα Κ16

Μάιος

- 2-3 Σαβ.- Κυρ. Παγκόσμιο Κύπελλο Βάδην Ομάδων, Μίνσκ/Λευκορωσία
- 3 Κυριακή Πανελλήνιο Πρωτάθλημα Ορεινού Δρόμου, Δεσκάτη
- 6-7 Πανελλήνιο Σχολικό Πρωτάθλημα Λυκείων
- 9 Σάββατο «Βεργώτσια», Κεφαλονιά
- 9 Σάββατο Διασυλλογικοί Αγώνες Κ16
- 10 Κυριακή Diamond League Κίνα
- 10 Κυριακή Run Greece - Καστοριά
- 16 Σάββατο Το Γκραν Πρι, Τοφάλια
- 16 Αλεξάνδρειοι Δρόμοι, Θεσσαλονίκη
- 16 Σάββατο Diamond League Σαγκάη
- 16 Σάββατο Πανελλήνιο Πρωτάθλημα 10.000 μ. Α/Γ, Κ23 και 5.000 μ. Κ20, Θεσσαλονίκη
- 16 Σάββατο «Τάσος Ξένος», Χολαργός
- 16 Σάββατο «Καποδίστρια, Κέρκυρα
- 16 Σάββατο «Ηράκλεια», Ηράκλειο
- 17 Κυριακή Αγώνες ρίψεων «Κώστας Σπανίδης», Θεσσαλονίκη
- 17 Κυριακή «Θώδεια», Λουτράκι
- 17 Κυριακή «10οι Ιόνιοι Αγώνες», Λευκάδα
- 18 Δευτέρα Βαλκανικό Πρωτ. Ορεινού Δρόμου & Βουνού (Α/Γ,Κ20) Ροϊανα Βρασον/Ρουμανία
- 23 Σάββατο «Παπαφλέσσεια 2020», Καλαμάτα
- 23 Σάββατο «Ευάγγελος Δεπάστας», Σχηματάρι
- 23 Σάββατο «Μάχη Κρήτης», Χανιά
- 23 Σάββατο «Χειμωνίδια», Θεσσαλονίκη
- 23 Σάββατο Διασυλλογικοί Αγώνες Κ14/τέτραθλα β΄ αγώνας
- 23-24 Σαβ.- Κυρ. Πανελλήνιο Πρωτάθλημα Συνθέτων Αγωνισμάτων Κ20, Νάξος
- 23-24 Σαβ.- Κυρ. «Πορτάραθλον» Διεθνές Meeting Συνθέτων Ανδρών - Γυναικών, Νάξος
- 24 Κυριακή «Φεστιβάλ ρίψεων», Τρίπολη
- 24 Κυριακή Diamond League Στοκχόλμη
- 24 Κυριακή Run Greece- Ιωάννινα
- 24 Κυριακή «Αμεινίας Παλληνεύς», Παλλήνη
- 24 Κυριακή «Ρήγεια», Θεσσαλονίκη
- 24 Κυριακή «Βιλλαετία», Πύργος
- 27 Τετάρτη 2ο Γκραν Πρι, «Αλεξάνδρεια», Έδεσσα
- 28 Πέμπτη Diamond League Ρώμη
- 30 Σάββατο «Παπαναστάσεια», Αθήνα
- 30 Σάββατο «Χ. Βουδούρης», Θήβα
- 30 Σάββατο «Ζαχαριαδεια», Θεσσαλονίκη
- 30 Σάββατο «Αγγιλια», Γρεβενά

30 Σάββατο «Πανθρακικοί Αγώνες», Αλεξανδρούπολη
 31 Κυριακή «Παπαναστάσια», Αθήνα
 31 Κυριακή «Βενιζέλια – Χανιά», Χανιά
 31 Κυριακή Diamond League Ραμπάτ

Ιούνιος

3 Τετάρτη «Πανιώνεια», Ν. Σμύρνη
 3 Τετάρτη «Ν. Κοτσίδης», Θεσσαλονίκη
 3 Τετάρτη «Γ. Ζδράγκας», Λάρισα
 5 Παρασκευή Filothei Women Gala
 6 Σάββατο «Μίτινγκ αλμάτων», Καλλιθέα
 6 Σάββατο 24ο Ευρωπαϊκό Κύπελλο 10000 μ. (Α/Γ, Κ20), Λονδίνο/Αγγλία
 6 Σάββατο «Δ. Βραϊμάκης», Χαλκίδα
 6 Σάββατο «Αιγιάλεια», Αίγιο
 6 Σάββατο «Κνώσεια», Ηράκλειο
 6 Σάββατο «9α Γιτάνεια», Ηγουμενίτσα
 7 Κυριακή «Δρόμεια 2020» International Sprint & Relays Meeting, Βάρη
 6-7 Μεσογειακοί Αγώνες Κ23, Ισπανία
 7 Κυριακή Diamond League Γιουτζίν
 11 Πέμπτη Diamond League Οσλο
 13 Σάββατο Diamond League Παρίσι
 13-14 Σαβ. - Κυρ. Πανελλήνιο Πρωτάθλημα Α/Γ και Συνθέτων Α/Γ, Πάτρα
 17 Τετάρτη Σιθώνεια, Χαλκιδική
 20-21 Σαβ. - Κυρ. Βαλκανικό Πρωτάθλημα Κ20, Κων-πολη/Τουρκία
 20-21 Σαβ. - Κυρ. Πανελλήνιο Πρωτάθλημα Κ18 και συνθέτων Κ18, Βόλος
 23 Τρίτη Athens Street Pole Vault, Αθήνα
 24-25 Τετ. - Πεμπ. Βαλκανικό Πρωτάθλημα Α/Γ, Κλουζ (Ρουμανία)
 27 Σάββατο Βαλκανικό Πρωτάθλημα 10.000μ. σε Δημόσιο Δρόμο, Μπρκο/Βοζνία Ερζεγοβίνη
 27-28 Σαβ. - Κυρ. Πανελλήνιο Πρωτάθλημα Κ20, Γιάννενα

Ιούλιος

4 Σάββατο Diamond League Λονδίνο
 4 Σάββατο 18ο Ευρωπαϊκό Πρωτάθλημα Ορεινού Δρόμου Α/Γ, Κ20 Σινφάες (Πορτογαλία)
 4 Σάββατο Βαλκανικό Πρωτάθλημα Κ18, Κράλιεβο (Σερβία)
 4 Σάββατο «Ορσίπεια», Μέγαρα
 7-12 Τρ. - Κυρ. Παγκόσμιο Πρωτάθλημα Κ20, Ναιρόμπι (Κένυα)
 8 Τετάρτη 3ο Γκραν Πρι, Άργος Ορεστικό
 10 Παρασκευή Diamond League Μονακό
 11-12 Σαβ. - Κυρ. Πανελλήνιο Πρωτάθλημα Κ16 (δύο όμιλοι), Καβάλα/Χαλκίδα
 14-15 Τρ. - Τετ. Βαλκανικό Πρωτάθλημα Σκυταλοδρομιών, Ερζουρούμ (Τουρκία)
 16-19 Πέμ. - Κυρ. Ευρωπαϊκό Πρωτάθλημα Κ18, Ριέτι (Ιταλία)
 18 Σάββατο 4ο Γκραν Πρι «Δαβιτζόγλια», Καβάλα
 22-23 Διεθνής Συνάντηση Κ18, Κύπρος-Ελλάδα
 25-26 Σαβ. - Κυρ. Πανελλήνιο Πρωτάθλημα Κ23 και Πανελλήνιο Συνθέτων Κ23, Λάρισα
 31/7-9/8 Παρ. - Κυρ. Ολυμπιακοί Αγώνες, Τόκιο (Ιαπωνία)

Αύγουστος

12 Τετάρτη «Αέτια», Θεσσαλονίκη
 31/7-9/8 Παρ. - Κυρ. Ολυμπιακοί Αγώνες, Τόκιο (Ιαπωνία)
 16 Κυριακή Diamond League Γκέιτοχιντ
 20 Πέμπτη Diamond League Λοζάννη
 26-30 Τετ. - Κυρ. Ευρωπαϊκό Πρωτάθλημα Α/Γ, Παρίσι (Γαλλία)

Σεπτέμβριος

4 Παρασκευή Diamond League Βρυξέλλες
 11 Παρασκευή Τελικός Diamond League Ζυρίχη
 20 Κυριακή Βαλκανικό Πρωτάθλημα Μαραθωνίου, Kystendil (Βουλγαρία)
 20 Run Greece - Αλεξανδρούπολη
 26 Σάββατο Μπεκιάρεια, Σέρρες
 26-27 Σαβ. - Κυρ. Αιγαιοπελαγίτικοι Αγώνες, Χίος

Οκτώβριος

3 Σάββατο Δήλεια, Μύκονος
 4 Κυριακή Run Greece - Πάτρα
 10 Σάββατο Διασυλλογικοί Αγώνες Κ14/τέτραθλα γ' αγώνας
 10 Σάββατο 24α Κωνσταντινίδεια, Νάουσα
 17-24 Παγκόσμια Γυμνασιάδα Τζινγιάνγκ (Κίνα)
 18 Κυριακή Run Greece - Ρόδος

Νοέμβριος

7 Σάββατο AMA, Αγώνας Δρόμου 10χλμ.
 8 Κυριακή Μαραθώνιος Αθήνας, ο Αυθεντικός
 8 Κυριακή Πανελλήνιο Πρωτάθλημα Μαραθωνίου, Αθήνα
 14 Σάββατο Βαλκανικό Πρωτάθλημα Ανωμάλου Δρόμου, Kragujevac/Σερβία

Δεκέμβριος

12 Σάββατο «Λιοφιλία», Αθήνα
 13 Ευρωπαϊκό Πρωτάθλημα σε ανώμαλο έδαφος Δουβλίνο, Ιρλανδία, Α-Γ, Κ23, Κ20

ΤΕΧΝΙΚΕΣ ΔΙΑΤΑΞΕΙΣ 2020

Αγωνιστικό πρόγραμμα αγώνων σε δημόσιο δρόμο και βουνό 2019

1	12/01/2020	Αναπτυξιακοί Αγώνες Δρόμου σε Ανώμαλο Έδαφος (Ανώμαλος Δρόμος), Νέα Σμύρνη (2km, 3km, 4km, 5km, 6km, 8km, 10km)	29	08/03/2020	8ος Μαραθώνιος Ναυπλίου (Δρόμος), Ναύπλιο (42.2km, 21.1km, 5km, 2.5km)
2	19/01/2020	Πανελλήνιο Πρωτάθλημα Βάδην Α-Γ (Βάδην), Μαραθώνιας (50km)	30	15/03/2020	Μπλόκο Καλογρέζας (Δρόμος), Νέα Ιωνία (10km, 1.5km)
3	19/01/2020	Λεβαδος 2020 (Βουνό), Λιβαδεία (23.7km, 10.8km)	31	15/03/2020	2ος Πελάσγιος Δρόμος (Δρόμος), Λάρισα (3.4km, 1km)
4	19/01/2020	Αναπτυξιακοί Αγώνες Δρόμου Σε Ανώμαλο Έδαφος (Ανώμαλος Δρόμος), Ξάνθη (2km, 3km, 4km, 5km, 6km, 8km, 10km)	32	15/03/2020	Αγώνας Δρόμου "Γιάννης Παπανικόλας" (Δρόμος), Κάλυμνος (4km, 3km, 2km, 1km, 600m)
5	19/01/2020	Αναπτυξιακοί Αγώνες Δρόμου Σε Ανώμαλο Έδαφος (Ανώμαλος Δρόμος), Τήνος & Νάξος (2km, 3km, 4km, 5km, 6km, 8km, 10km)	33	22/03/2020	Ημιμαραθώνιος Αθήνας (Δρόμος), Αθήνα (21.1km, 5km, 3km, 1km)
6	19/01/2020	Αναπτυξιακοί Αγώνες Δρόμου Σε Ανώμαλο Έδαφος (Ανώμαλος Δρόμος), Μαραθώνιας (2km, 3km, 4km, 5km, 6km, 8km, 10km)	34	22/03/2020	Βαλκανικό Πρωτ. Ημιμαραθωνίου (Δρόμος), Ζάγκρεπ / Κροατία
7	26/01/2020	Ιωάννης Καποδιστριας (Δρόμος), Αίγινα (10km, 5km, 1km)	35	28/03/2020	Δρόμος Γιοφυριού (Δρόμος), Άρτα (21.1km, 5km, 800m, 600m, 300m)
8	26/01/2020	31α Κυριακίδια (Δρόμος), Φιλοθέη (10km, 1km)	36	29/03/2020	Φλόγα Ησαΐα 2020 (Βουνό), Δεσφίνα (21.1km, 10km)
9	26/01/2020	Αναπτυξιακοί Αγώνες Δρόμου Σε Ανώμαλο Έδαφος (Ανώμαλος Δρόμος), Άργος Ορεστικό (2km, 3km, 4km, 5km, 6km, 8km, 10km)	37	29/03/2020	5ος Μαραθώνιος Ολυμπίας (Δρόμος), Αρχ. Ολυμπία (42.2km, 21.1km, 5km, 2.5km)
10	26/01/2020	Αναπτυξιακοί Αγώνες Δρόμου Σε Ανώμαλο Έδαφος (Ανώμαλος Δρόμος), Πιαντιστά (2km, 3km, 4km, 5km, 6km, 8km, 10km)	38	29/03/2020	6th Panorama Charity Fun Run (Δρόμος), Πανόραμα (10km, 5km, 2km)
11	26/01/2020	Αναπτυξιακοί Αγώνες Δρόμου Σε Ανώμαλο Έδαφος (Ανώμαλος Δρόμος), Άρτα (2km, 3km, 4km, 5km, 6km, 8km, 10km)	39	29/03/2020	Run Greece Λάρισα (Δρόμος), Λάρισα (10km, 5km, 1km)
12	26/01/2020	Αναπτυξιακοί Αγώνες Δρόμου Σε Ανώμαλο Έδαφος (Ανώμαλος Δρόμος), Άγιος Νικόλαος (2km, 3km, 4km, 5km, 6km, 8km, 10km)	40	29/03/2020	Kifisia Run (Δρόμος), Κηφισιά (10km, 5km, 1km)
13	26/01/2020	Αναπτυξιακοί Αγώνες Δρόμου Σε Ανώμαλο Έδαφος (Ανώμαλος Δρόμος), Χίος (2km, 3km, 4km, 5km, 6km, 8km, 10km)	41	29/03/2020	Παγκόσμιο Πρωτ. Ημιμαραθωνίου (S) (Δρόμος), Γκντύνια / Πολωνία
14	01/02/2020	Αναπτυξιακοί Αγώνες Δρόμου Σε Ανώμαλο Έδαφος (Ανώμαλος Δρόμος), Ρόδος ή Λέρος (2km, 3km, 4km, 5km, 6km, 8km, 10km)	42	04/04/2020	6ος Ημιμαραθώνιος Βόλου (Δρόμος), Βόλος (21.1km, 5km, 500m)
15	02/02/2020	21ος Δρόμος Βουνού (Βουνό), Παπάγου (21.1km)	43	04/04/2020	Ευρπτιδία Διαδρομή (Δρόμος), Μύκονος (10km, 5km, 1km)
16	02/02/2020	Loutraki Run (Δρόμος), Λουτράκι (10km, 3km, 1km)	44	05/04/2020	Πανελλήνιο Πρωτάθλημα 10χλμ Σε Δημόσια Οδό (Δρόμος), Ηράκλειο (10km)
17	02/02/2020	Αναπτυξιακοί Αγώνες Δρόμου Σε Ανώμαλο Έδαφος (Ανώμαλος Δρόμος), Θεσσαλονίκη (2km, 3km, 4km, 5km, 6km, 8km, 10km)	45	05/04/2020	Run Greece Ηρακλείου (Δρόμος), Ηράκλειο (10km, 5km, 1km)
18	02/02/2020	Αναπτυξιακοί Αγώνες Δρόμου Σε Ανώμαλο Έδαφος (Ανώμαλος Δρόμος), Τρίκαλα (2km, 3km, 4km, 5km, 6km, 8km, 10km)	46	05/04/2020	Πανελλήνιο Πρωτάθλημα Βάδην (Βάδην), Μέγαρα (20km)
19	02/02/2020	Ευρωπαϊκό Κύπελλο Δρόμου σε Ανώμαλο Έδαφος Πρωταθλητών Συλλόγων Α-Γ (S) & Ε-Ν (U20) (Ανώμαλος Δρόμος)	47	05/04/2020	15ος Μαραθώνιος Μεσοίνης (Δρόμος), Μεσσήνη (42.2km, 10km, 3km, 1km)
20	08/02/2020	1ο Atromitos Ultra (Υπεραπόστασης), Μαραθώνιας (100km, 50km, 24h, 12h)	48	05/04/2020	Trikala City Run (Δρόμος), Τρίκαλα (5km, 1km, 200m)
21	09/02/2020	Αναπτυξιακοί Αγώνες Δρόμου Σε Ανώμαλο Έδαφος (Ανώμαλος Δρόμος), Πάτρα (2km, 3km, 4km, 5km, 6km, 8km, 10km)	49	05/04/2020	Kallithea Run (Δρόμος), Καλλιθέα (10km, 5km, 4x2.5km)
22	09/02/2020	Αναπτυξιακοί Αγώνες Δρόμου Σε Ανώμαλο Έδαφος (Ανώμαλος Δρόμος), Μήλος (2km, 3km, 4km, 5km, 6km, 8km, 10km)	50	05/04/2020	Moraitis Run (Δρόμος), Σχολή Μωραΐτη (10Km, 5km, 1km, 600m)
23	09/02/2020	Αναπτυξιακοί Αγώνες Δρόμου Σε Ανώμαλο Έδαφος (Ανώμαλος Δρόμος), Λέσβος (2km, 3km, 4km, 5km, 6km, 8km, 10km)	51	05/04/2020	Elafos Mountain Running (Βουνό), Ρόδος (10km, 2.7km)
24	16/02/2020	Βαδίζω Στην Πάτρα - Race Walking 2020 (Βάδην), Πάτρα (3km, 5km, 10km, 20km)	52	05/04/2020	8ος Φιλανθρωπικός Αγώνας Βουνού "Αυτισμός-Επιτέδα" (Βουνό), Ορειοκάστρο (15km, 5km, 1km)
25	16/02/2020	Πανελλήνιο Πρωτάθλημα Βάδην 20 Km U23 (Βάδην), Πάτρα (20km)	53	12/04/2020	Μαραθώνιος Θεσσαλονίκης «Μέγας Αλέξανδρος» (Δρόμος), Θεσσαλονίκη (42.2km)
26	23/02/2020	Πανελλήνιο Πρωτάθλημα Ανωμάλου Δρόμου (Ανώμαλος Δρόμος), Τρίκαλα (3km, 4km, 5km, 6km, 8km, 10km)	54	12/04/2020	Μαραθώνιος Κρήτης (Δρόμος), Χανιά (42.2km, 10km, 5km, 2.5km)
27	07/03/2020	1ος Οικονομικός Δρόμος (Βουνό), Τσαριτσάνη (10km, 2.5km, 800m)	55	26/04/2020	11ος Ποσειδώνιος Ημιμαραθώνιος (Δρόμος), Π. Φάληρο (21.1km, 10.5km, 5km, 1km)
28	07/03/2020	FISU Παγκόσμιο Φοιτητικό Πρωτάθλημα Δρόμου σε Ανώμαλο Έδαφος (Ανώμαλος Δρόμος), Μαρακές / Μαρόκο	56	26/04/2020	Πελάσγιος Ημιμαραθώνιος Δρόμος (Δρόμος), Λάρισα (21.1km, 5km)
			57	02/05/2020	10ος Πράσινος Ημιμαραθώνιος (Δρόμος), Λευκάδα (21.1km, 10km, 5km, 1km)
			58	03/05/2020	Άσπρη Πολιτεία (Δρόμος), Άσπρα Σπίτια (10km, 5km, 1.5km)
			59	03/05/2020	7ος Μαραθώνιος Ρόδου (Δρόμος), Ρόδος (42.2km, 21.1km, 5km, 1km)
			60	03/05/2020	Run Deskati (Δρόμος), Δεσκάτη (5km, 1km)
			61	03/05/2020	Πανελλήνιο Πρωτάθλημα Ορεινού Δρόμου (Βουνό), Δεσκάτη (16km)
			62	03/05/2020	Run the theatre (Δρόμος), Μεγαλόπολη (10km, 2.5km, 5km)

63	10/05/2020	Ειρηνοδομία (Δρόμος), Αγ. Δημήτριος (10km, 5km, 2.5km, 1km)	99	10/10/2020	Αγώνες Παρθένου Δάσου Παρανεστίου (Βουνό), Δράμα (110km)
64	10/05/2020	16ος Γύρος Νέας Σμύρνης (Δρόμος), Ν. Σμύρνη (7.5km)	100	11/10/2020	Αγώνας Ιστορικής Μνήμης (Δρόμος), Ν. Σμύρνη (10km, 5km, 2.5km)
65	10/05/2020	Τρέχω Στα Στρατόπεδα (Δρόμος), Θεσσαλονίκη (10km, 5km, 2km)	101	11/10/2020	Ημιμαραθώνιος Λιμνοθάλασσας (Δρόμος), Μεσολόγγι (21.1km, 5km, 1km)
66	10/05/2020	Run Greece Καστοριάς (Δρόμος), Καστοριά (21.1km, 10km, 5km, 1km)	102	11/10/2020	Chalkida Briges Halfmarathon (Δρόμος), Χαλκίδα (21.1km, 12km, 5km, 1km)
67	10/05/2020	Via Egnatia Run (Δρόμος), Αλεξανδρούπολη (21.1km, 5km, 1km)	103	11/10/2020	Αγώνες Παρθένου Δάσου Παρανεστίου (Βουνό), Δράμα (46km)
68	10/05/2020	72ος Βενιζέλιος Δρόμος (Δρόμος), Χανιά (10km, 2.3km)	104	11/10/2020	Αγώνες Παρθένου Δάσου Παρανεστίου (Βουνό), Δράμα (10km)
69	17/05/2020	Γύρος Πόλης Ρεθύμνου (Δρόμος), Ρέθυμνο (10km, 5km, 1km)	105	11/10/2020	Άργος Ορεστικό Run (Δρόμος), Άργος Ορεστικό (10km, 5km)
70	17/05/2020	Ratmos Run (Δρόμος), Πάτρως (10km, 5km, 1km)	106	17/10/2020	Νυχτερινός Ημιμαραθώνιος Θεσ/νίκης (Δρόμος), Θεσσαλονίκη (21.1km, 5km)
71	18/05/2020	Βαλκανικό Πρωτ. Ορεινού Δρόμου & Βουνού (S,U20) (Βουνό), Poiana Brasov / Ρουμανία	107	18/10/2020	5ος Παράκτιος Δρόμος (Δρόμος), Ηγουμενίτσα (10km, 5km, 1km)
72	22/05/2020	Αέθλιος (Υπεραπόστασης), Νεμέα (177.5km, 61.5km)	108	18/10/2020	5ος Ξενοδόμειος Δρόμος Αντίκυρας (Βουνό), Αντίκυρα (10km, 5km, 1km)
73	23/05/2020	3ο Olympic Day Run Greece (Δρόμος), Θεσσαλονίκη (10km, 5km, 1km)	109	18/10/2020	Run Greece Ρόδου (Δρόμος), Ρόδος (10km, 5km, 1km)
74	24/05/2020	Sithonia Halfmarathon (Δρόμος), Νικήτη (21.1km, 5km, 2km, 1km)	110	18/10/2020	Ημιμαραθώνιος Πάτρας "Φάνης Τσιμγκατός" (Βουνό), Πάτρα (21.1km, 10km, 1km)
75	24/05/2020	Run Greece Ιωνανίων (Δρόμος), Ιωάννινα (10km, 5km, 1km)	111	24/10/2020	Kallithea Night Run (Δρόμος), Καλλιθέα (10km, 5km, 4x2.5km)
76	31/05/2020	Stymphalia Lake Run (Δρόμος), Νεμέα (21.5km, 10km, 5km, 1km)	112	24/10/2020	6ος Meteora Trail Run (Βουνό), Καλαμπάκα (24km, 10km)
77	07/06/2020	Allonissos Challenge 2020 (Μικτή επιφ.), Αλόνησος (30km, 10km, 5km, 2km)	113	25/10/2020	Το 10αρι Του Λαγκαδά (Δρόμος), Λαγκαδάς (10km, 5km, 1km)
78	07/06/2020	6ος Ορεινός Ημιμαραθώνιος Δολιανών (Βουνό), Άνω Δολιανά (21.1km, 5km, 1km)	114	25/10/2020	Δρόμος Ελευθερίας (Θερμοπύλες Αλαμάνια Γοργοπόταμος) (Δρόμος), Λαμία (21km, 5km, 1.5km)
79	07/06/2020	3ος Ημιμαραθώνιος Βερδικούσιας (Βουνό), Βερδικούσια (21.1km, 5km, 1km)	115	27/10/2020	Ευγένειος Δρόμος (Δρόμος), Ιεράπετρα (10km)
80	20/06/2020	3ος Δρόμος Ερχιένων (Μικτή επιφ.), Σπτάα (10km, 2km)	116	01/11/2020	Αρκάδιος Δρόμος (Δρόμος), Αρκάδι (23km)
81	27/06/2020	Βαλκανικό Πρωτάθλημα 10χλι Σε Δημόσιο Δρόμο (Δρόμος), Brcko / Βοζνία & Ερζεγοβίνη	117	07/11/2020	Μαραθώνιος Αθήνας, Αθήνα (10km)
82	04/07/2020	18ο Ευρωπαϊκό Πρωτάθλημα Ορεινού Δρόμου & Βουνού up-downhill (S,U20) (Βουνό), Σινφάες / Πορτογαλία		08/11/2020	Μαραθώνιος Αθήνας (Δρόμος), Αθήνα (42.2km, 5km, 3km, 1km)
83	01/08/2020	Ευρωπαϊκός Δρόμος (Βουνό), Κρικέλλο (21.1km, 6km, 1km)	118	08/11/2020	UltraPelionTrail (Βουνό), Βόλος (80km, 23km)
84	13/09/2020	Στα Ίχνη Της Λεράς Οδού (Δρόμος), Ελευσίνα (21.1km, 5km)	119	14/11/2020	Βαλκανικό Πρωτ. Αναμάλου Δρόμου (Ανώμαλος Δρόμος), Kragujevac / Σερβία
85	19/09/2020	3οι Αγώνες "Αγία Μαρίνα Races" (Βουνό-Δρόμος), Αίγινα (17.5km, 5km, 3km, 1.5km)	120	22/11/2020	Δρόμος του Κρασιού (Δρόμος), Αμύνταιο (10km, 5km)
86	20/09/2020	Kallithea Halfmarathon (Δρόμος), Καλλιθέα (21.2km, 5km, RELAYS)	121	29/11/2020	6ος Παλαμήδειος Άθλος (Δρόμος), Ναύπλιο (10km, 3km, 1.5km)
87	20/09/2020	8ος Τροφώνιος Δρόμος (Δρόμος), Λιβαδειά (21.1km, 10km, 5km, 2km, 1km)	122	29/11/2020	Δημοκρίτειος Ημιμαραθώνιος Ξάνθης (Δρόμος), Ξάνθη (21.1km, 5km)
88	20/09/2020	3ος Αγώνας Unesco (Δρόμος), Λάρισα (7km, 800m)	123	01/12/2020	1ο Sparta Marathon Run (Δρόμος), Σπάρτη (42.2km)
89	20/09/2020	Run Greece Αλεξανδρούπολης (Δρόμος), Αλεξανδρούπολη (10km, 5km, 1km)	124	06/12/2020	17ος Ημιμαραθώνιος Τύρναβος-Λάρισα (Δρόμος), Λάρισα (21.1km, 5km)
90	20/09/2020	Βαλκανικό Πρωτ. Μαραθωνίου (Δρόμος), Kjustendil / Βουλγαρία	125	13/12/2020	Αναπτυξιακοί Αγώνες Δρόμου σε Ανώμαλο Έδαφος (Ανώμαλος Δρόμος), Αλιάρτος (2km, 3km, 4km, 5km, 6km, 8km, 10km)
91	25/09/2020	Σπάρταθλον (Υπεραπόστασης), Σπάρτη (246km)	126	13/12/2020	27ο Ευρωπαϊκό Πρωτάθλημα Δρόμου σε Ανώμαλο Έδαφος (S, U23, U20), (Ανώμαλος Δρόμος), Δουβλίνο-Φίνγκαλ/Ιρλανδία
92	27/09/2020	2ος Ημιμαραθώνιος "Σίφρις" (Δρόμος), Σέρρες (21.1km)			
93	27/09/2020	Ημιμαραθώνιος Κέρκυρας (Δρόμος), Κέρκυρα (21.1km, 5km, 3km, 1km)			
94	04/10/2020	Στις Γετονιές Των Μικρασιατών Προσφύγων (Δρόμος), Νέα Ιωνία (10km, 1km)			
95	04/10/2020	Ημιμαραθώνιος Κρήτης (Δρόμος), Αρκαλοχώρι (21.1km, 10km, 5km, 1km, 200m)			
96	04/10/2020	Run Greece Πάτρας (Δρόμος), Πάτρα (10km, 5km, 1km)			
97	09/10/2020	Αγώνες Παρθένου Δάσου Παρανεστίου (Βουνό), Δράμα (162km)			
98	10/10/2020	2ο Larissa Night Run (Δρόμος), Λάρισα (10km, 3km, 800m)			

ΤΕΧΝΙΚΕΣ ΔΙΑΤΑΞΕΙΣ 2020

ΔΙΕΘΝΕΙΣ ΑΓΩΝΕΣ ΕΝΤΟΣ ΣΤΑΔΙΟΥ ΜΕ ΤΗΝ ΕΓΚΡΙΣΗ ΤΗΣ ΕΑΑ, ΤΟΥ ΣΕΓΑΣ ΚΑΙ ΕΛΛΗΝΙΚΑ Grand Prix

ΕΑΑ BRONZE MEETING			
ΜΑΪΟΣ			
31	Κυριακή	Βενιζέλεια-Χανιά	Χανιά
SPECIAL PREMIUM MEETING			
ΙΟΥΝΙΟΣ			
5	Παρασκευή	Filothei Woman Gala	Φιλοθέη
23	Τρίτη	Athens Street Pole Vault	Αθήνα
INTERNATIONAL MEETING WITH NATIONAL PERMIT			
ΜΑΪΟΣ			
9	Σάββατο	Βεργώτεια-Κεφαλλονιά	Κεφαλλονιά
16	Σάββατο	1ο Grand Prix Τοφάλεια	Πάτρα
16	Σάββατο	Αλεξάνδρειοι Δρόμοι	Θεσσαλονίκη
23	Σάββατο	Παπαφλέσσεια 2020	Καλαμάτα
23-24	Σάββατο-Κυριακή	Portarathlon Μήτινγκ Συνθέτων	Νάξος
27	Τετάρτη	2ο Grand Prix Αλεξάνδρεια	Έδεσσα
ΙΟΥΝΙΟΣ			
6	Σάββατο	Μήτινγκ Αλμάτων	Καλλιθέα
7	Κυριακή	Δρόμεια 2020	Βάρη
17	Τετάρτη	Σιθώνεια	Χαλκιδική
ΙΟΥΛΙΟΣ			
8	Τετάρτη	3ο Grand Prix Άργος Ορεστικό	Άργος Ορεστικό
18	Σάββατο	4ο Grand Prix Δαβιτζόγλεια	Καβάλα

ΕΠΙΚΟΙΝΩΝΙΑ

ΤΗΛΕΦΩΝΑ - Ε MAIL ΕΠΙΤΕΛΙΚΩΝ ΤΕΧΝΙΚΩΝ Σ.Ε.Γ.Α.Σ.					
ΚΑΛΟΥΔΗΣ ΜΑΡΚΟΣ	6975 888929	mkaloud@gmail.com	ΚΟΥΤΣΙΩΡΑΣ ΓΙΑΝΝΗΣ	6932 242264	kg.segas@gmail.com koutsiorasgiannis@hotmail.com
ΜΑΤΑΚΗΣ ΣΤΕΦΑΝΟΣ	6946 953858	smatakis@gmail.com	ΜΕΛΕΤΟΓΛΟΥ ΧΡΗΣΤΟΣ	6977 626315	juniors@segas.gr
ΧΑΤΖΗΒΑΣΙΛΕΙΟΥ ΧΡΗΣΤΟΣ	6944 736010	xrisxat@gmail.com	ΑΠΟΣΤΟΛΟΠΟΥΛΟΣ ΑΠΟΣΤΟΛΟΣ	6975 888931	apap1995@yahoo.gr
ΠΛΑΤΩΝΑΣ ΒΑΣΙΛΕΙΟΣ	6948 517412	bplatonas@yahoo.gr	ΧΡΥΣΟΣΤΟΜΙΔΗΣ ΧΡΗΣΤΟΣ	6944 292500	xrixri.segas@gmail.com
ΓΚΟΓΚΑΣ ΑΝΔΡΕΑΣ	6975 888925	andreasgogas@gmail.com	ΕΥΑΓΓΕΛΟΠΟΥΛΟΣ ΔΗΜΗΤΡΗΣ	6977 324291	d.euaggelo@gmail.com
ΠΡΟΒΑΤΑΣ ΑΓΓΕΛΟΣ	6945 232728	angprovatas@gmail.com	ΚΟΥΤΣΟΓΙΑΝΝΟΠΟΥΛΟΣ ΓΙΑΝΝΗΣ	6932 245454	jkouts@ath.forthnet.gr
ΠΑΠΟΥΛΙΑΣ ΠΑΝΑΓΙΩΤΗΣ	6945 895353	notispapoulias@gmail.com	ΧΑΛΒΑΤΖΑΡΑΣ ΔΗΜΗΤΡΗΣ	6932 549556	chalvdim@gmail.com
Ε.Α.Σ. Σ.Ε.Γ.Α.Σ.	ΤΗΛΕΦΩΝΑ	E-MAIL	ΤΕΧΝΙΚΟΙ ΣΥΜΒΟΥΛΟΙ	ΤΗΛΕΦΩΝΑ	E-MAIL
ΑΝΑΤΟΛΙΚΗ ΜΑΚΕΔΟΝΙΑ & ΘΡΑΚΗ	23210-50818	sersegas@gmail.com	ΖΟΡΜΠΙΑΣ ΣΤΑΥΡΟΣ	6947 600430	stivzorbas@yahoo.gr
			ΣΟΥΛΤΑΝΗΣ ΑΓΓΕΛΟΣ	6972 881965	soultanis@sch.gr
ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗ	2310-211770	segasthes@gmail.com	ΚΑΙΣΙΔΗΣ ΜΑΤΘΑΙΟΣ	6976 511771	12kmat@gmail.com
ΚΕΝΤΡΙΚΗ ΜΑΚΕΔΟΝΙΑ	23827-73987	easgaskm@gmail.com	ΧΑΤΖΗΒΑΣΙΛΕΙΟΥ ΧΡΗΣΤΟΣ	6944736010	xrisxat@gmail.com
ΔΥΤΙΚΗ ΜΑΚΕΔΟΝΙΑ	24670-23555	segas-dm@otenet.gr	ΕΛΕΥΘΕΡΙΑΔΗΣ ΘΑΝΑΣΗΣ	6947 277602	eleph_than@hotmail.com
ΗΠΕΙΡΟΣ	26510-29168	segasepirou@yahoo.gr	ΠΛΑΤΩΝΑΣ ΒΑΣΙΛΗΣ	6948 517412	bplatonas@yahoo.gr
ΚΕΡΚΥΡΑ	26611-81054	segaskerkyras@gmail.com	ΜΟΣΧΟΣ ΝΙΚΟΣ	6932 466341	segaskerkyras@gmail.com
ΘΕΣΣΑΛΙΑ	2410-537048	segas.thessalias@gmail.com	ΜΠΟΥΛΟΓΕΩΡΓΟΣ ΘΑΝΑΣΗΣ	6977 296780	aboul@sch.gr
			ΧΑΛΙΤΣΙΟΣ ΧΡΗΣΤΟΣ	6974 960551	chalitsios@gmail.com
ΑΝΑΤΟΛΙΚΗ ΣΤΕΡΕΑ - ΕΥΒΟΙΑ	22210-27114	stibos04@otenet.gr	ΜΠΟΥΛΟΥΚΟΣ ΚΩΣΤΑΣ	6977 670120	dmpouloukos@yahoo.gr
ΑΘΗΝΑ	210-8082100	easathinas2014@gmail.com	ΚΑΡΟΥΖΟΣ ΧΡΥΣΑΝΘΟΣ	6944 373110	chriskarouzos@gmail.com
ΠΕΙΡΑΙΑΣ & ΝΟΤΙΟΔΥΤΙΚΗ ΑΤΤΙΚΗ	210-4834232	segaspeiraia@gmail.com	ΜΑΤΑΚΗΣ ΣΤΕΦΑΝΟΣ	6942 982633	smatakis@gmail.com
ΠΕΡΙΦΕΡΕΡΕΙΑ ΠΕΛΟΠΟΝΝΗΣΟΥ	2710-222093	segastri@otenet.gr	ΤΡΙΑΝΤΑΦΥΛΛΟΠΟΥΛΟΣ ΣΠ.	6873 335709	s.a.triantafillopoulos@gmail.com
ΒΟΡΕΙΑ ΠΕΛΟΠΟΝΝΗΣΟΣ	2610-320203	segaspatra@yahoo.gr	ΟΡΦΑΝΟΠΟΥΛΟΣ ΔΗΜΗΤΡΗΣ	6973 351237	dimitros_1924@yahoo.gr
ΛΕΣΒΟΣ	22510-26453	segas-le@otenet.gr	ΜΑΡΙΓΛΗ ΕΛΕΝΗ	6977 801347	lenamar2004@yahoo.com
ΧΙΟΣ - ΣΑΜΟΣ	22710-20588	segaschios-samos@otenet.gr	ΠΕΤΡΗΣ ΙΩΑΝΝΗΣ	6978 335942	jopetris@gmail.com
ΚΥΚΛΑΔΕΣ	6944 356695	segas_kykladwn@yahoo.gr	ΣΙΔΕΡΗΣ ΠΕΤΡΟΣ	6946 100701	sideris87@gmail.com
ΔΩΔΕΚΑΝΗΣΑ	22410-30145	segasdod@gmail.com	ΔΙΑΚΟΝΙΚΟΛΑΣ ΣΑΒΒΑΣ	6942 475735	savvasdiak@yahoo.gr
ΚΡΗΤΗ	2810-253587	segas.kritis@gmail.com	ΚΑΛΟΥΔΗΣ ΜΑΡΚΟΣ	6975 888929	mkaloud@gmail.com

ΤΕΧΝΙΚΕΣ ΔΙΑΤΑΞΕΙΣ 2020

Σ.Ε.Γ.Α.Σ. - SEGAS

ΣΥΝΔΕΣΜΟΣ ΕΛΛΗΝΙΚΩΝ ΓΥΜΝΑΣΤΙΚΩΝ & ΑΘΛΗΤΙΚΩΝ ΣΩΜΑΤΕΙΩΝ / HELLENIC AMATEUR ATHLETIC ASSOCIATION

ΔΙΕΥΘΥΝΣΗ: Λ. ΣΥΓΓΡΟΥ 137, 171 21 ΝΕΑ ΣΜΥΡΝΗ / ADDRESS: 137 SYNGROU AVENUE 171 21 NEA SMYRNI, ATHENS

www.segas.gr

www.athensauthenticmarathon.gr

www.athinahalfmarathon.gr

www.run-greece.gr

ΥΠΗΡΕΣΙΕΣ - ΓΡΑΦΕΙΑ	ΤΗΛΕΦΩΝΟ	ΦΑΞ	E-MAIL
ΠΡΟΕΔΡΟΣ	211 187 7700-01	210 934 2980	president@segas.gr
ΓΕΝΙΚΟΣ ΓΡΑΜΜΑΤΕΑΣ	211 187 7700-01	210 934 2980	secretarygeneral@segas.gr
ΔΙΕΥΘΥΝΤΡΙΑ ΥΠΗΡΕΣΙΩΝ	211 187 7712		director@segas.gr
ΤΜΗΜΑΤΑΡΧΗΣ ΠΡΟΣΩΠΙΚΟΥ	211 187 7730		personnel@segas.gr
ΤΜΗΜΑΤΑΡΧΗΣ ΟΙΚΟΝΟΜΙΚΟΥ	211 187 7745	210 935 9334	segaslog01@gmail.com
ΤΜΗΜΑΤΑΡΧΗΣ ΔΙΟΙΚΗΣΕΩΣ	211 187 7700		president@segas.gr administration@segas.gr
ΕΘΝΙΚΕΣ ΟΜΑΔΕΣ	211 187 7710		nationalteams@segas.gr
ΑΠΟΣΤΟΛΕΣ-ΚΟΙΝΩΝΙΚΗ ΕΥΘΥΝΗ	211 187 7711		nationalteams@segas.gr csr@segas.gr
ΤΟΜΕΑΣ ΑΝΑΠΤΥΞΗΣ	211 187 7732		development@segas.gr
ΤΟΜΕΑΣ ΑΓΩΝΩΝ	211 187 7735		competition@segas.gr
ΜΗΤΡΩΟ ΑΘΛΗΤΩΝ	211 187 7743 211 187 7744		mitroo@segas.gr
ΣΤΑΤΙΣΤΙΚΗ	211 187 7713 211 187 7714		statistics@segas.gr
ΔΙΕΘΝΕΙΣ ΣΧΕΣΕΙΣ	211 187 7703 211 187 7704		internationalrelations@segas.gr
ΛΟΓΙΣΤΗΡΙΟ	211 187 7746 211 187 7747 211 187 7748 211 187 7751		segaslog01@gmail.com
ΜΑΡΚΕΤΙΝΓΚ	211 187 7749	210 935 9334	marketing@segas.gr
ΠΡΟΜΗΘΕΙΕΣ	211 187 7750 211 187 7749	210 935 9334	supplies@segas.gr supplies2@segas.gr
ΓΡΑΦΕΙΟ ΜΑΡΑΘΩΝΙΟΥ	211 187 7717	211 182 7689	marathon@segas.gr
Ατομικές εγγραφές (και Ημιμαραθωνίου)	211 187 7725, 20, 19		
Ομαδικές εγγραφές (και Ημιμαραθωνίου)	211 187 7721		
ΓΡΑΦΕΙΟ ΤΥΠΟΥ	211 187 7715 211 187 7716		press@segas.gr press1@segas.gr press2@segas.gr
Κ.Ε.Κ.	211 187 7728		kek@segas.gr
ΠΡΟΣΤΑΣΙΑ ΔΕΔΟΜΕΝΩΝ ΠΡΟΣΩΠΙΚΟΥ ΧΑΡΑΚΤΗΡΑ			dpo@segas.gr

ΕΠΙΤΡΟΠΗ ΑΘΛΗΤΙΚΟΥ ΣΧΕΔΙΑΣΜΟΥ (ΕΠ.Α.Σ.)

A/A	ΟΝΟΜΑΤΕΠΩΝΥΜΟ		ΙΔΙΟΤΗΤΑ
1	ΒΑΣΙΛΕΙΟΣ ΣΕΒΑΣΤΗΣ	ΓΕΝΙΚΟΣ ΓΡΑΜΜΑΤΕΑΣ ΣΣΕΓΑΣ	ΠΡΟΕΔΡΟΣ
2	ΠΟΛΥΞΕΝΗ ΑΡΓΕΙΤΑΚΗ	ΤΟΜΕΑΣ ΕΘΝΙΚΩΝ ΟΜΑΔΩΝ Δ/Σ	ΜΕΛΟΣ
3	ΑΘΑΝΑΣΙΟΣ ΡΑΠΤΗΣ	ΤΟΜΕΑΣ ΑΓΩΝΩΝ Δ/Σ	ΜΕΛΟΣ
4	ΣΠΥΡΟΣ ΚΕΛΛΗΣ	ΤΟΜΕΑΣ ΕΠΙΜΟΡΦΩΣΗΣ Δ/Σ	ΜΕΛΟΣ
5	ΙΩΑΝΝΗΣ ΚΟΥΤΣΙΩΡΑΣ	ΕΘΝΙΚΟΣ ΠΡΟΠΟΝΗΤΗΣ	ΜΕΛΟΣ
6	ΧΡΗΣΤΟΣ ΜΕΛΕΤΟΓΛΟΥ	ΕΘΝΙΚΟΣ ΠΡΟΠΟΝΗΤΗΣ Κ20	ΜΕΛΟΣ
7	ΑΠΟΣΤΟΛΟΣ ΑΠΟΣΤΟΛΟΠΟΥΛΟΣ	ΕΘΝΙΚΟΣ ΠΡΟΠΟΝΗΤΗΣ Κ18	ΜΕΛΟΣ
8	ΧΡΗΣΤΟΣ ΧΡΥΣΟΣΤΟΜΙΔΗΣ	ΤΕΧΝΙΚΟΣ ΥΠΕΥΘΥΝΟΣ Κ.Υ.Α.Θ.	ΜΕΛΟΣ
9	ΓΕΩΡΓΙΟΣ ΠΟΜΑΣΚΙ	ΣΥΝΤΟΝΙΣΤΗΣ ΟΜΟΣΠΟΝΔΙΑΚΟΣ	ΜΕΛΟΣ
10	ΜΑΡΚΟΣ ΚΑΛΟΥΔΗΣ	ΤΕΧΝΙΚΟΣ ΑΝΑΠΤΥΞΗΣ	ΜΕΛΟΣ
11	ΣΤΕΦΑΝΟΣ ΜΑΤΑΚΗΣ	ΤΕΧΝΙΚΟΣ ΑΝΑΠΤΥΞΗΣ	ΜΕΛΟΣ
12	ΧΡΗΣΤΟΣ ΧΑΤΖΗΒΑΣΙΛΕΙΟΥ	ΤΕΧΝΙΚΟΣ ΑΝΑΠΤΥΞΗΣ	ΜΕΛΟΣ
13	ΒΑΣΙΛΕΙΟΣ ΠΛΑΤΩΝΑΣ	ΤΕΧΝΙΚΟΣ ΑΝΑΠΤΥΞΗΣ	ΜΕΛΟΣ
14	ΑΝΔΡΕΑΣ ΓΚΟΓΚΑΣ	ΤΕΧΝΙΚΟΣ ΔΙΕΥΘΥΝΤΗΣ ΑΓΩΝΩΝ	ΜΕΛΟΣ
15	ΔΗΜΗΤΡΗΣ ΕΥΑΓΓΕΛΟΠΟΥΛΟΣ	ΣΥΜΒΟΥΛΟΣ ΕΠΙΤΡΟΠΗΣ ΑΘΛ. ΣΧ.	ΜΕΛΟΣ
16	ΙΩΑΝΝΗΣ ΚΟΥΤΣΟΓΙΑΝΝΟΠΟΥΛΟΣ	ΤΕΧΝΙΚΟΣ ΣΥΜΒΟΥΛΟΣ ΔΙΟΙΚΗΣΗΣ	ΜΕΛΟΣ
17	ΔΗΜΗΤΡΗΣ ΧΑΛΒΑΤΖΑΡΑΣ	ΥΠΕΥΘΥΝΟΣ ΠΡΟΠΟΝΗΤΙΚΟΥ ΚΕΝΤΡΟΥ ΑΓΙΟΥ ΚΟΣΜΑ	ΜΕΛΟΣ
18	ΙΩΑΝΝΗΣ ΚΟΥΤΣΟΦΛΙΝΗΣ	ΤΕΧΝΙΚΟΣ ΣΥΜΒΟΥΛΟΣ ΔΙΟΙΚΗΣΗΣ	ΜΕΛΟΣ
19	ΝΙΚΗ ΓΚΑΒΕΡΑ	ΤΕΧΝΙΚΟΣ ΑΝΑΠΤΥΞΗΣ - KID'S ATHLETIC'S	ΜΕΛΟΣ
20	ΚΛΕΟΠΑΤΡΑ ΠΑΠΑΝΙΚΟΛΑΟΥ	ΥΠΑΛΛΗΛΟΣ ΣΣΕΓΑΣ	ΓΡΑΜΜΑΤΕΑΣ
21	ΦΩΤΕΙΝΗ ΚΑΣΙΔΗ	ΥΠΑΛΛΗΛΟΣ ΣΣΕΓΑΣ	ΓΡΑΜΜΑΤΕΑΣ



ΜΕΓΑΛΟΙ ΧΟΡΗΓΟΙ ΣΕΓΑΣ



ΕΠΙΣΗΜΟΙ ΧΟΡΗΓΟΙ ΣΕΓΑΣ

