

# ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΟΣ ΓΥΜΝΑΣΤΙΚΟΣ ΣΥΛΛΟΓΟΣ

- Έτος ίδρύσεως 1891 -

ΑΝΩΤΑΤΟ ΒΡΑΒΕΙΟ ΔΙΕΘΝΟΥΣ ΟΛΥΜΠΙΑΚΗΣ ΕΠΙΤΡΟΠΗΣ

ΑΡΓΥΡΟ ΜΕΤΑΛΛΙΟ ΑΚΑΔΗΜΙΑΣ ΑΘΗΝΩΝ & ΔΗΜΟΥ ΑΘΗΝΑΙΩΝ

ΕΥΕΛΠΙΔΩΝ 2 \* Τ.Κ. 113 62 ΑΘΗΝΑ  
ΤΗΛ. ΓΡΑΦΕΙΩΝ : 210 82.33.720 \* FAX : 210 82.15.601



Αθήνα 16/5/2023

Αρ.Πρ.: 461/14

Προς: - Σ.Ε.Γ.Α.Σ  
- ΣΩΜΑΤΕΙΑ Σ.Ε.Γ.Α.Σ.

## "11<sup>α</sup> ΠΑΠΑΝΑΣΤΑΣΕΙΑ"

*Αγώνες εις μνήμη Κώστα Παπαναστασίου*

[www.panellinosac.gr](http://www.panellinosac.gr)

### ΠΡΟΚΗΡΥΞΗ

Ο Πανελλήνιος Γυμναστικός Σύλλογος για 11<sup>η</sup> χρονιά προκηρύσσει και διοργανώνει, υπό την αιγίδα του Σ.Ε.Γ.Α.Σ. και σε συνεργασία με την Ε.Α.Σ. Σ.Ε.Γ.Α.Σ. Αθήνας, αγώνες στίβου με την επωνυμία «ΠΑΠΑΝΑΣΤΑΣΕΙΑ», στη μνήμη του επιφανούς αθλητικού παράγοντα Κώστα Παπαναστασίου ο οποίος διετέλεσε Γενικός Γραμματέας Αθλητισμού και Πρόεδρος του Π.Γ.Σ.

Οι αγώνες θα διεξαχθούν σύμφωνα με τους παρακάτω όρους:

#### ΗΜΕΡΟΜΗΝΙΑ :

Τρίτη 13 Ιουνίου και Τετάρτη 14 Ιουνίου 2023

#### ΤΟΠΟΣ ΤΕΛΕΣΗΣ :

Στάδιο Πανελληνίου Γ.Σ.

#### ΑΓΩΝΙΣΜΑΤΑ:

##### Αγόρια K16:

80μ. -Σφαιροβολία-Σφυροβολία

##### Κορίτσια K16:

80μ.-1.000μ -80μ.Εμπ.-Επί κοντώ- Μήκος -Σφυροβολία

##### Αγόρια K18

100μ.-200μ-2000μ.Φ.Ε.-Άλμα επί κοντώ

##### Κορίτσια K18

100μ.-200μ-100μ.Εμπ.-400μ.Εμπ. Άλμα Τριπλούν- Ακοντισμός

##### Αγόρια K20

3000μ.- Άλμα επί κοντώ

##### Κορίτσια K20

3000μ.-Άλμα εις Μήκος

##### Ανδρών:

100μ.-400μ.-1.500μ.-3.000μ.-Άλμα εις Μήκος-Άλμα επί Κοντώ-Σφαιροβολία-Δισκοβολία-Σφυροβολία

##### Γυναικών:

100μ. - 400μ. -800μ.-3.000μ.- Επί κοντώ- Άλμα Τριπλούν- Ύψος -Δισκοβολία- Ακοντισμός

### Γ Μ Η Μ Α Τ Α :

ΚΛΑΣΙΚΟΣ ΑΘΛΗΤΙΣΜΟΣ \* ΜΠΑΣΚΕΤ \* ΒΟΛΕΪ \* ΠΑΛΗ \* ΞΗΦΑΣΚΙΑ  
ΓΥΜΝΑΣΙΑ \* ΑΡΣΗ ΒΑΡΩΝ \* ΤΕΝΙΣ \* ΣΚΟΠΟΒΟΛΗ \* ΜΟΝΤΕΡΝΟ ΠΕΝΤΑΘΛΟ  
ΠΗΚ-ΠΟΙΚ \* ΤΖΟΥΝΤΟ \* ΧΑΝΤ-ΜΠΟΛ \* ΕΝΟΡΓΑΝΗ & ΡΥΘΜΙΚΗ ΓΥΜΝΑΣΤΙΚΗ  
ΚΟΥΛΜΒΗΣΗ \* ΣΥΓΧΡΟΝΙΣΜΕΝΗ ΚΟΥΛΜΒΗΣΗ \* ΚΑΡΑΤΕ \* ΣΚΑΚΙ \* ΤΟΞΟΒΟΛΙΑ  
\* ΤΑΕ KWON DO (TKD)



# ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΟΣ ΓΥΜΝΑΣΤΙΚΟΣ ΣΥΛΛΟΓΟΣ

- Έτος ίδρύσεως 1891 -

ΑΝΩΤΑΤΟ ΒΡΑΒΕΙΟ ΔΙΕΘΝΟΥΣ ΟΛΥΜΠΙΑΚΗΣ ΕΠΙΤΡΟΠΗΣ

ΑΡΓΥΡΟ ΜΕΤΑΛΛΙΟ ΑΚΑΔΗΜΙΑΣ ΑΘΗΝΩΝ & ΔΗΜΟΥ ΑΘΗΝΑΙΩΝ

ΕΥΕΛΠΙΔΩΝ 2 ★ Τ.Κ. 113 62 ΑΘΗΝΑ  
ΤΗΛ. ΓΡΑΦΕΙΩΝ : 210 82.33.720 ★ FAX : 210 82.15.601



## ΔΙΚΑΙΩΜΑ ΣΥΜΜΕΤΟΧΗΣ:

Στους αγώνες, έχουν δικαίωμα συμμετοχής μόνο οι αθλητές και οι αθλήτριες που είναι εγγεγραμμένοι σε σωματεία - μέλη του Σ.Ε.Γ.Α.Σ., και στα αγωνίσματα εκείνα στα οποία η **ΚΩΔΙΚΟΠΟΙΗΣΗ ΔΙΑΤΑΞΕΩΝ ΠΡΩΤΑΘΛΗΜΑΤΩΝ 2022-2023 του ΣΕΓΑΣ προβλέπει.**

## ΕΠΙΤΕΥΞΗ ΟΡΙΩΝ ΠΡΟΚΡΙΣΗΣ ΣΤΑ ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΑ ΠΡΩΤΑΘΛΗΜΑΤΑ:

Οι αγώνες ανήκουν σε αυτούς που αποτελούν κριτήριο για την επίτευξη ορίων πρόκρισης για τα Πανελλήνια Πρωταθλήματα.

## ΔΙΑΔΟΧΙΚΑ ΥΨΗ:

ΥΨΟΣ ΓΥΝΑΙΚΩΝ: 1,40 -1,50 -1,55-1,60 -1,70-1,75 και στην συνέχεια ανά 3 εκατοστά

ΑΛΜΑ ΕΠΙ ΚΟΝΤΩ ΓΥΝΑΙΚΩΝ: 2,60-2,70-2,80-2,90-3,00-3,10-3,20-3,30-3,40-3,50 και στη συνέχεια ανά 5 εκατοστά

ΑΛΜΑ ΕΠΙ ΚΟΝΤΩ Κ16 ΚΟΡΙΤΣΙΑ : 2,20-2,30-2,40-2,50-2,60-2,80-2,90-3,30-3,00 και στη συνέχεια ανά 5 εκατοστά

ΑΛΜΑ ΕΠΙ ΚΟΝΤΩ ΑΝΔΡΩΝ: 4,40-4,60-4,70-4,80-4,90-5,00 και στη συνέχεια ανά 10 εκατοστά

ΑΛΜΑ ΕΠΙ ΚΟΝΤΩ Κ18- Κ20 ΑΓΟΡΙΑ: 3,50-3,60-3,70-3,80-3,90-4,00 και στη συνέχεια ανά 5 εκατοστά

ΤΡΙΠΛΟΥΝ ΓΥΝΑΙΚΩΝ: Βαλβίδα 11μ.-9μ.

ΤΡΙΠΛΟΥΝ Κ18 : Βαλβίδα 9μ.

## ΒΑΡΗ ΟΡΓΑΝΩΝ

Ανδρών Δίσκος: 2kg , Σφαίρα: 7.260kg Σφύρα: 7.260kg

Αγοριών Κ16 Σφαίρα : 4 kg- Σφύρα:4kg

Γυναικών: Δίσκος 1kg, Ακόντιο 600gr

Κοριτσιών Κ18: Ακόντιο 500gr.

Κοριτσιών Κ16: Σφύρα 3kg

## ΔΗΛΩΣΕΙΣ ΣΥΜΜΕΤΟΧΗΣ :

Οι δηλώσεις συμμετοχής θα γίνουν δεκτές έως και την Δευτέρα 5/6/2023 (τα στοιχεία των αθλητών-τριών να είναι πλήρη και να αναγράφεται η ατομική τους επίδοση διότι οι συμμετοχές θα είναι περιορισμένες).

Οι αθλητές αθλήτριες θα πρέπει να δηλωθούν με το συνημμένο έντυπο δήλωσης συμμετοχής (αυστηρά και μόνο σε αυτό όχι σκαναρισμένες ή φωτογραφημένες) και να αποσταλούν οι δηλώσεις στο e-mail: agonistiko@panelliniosac.gr

Δεν επιτρέπεται η συμμετοχή εκτός συναγωνισμού σε κανένα αθλητή και για κανένα λόγο, ούτε η συμμετοχή αθλητών - τριών διαφορετικής ηλικίας από όσα αναφέρονται στην προκήρυξη.

## ΓΕΝΙΚΕΣ ΔΙΑΤΑΞΕΙΣ

- 1) Ότι δεν προβλέπεται από την προκήρυξη, θα ρυθμίζεται από τον Αλυτάρχη και τον Τεχνικό Υπεύθυνο των αγώνων, σύμφωνα με τους κανονισμούς.

## ΚΑΝΟΝΙΣΜΟΙ:

Στους αγώνες θα ισχύσουν οι επίσημοι κανονισμοί στίβου 2022-2023.

Πληροφορίες στον τεχνικό υπεύθυνο των αγώνων: κος Αντωνόπουλος Κώστας 6947833185

## Γ Μ Η Μ Α Τ Α :

ΚΛΑΣΙΚΟΣ ΑΘΛΗΤΙΣΜΟΣ • ΜΠΑΣΚΕΤ • ΒΟΛΕΪ • ΠΑΛΗ • ΞΙΦΑΣΚΙΑ  
ΠΥΓΜΑΧΙΑ • ΑΡΣΗ ΒΑΡΩΝ • ΤΕΝΙΣ • ΣΚΟΠΙΒΟΛΗ • ΜΟΝΤΕΡΝΟ ΠΕΝΤΑΘΛΟ  
ΠΗΓΚ-ΠΙΟΓΚ • ΤΖΟΥΝΤΟ • ΧΑΝΤ-ΜΠΟΛ • ΕΝΟΡΓΑΝΗ & ΡΥΘΜΙΚΗ ΓΥΜΝΑΣΤΙΚΗ  
ΚΟΛΥΜΒΗΣΗ • ΣΥΓΧΡΟΝΙΣΜΕΝΗ ΚΟΛΥΜΒΗΣΗ • ΚΑΡΑΤΕ • ΣΚΑΚΙ • ΤΟΣΟΒΟΛΙΑ  
• ΤΑΕ KWON DO (TKD)



# ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΟΣ ΓΥΜΝΑΣΤΙΚΟΣ ΣΥΛΛΟΓΟΣ

- Έτος ίδρύσεως 1891 -

ΑΝΩΤΑΤΟ ΒΡΑΒΕΙΟ ΔΙΕΘΝΟΥΣ ΟΛΥΜΠΙΑΚΗΣ ΕΠΙΤΡΟΠΗΣ

ΑΡΓΥΡΟ ΜΕΤΑΛΛΙΟ ΑΚΑΔΗΜΙΑΣ ΑΘΗΝΩΝ & ΔΗΜΟΥ ΑΘΗΝΑΙΩΝ

ΕΥΕΛΠΙΔΩΝ 2 \* Τ.Κ. 113 62 ΑΘΗΝΑ  
ΤΗΛ. ΓΡΑΦΕΙΩΝ : 210 82.33.720 \* FAX : 210 82.15.601



## ΙΑΤΡΙΚΕΣ ΕΞΕΤΑΣΕΙΣ

Με τη φροντίδα και την ευθύνη των συλλόγων τους οι αθλητές και οι αθλήτριες θα πρέπει να έχουν εξετασθεί ιατρικώς πριν από τους αγώνες.

Η πιστοποίηση της υγείας των αθλητών και αθλητριών είναι υποχρεωτική και αποτελεί προϋπόθεση για τη συμμετοχή τους στους αγώνες.


Όλοι οι συμμετέχοντες απαραίτητα θα έχουν μαζί τους το δελτίο αθλητή-τριας και την κάρτα υγείας θεωρημένη και θα την παραδίδουν στη γραμματεία των αγώνων. Η Κάρτα υγείας αθλητή ισχύει για ένα έτος από την θεώρησή της.

Υπεύθυνοι για την τήρηση αυτής της υποχρέωσης είναι οι εκπρόσωποι των σωματείων.

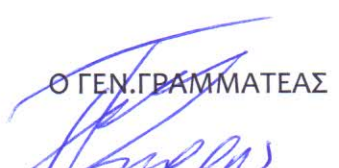
Σε κάθε περίπτωση για θέματα που αφορούν την υγεία των αθλητών-τριών αλλά και για κάθε πιθανό πρόβλημα που θα παρουσιαστεί κατά την διάρκεια των αγώνων και οφείλεται σε έλλειψη προληπτικού ιατρικού ελέγχου, υπεύθυνοι είναι οι εκπρόσωποι των σωματείων και οι προπονητές που δηλώνουν αυτούς τους αθλητές και σε καμία περίπτωση οι διοργανωτές.

## ΕΙΣΟΔΟΣ ΣΤΗΝ ΕΓΚΑΤΑΣΤΑΣΗ

Η είσοδος αθλητών - αθλητριών θα γίνεται από την οδό Ευελπίδων αριθμός 2.

Ο ΠΡΟΕΔΡΟΣ  
  
ΑΛΕΞΙΟΣ Ν. ΑΛΕΞΟΠΟΥΛΟΣ



Ο ΓΕΝ. ΓΡΑΜΜΑΤΕΑΣ  
  
ΠΑΝΑΓΙΩΤΗΣ ΣΑΡΡΗΣ

## ΣΥΝΗΜΜΕΝΑ :

1. Έντυπο Δήλωσης Συμμετοχής
2. Πρόγραμμα

## ΚΟΙΝΟΠΟΙΗΣΗ:

Σ.Ε.Γ.Α.Σ. - Γραφεία Ανάπτυξης  
Κ.Ε.Κ.

## ΤΜΗΜΑΤΑ :

ΚΛΑΣΙΚΟΣ ΑΘΛΗΤΙΣΜΟΣ • ΜΠΑΣΚΕΤ • ΒΟΛΕΪ • ΠΑΛΗ • ΞΙΦΑΣΚΙΑ  
ΓΥΜΝΑΣΤΙΚΗ • ΑΡΣΕΙ ΒΑΡΩΝ • ΤΕΝΙΣ • ΣΚΟΠΙΒΟΛΗ • ΜΟΝΤΕΡΝΟ ΠΕΝΤΑΘΛΟ  
ΠΗΚ-ΠΟΚ • ΤΖΟΥΝΤΟ • ΧΑΝΤ-ΜΠΟΛ • ΕΝΟΡΓΑΝΗ & ΡΥΘΜΙΚΗ ΓΥΜΝΑΣΤΙΚΗ  
ΚΟΛΥΜΒΗΣΗ • ΣΥΓΧΡΟΝΙΣΜΕΝΗ ΚΟΛΥΜΒΗΣΗ • ΚΑΡΑΤΕ • ΣΚΑΚΙ • ΤΟΞΟΒΟΛΙΑ  
• ΤΑΕ KWON DO (TKD)