



ΕΝΩΣΗ ΑΘΛΗΤΙΚΩΝ ΣΩΜΑΤΕΙΩΝ Σ.Ε.Γ.Α.Σ. ΚΡΗΤΗΣ (Ε.Α.Σ. Σ.Ε.Γ.Α.Σ. ΚΡΗΤΗΣ)
Ε.Α.Κ. "ΕΛΕΥΘΕΡΙΑΣ" – Πλατεία Κόρακα – Ηράκλειο 713 03 – Τηλ – Φαξ: 2810253587
Internet: www.eas-segas-kritis.gr E-mail: segas.kritis@gmail.com

Ηράκλειο: 176 / 15 – 4 - 2025

ΠΡΟΣ: ΣΩΜΑΤΕΙΑ ΚΡΗΤΗΣ

ΠΡΟΚΗΡΥΞΗ

ΔΙΑΣΥΛΛΟΓΙΚΩΝ ΑΓΩΝΩΝ

ΑΝΔΡΩΝ - ΓΥΝΑΙΚΩΝ & Κ20 (Α/Γ) 2025

Η Ε.Α.Σ. Σ.Ε.Γ.Α.Σ. Κρήτης με την συνδιοργάνωση και υποστήριξη της Περιφέρειας Κρήτης, του Δήμου Ηρακλείου, της Δημοτικής Επιχείρησης Ανάπτυξης Αθλητισμού Ηρακλείου και του Ε.Α.Κ.Η. (Ελευθερίας), διοργανώνει τους διασυλλογικούς αγώνες Ανδρών – Γυναικών και Κ20 (Α/Γ) 2025.

Οι αγώνες θα διεξαχθούν σύμφωνα με τους παρακάτω όρους:

1). ΗΜΕΡΟΜΗΝΙΑ ΚΑΙ ΤΟΠΟΣ ΔΙΕΞΑΓΩΓΗΣ:

Σάββατο 17 και Κυριακή 18 Μαΐου 2025, στο Ηράκλειο

Παγκρήτιο Στάδιο και Ε.Α.Κ.Η. (Στάδιο Ελευθερίας).

2). ΚΑΤΗΓΟΡΙΕΣ ΚΑΙ ΗΛΙΚΙΕΣ ΠΟΥ ΣΥΜΜΕΤΕΧΟΥΝ – ΕΙΔΙΚΕΣ ΔΙΑΤΑΞΕΙΣ:

► Α) ΔΙΑΣΥΛΛΟΓΙΚΟΙ ΑΓΩΝΕΣ ΑΝΔΡΩΝ – ΓΥΝΑΙΚΩΝ:

- ΑΝΔΡΩΝ – ΓΥΝΑΙΚΩΝ «2002 και μεγαλύτεροι - ρες»
- Κ23 (Α/Γ) «2003 – 2004 - 2005»

► Β) ΔΙΑΣΥΛΛΟΓΙΚΟΙ ΑΓΩΝΕΣ Κ20 (ΑΝΔΡΩΝ – ΓΥΝΑΙΚΩΝ):

- Κ20 (Α/Γ) «2006 – 2007»
- Κ18 (Α/Γ) «2008 – 2009»

► Γ) ΕΙΔΙΚΕΣ ΔΙΑΤΑΞΕΙΣ:

Για τους δύο διασυλλογικούς αγώνες Α/Γ και Κ20 (Α/Γ), θα υπάρχει για κάθε αγώνισμα και συνολικά:

α) Ενιαία κατάταξη αποτελεσμάτων και ενιαία κάλυψη εξόδων μετακίνησης (2009 και μεγαλύτεροι – ρες) και από τις δύο κατηγορίες μαζί.

Ειδικότερα τα 4 αγωνίσματα της κατηγορίας Κ20 Ανδρών (2006 – 2009):
110μ. Εμπ. (0,99εκ.) – Σφαιροβολία (6κ) – Δισκοβολία (1.750 γρ) – Σφυροβολία (6κ), διεξάγονται με ξεχωριστή κατάταξη, απονομή επάθλων και κάλυψη εξόδων μετακίνησης για τους αθλητές με έτη γέννησης 2006 - 2009.

β) Ξεχωριστή βαθμολόγηση – αξιολόγηση και ξεχωριστή απονομή επάθλων, για τον κάθε ένα από τους δύο διασυλλογικούς αγώνες.

Ξεχωριστή βαθμολόγηση – αξιολόγηση και απονομή επάθλων για την κατηγορία Α/Γ (2005 και μεγαλύτεροι – ρες) και ξεχωριστή βαθμολόγηση – αξιολόγηση και απονομή επάθλων για την κατηγορία Κ20 (Α/Γ) «2006 – 2009».

3) ΔΙΚΑΙΩΜΑ ΣΥΜΜΕΤΟΧΗΣ ΣΤΟΥΣ ΑΓΩΝΕΣ:

Στους αγώνες δικαίωμα συμμετοχής έχουν αθλητές και αθλήτριες για τους οποίους έχει εκδοθεί από το Σ.Ε.Γ.Α.Σ. **ΔΕΛΤΙΟ ΑΘΛΗΤΙΚΗΣ ΙΔΙΟΤΗΤΑΣ** σε σωματείο της Ε.Α.Σ. Σ.Ε.Γ.Α.Σ. Κρήτης **και είναι ενεργό** (έχει εκδοθεί* ή ανανεωθεί κατά την τρέχουσα αγωνιστική περίοδο σύμφωνα με τις δηλώσεις των σωματείων).

Επίσης ανήκουν οπωσδήποτε στη δύναμη των σωματείων – μελών του Σ.Ε.Γ.Α.Σ., **που έχουν λάβει ειδική αθλητική αναγνώριση** (άρθρο 8 του ν. 2725/1999 όπως τροποποιήθηκε και ισχύει) και **είναι εγγεγραμμένα στο Ηλεκτρονικό Μητρώο Ερασιτεχνικών Αθλητικών Σωματείων της ΓΓΑ** (άρθρο 142 του ν. 4714/2020).

Διευκρίνιση: επισημαίνεται ότι σύμφωνα με την παρ. 1Α του άρθρου 8 του ν.2725/1999 «Κατά τα πρώτα δύο (2) έτη από την εγγραφή του σε αθλητική ένωση ή ομοσπονδία, το αθλητικό σωματείο μετέχει στην αγωνιστική δραστηριότητα της οικείας ένωσης ή ομοσπονδίας, πλην των Πανελληνίων αγώνων και Πρωταθλημάτων ή των τελικών φάσεων Πανελληνίων Αγώνων και Πρωταθλημάτων, χωρίς να διαθέτει ειδική αθλητική αναγνώριση, την οποία μπορεί να αιτηθεί και να λάβει το αργότερο εντός του ίδιου χρονικού διαστήματος».

* Κάθε νέα έκδοση Δελτίου Αθλητικής Ιδιότητας αθλητή-αθλήτριας εντός του έτους, καθιστά αυτομάτως ενεργό το Δελτίο Αθλητικής Ιδιότητας για την τρέχουσα αγωνιστική περίοδο, από την ημερομηνία εγγραφής στο μητρώο της Ομοσπονδίας έως 31/12/2025 (λήξη δελτίου). Η επικαιροποίηση της κατάστασης (ενεργό ή ανενεργό) του Δελτίου Αθλητικής Ιδιότητας αθλητή-αθλήτριας γίνεται με δήλωση του σωματείου προς το τμήμα μητρώου της Ομοσπονδίας, εντός της προθεσμίας που ορίζεται με απόφαση του Διοικητικού Συμβουλίου. Ενεργό Δελτίο Αθλητικής Ιδιότητας για την τρέχουσα αγωνιστική περίοδο, αθλητών και αθλητριών για τους οποίους έχουν καταχωρηθεί αποτελέσματα αγώνων, δεν μπορεί να καταστεί ανενεργό μέχρι τη λήξη του, στις 31/12/2025.

Σχόλια: Το άρθρο 41 του ν.4809/2021, ΦΕΚ Α` 102/19.06.2021, είναι τροποποίηση της παρ. 5 του άρθρου 8 του ν. 2725/1999.

Δικαίωμα συμμετοχής έχουν επίσης και αθλητές – αθλήτριες σωματείων εκτός των σωματείων της Ε.Α.Σ. Σ.Ε.Γ.Α.Σ. Κρήτης, σύμφωνα τις προϋποθέσεις που αναφέρονται στη σελίδα 13, κεφ. Γ', παρ. 1.

Στους διασυλλογικούς αγώνες δεν επιτρέπεται η συμμετοχή αθλητών – τριών από άλλη κατηγορία, ούτε η συμμετοχή εκτός συναγωνισμού, σε καμία περίπτωση και για κανένα λόγο.

Σχετικά με την συμμετοχή εκτός συναγωνισμού, εξαιρούνται οι οκτώ πρώτοι νικητές – νικήτριες των πανελληνίων πρωταθλημάτων στα σύνθετα αγωνίσματα της προηγούμενης χρονιάς, οι οποίοι έχουν δικαίωμα συμμετοχής στους διασυλλογικούς αγώνες Α/Γ - Κ20 και Κ18, σε ένα επιπλέον ατομικό αγώνισμα **εκτός συναγωνισμού** μετά από δήλωση του σωματείου τους. Οι συγκεκριμένοι αθλητές – αθλήτριες στο επιπλέον αγώνισμα, θα συμμετέχουν σε σειρά η οποία δεν θα επηρεάζει την βαθμολογική εξέλιξη των αγώνων.

A) ΔΙΑΣΥΛΛΟΓΙΚΟΙ ΑΓΩΝΕΣ ΑΝΔΡΩΝ – ΓΥΝΑΙΚΩΝ

1) ΑΓΩΝΙΣΜΑΤΑ:

ΑΝΔΡΩΝ: 100μ. – 200μ. – 400μ. – 800μ. - 1.500μ. - 5.000μ. - 3.000μ.Φ.Ε - 10.000μ.Βάδην – 110μ. Εμπ. – 400μ. Εμπ. - Ύψος - Επί Κοντώ – Μήκος - Τριπλούν – Σφαιροβολία – Δισκοβολία – Σφυροβολία – Ακοντισμός – 4Χ100μ. – 4Χ400μ.

ΓΥΝΑΙΚΩΝ: 100μ.– 200μ. – 400μ. – 800μ. - 1.500μ.- 5.000μ. - 3.000μ.Φ.Ε - 10.000μ.Βάδην – 100μ. Εμπ. – 400μ. Εμπ. - Ύψος - Επί Κοντώ – Μήκος - Τριπλούν – Σφαιροβολία – Δισκοβολία – Σφυροβολία – Ακοντισμός - 4Χ100μ. – 4Χ400μ.

ΣΗΜΕΙΩΣΗ 1: Ειδικά οι αθλητές (2006 – 2007) που θα συμμετάσχουν στα 4 αγωνίσματα της κατηγορίας Κ20 (Ανδρών): 110μ.Εμπ. (0,99εκ.) – Σφαιροβολία (6 κ) – Δισκοβολία (1.750γρ) - Σφυροβολία (6κ), δεν έχουν δικαίωμα να δηλωθούν και να συμμετάσχουν και στα ίδια αγωνίσματα της κατηγορίας Ανδρών.

Π.χ. Ο αθλητής που θα συμμετάσχει στη Σφαιροβολία Κ20 (Ανδρών), δεν έχει δικαίωμα να δηλωθεί και να συμμετάσχει και στη Σφαιροβολία Ανδρών.

ΣΗΜΕΙΩΣΗ 2: Οι αθλητές (2006 – 2007) έχουν δικαίωμα να δηλωθούν και να συμμετάσχουν στα αγωνίσματα της κατηγορίας Ανδρών: 110μ.Εμπ (1,067μ.) – Σφαιροβολία (7.260γρ) – Δισκοβολία (2κ) - Σφυροβολία (7.260 γρ), αλλά σε αυτή την περίπτωση δεν έχουν δικαίωμα να δηλωθούν και να συμμετάσχουν και στα ίδια αγωνίσματα της κατηγορίας Κ20 (Ανδρών).

Π.χ. Ο αθλητής (2006 – 2007) που θα συμμετάσχει στη Δισκοβολία Ανδρών (2κ), δεν έχει δικαίωμα να δηλωθεί και να συμμετάσχει και στη Δισκοβολία Κ20 «Α» (1.750γρ).

2) ΚΑΤΗΓΟΡΙΕΣ ΚΑΙ ΗΛΙΚΙΕΣ ΠΟΥ ΣΥΜΜΕΤΕΧΟΥΝ ΓΙΑ ΤΗΝ ΕΝΙΑΙΑ ΚΑΤΑΤΑΞΗ:

- Συμμετέχουν οι αθλητές – τρεις από 16 ετών και μεγαλύτεροι – ες:

ΑΝΔΡΩΝ - ΓΥΝΑΙΚΩΝ	2002 και μεγαλύτεροι-ρες
Κ23 (Α/Γ)	2003 – 2004 - 2005
Κ20 (Α/Γ)	2006 - 2007
Κ18 (Α/Γ)	2008 - 2009

*** ΣΥΜΜΕΤΟΧΗ ΑΘΛΗΤΩΝ – ΑΘΛΗΤΡΙΩΝ 35 ΕΤΩΝ ΚΑΙ ΜΕΓΑΛΥΤΕΡΩΝ ΣΤΑ ΑΤΟΜΙΚΑ, ΣΥΝΘΕΤΑ ΑΓΩΝΙΣΜΑΤΑ ΚΑΙ ΣΤΙΣ ΣΚΥΤΑΛΟΔΡΟΜΙΕΣ**

Για τη συμμετοχή στους Διασυλλογικούς Αγώνες Α/Γ (ατομικά, σύνθετα και σκυταλοδρομίες) των αθλητών – αθλητριών 35 ετών και μεγαλύτερων (για το 2025, οι γεννηθέντες το 1990 – 1989 και οι μεγαλύτεροι – μεγαλύτερες), **καθιερώνεται παράβολο συμμετοχής 25 ευρώ, για τη συμμετοχή τους στο κάθε αγώνισμα.**

Το χρηματικό παράβολο καταβάλλεται προς τη διοργανώτρια Ε.Α.Σ. Σ.Ε.Γ.Α.Σ. Κρήτης, την ημέρα των αγώνων στην αίθουσα κλήσης, για την κάλυψη μέρους των οργανωτικών εξόδων που αφορούν τη διοργάνωση των αγώνων αναπτυξιακών κατηγοριών Κ16 – Κ14 – Κ12.

Από την παραπάνω διάταξη εξαιρούνται (και για τα αγωνίσματα των σκυταλοδρομιών) οι αθλητές – αθλήτριες άνω των 35 ετών, που η επίδοσή τους στο ατομικό αγώνισμα που θα συμμετέχουν στους Διασυλλογικούς Αγώνες Α/Γ συμπεριλαμβάνεται στις 50 καλύτερες επιδόσεις του ενός από τα δύο προηγούμενα χρόνια (για το 2025, η 50αδα θα ισχύει για το 2024 και το 2023).

3) ΚΑΤΗΓΟΡΙΕΣ ΚΑΙ ΗΛΙΚΙΕΣ ΠΟΥ ΒΑΘΜΟΛΟΓΟΥΝΤΑΙ – ΑΞΙΟΛΟΓΟΥΝΤΑΙ ΣΤΟ Α/Γ:

- Συμμετέχουν και αξιολογούνται οι αθλητές – τρεις από 20 ετών και μεγαλύτεροι – ες:

ΑΝΔΡΩΝ - ΓΥΝΑΙΚΩΝ	2002 και μεγαλύτεροι-ρες
Κ23 (Α/Γ)	2003 – 2004 - 2005

4) ΑΡΙΘΜΗΤΙΚΗ ΣΥΜΜΕΤΟΧΗ ΣΤΑ ΑΓΩΝΙΣΜΑΤΑ ΓΙΑ ΤΟΥΣ ΑΘΛΗΤΕΣ – ΑΘΛΗΤΡΙΕΣ ΤΩΝ ΚΑΤΗΓΟΡΙΩΝ Α/Γ ΚΑΙ Κ23 (Α/Γ):

- 2 ατομικά αγωνίσματα και 1 σκυταλοδρομία ή 2 σκυταλοδρομίες και 1 ατομικό αγώνισμα (Η συμμετοχή στα σύνθετα αγωνίσματα είναι επιπλέον των παραπάνω αγωνισμάτων).

5) ΣΥΜΜΕΤΟΧΗ ΣΤΑ ΑΓΩΝΙΣΜΑΤΑ Α/Γ ΤΩΝ ΑΘΛΗΤΩΝ – ΑΘΛΗΤΡΙΩΝ ΤΗΣ ΚΑΤΗΓΟΡΙΑΣ Κ20 (Α/Γ):

«Μόνο για την ενιαία κατάταξη αποτελεσμάτων και την ενιαία κάλυψη εξόδων μετακίνησης»:

- Συνολικά 2 Αγωνίσματα και στους δύο διασυλλογικούς αγώνες μαζί, Α / Γ και Κ20 (Α/Γ).

Π.χ. 1^ο αγώνισμα: 100μ. Ανδρών – Κ20 (Α) και 2^ο αγώνισμα: 110μ. Εμπ. Κ20 (Α).

6) ΣΥΜΜΕΤΟΧΗ ΤΩΝ ΑΘΛΗΤΩΝ – ΑΘΛΗΤΡΙΩΝ ΤΗΣ ΚΑΤΗΓΟΡΙΑΣ Κ18 (Α/Γ), ΣΤΑ ΑΓΩΝΙΣΜΑΤΑ ΤΗΣ ΚΑΤΗΓΟΡΙΑΣ Α/Γ

«Μόνο για την ενιαία κατάταξη αποτελεσμάτων και την ενιαία κάλυψη εξόδων μετακίνησης»:

- **2 αγωνίσματα** από τα παρακάτω:

Κ18 (ΑΝΔΡΕΣ):

2008 - 2009: 100μ. – 200μ. – 400μ. – 800μ. – 1.500μ. – 5.000μ.* – 400μ. Εμπ. – 3.000μ.Φ.Ε.* – 10.000μ. Βάδην - Ύψος – Επί Κοντώ – Μήκος – Τριπλούν – Ακοντισμός - 4Χ100μ. – 4Χ400μ.

Κ18 (ΓΥΝΑΙΚΕΣ):

2008 - 2009: 100μ. – 200μ. – 400μ. – 800μ. – 1.500μ. – 5.000μ.* – 100μ. Εμπ. – 400μ. Εμπ – 3.000μ.Φ.Ε.* – 10.000μ. Βάδην - Ύψος – Επί Κοντώ – Μήκος – Τριπλούν – Σφαιροβολία – Δισκοβολία – Σφυροβολία - Ακοντισμός - 4Χ100μ. – 4Χ400μ.

ΣΗΜΕΙΩΣΗ: Οι αθλητές – αθλήτριες της κατηγορίας Κ18, μπορούν να συμμετέχουν ή στα 5.000μ. ή στα 3.000μ.Φ.Ε. (στο ένα από τα δύο) και ως δεύτερο αγώνισμα να επιλέξουν ένα άλλο αγώνισμα από τα παραπάνω.

7) ΒΑΘΜΟΛΟΓΙΑ – ΑΞΙΟΛΟΓΗΣΗ:

α) ΣΥΜΜΕΤΕΧΟΥΝ, ΒΑΘΜΟΛΟΓΟΥΝΤΑΙ ΚΑΙ ΑΞΙΟΛΟΓΟΥΝΤΑΙ ΟΙ ΓΕΝΝΗΘΕΝΤΕΣ – ΘΕΙΣΕΣ ΤΟ 2005 ΚΑΙ ΟΙ ΜΕΓΑΛΥΤΕΡΟΙ - ΜΕΓΑΛΥΤΕΡΕΣ.

Για τη βαθμολόγηση – αξιολόγηση των αθλητών – αθλητριών της ενιαίας κατηγορίας Α/Γ – Κ23 (Α/Γ) «2005 και μεγαλύτεροι – ρες», οι θέσεις κατάταξης των μικρότερων ηλικιακά αθλητών – αθλητριών Κ20(Α/Γ) – Κ18 (Α/Γ) «2006 – 2009», δεν επηρεάζουν και δεν αλλοιώνουν τις θέσεις κατάταξης των αθλητών – αθλητριών Α/Γ – Κ23 (Α/Γ).

Π.χ. 100μ Ανδρών (Οι τρεις πρώτοι πέτυχαν υψηλές επιδόσεις):

Α) Ενιαία κατάταξη αποτελεσμάτων και κάλυψη εξόδων μετακίνησης

1^{ος} Ο αθλητής Α´ με έτος γέννησης 2005 (Α/Γ)

2^{ος} Ο αθλητής Β´ με έτος γέννησης 2006 (Κ20 Α/Γ)

3^{ος} Ο αθλητής Γ´ με έτος γέννησης 2004 (Α/Γ)

- **ΠΡΟΣΟΧΗ:** Επιπλέον κάθε αθλητής - τρια ή ομάδα σκυταλοδρομίας που πετυχαίνει το όριο βαθμολόγησης και κατατάσσεται μετά τη 16η 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 18, τότε θα βαθμολογηθούν-αξιολογηθούν και οι 18 ως εξής: 13 – 11 – 10 – 9 – 8 – 7 – 6 – 5 – 4 – 3 – 2 – 1 – 1 – 1 – 1 – 1 – 1 και για τις σκυταλοδρομίες θα ισχύσει η αντίστοιχη κλίμακα βαθμολογίας 26 – 22 – 20 – 18 – 16 – 14 – 12 – 10 – 8 – 6 – 4 – 2 – 2 – 2 – 2 – 2 – 2 – 2.

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

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, 13 – 11 – 10 – 9 – 8 – 7 – 6 – 5 – 4 – 3 – 2 – 1 – 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 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 γυναικών είχαμε τα παρακάτω αποτελέσματα:

Σημ: Υψηλή επίδοση π.χ. 5.55μ. και όριο βαθμολόγησης π.χ. 5.06μ.

1η νικήτρια	6.16μ.	βαθμοί	13
2η >>	5.90μ.	>>	11
3η >>	5.39μ.	>>	2
4η >>	5.20μ.	>>	1
5η >>	4.99μ.	>>	-

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

8) ΔΙΑΔΟΧΙΚΑ ΎΨΗ (Κοινά και για τις δύο κατηγορίες Α/Γ και Κ20 (Α/Γ):

Τα διαδοχικά ύψη στο άλμα σε ύψος και στο άλμα επί κοντώ, θα είναι τα ίδια σε όλους τους ομίλους, αφού οι Διασυλλογικοί αγώνες Α/Γ αποτελούν πρόκριση για τους Εαρινούς αγώνες και επίσης προβλέπεται η επιπλέον βαθμολόγηση – αξιολόγηση των 12 καλύτερων επιδόσεων από όλους τους ομίλους.

ΑΝΔΡΩΝ:

ΥΨΟΣ: 1,62 - 1,67 - 1,72 - 1,77 - 1,82 - 1,87 - 1,92 - 1,96 - 2,00 - 2,04 - 2,08 - 2,11 - 2,14 - 2,16 - 2,18μ. και στη συνέχεια ανά 2 εκ.

ΕΠΙ ΚΟΝΤΩ: 3,30μ. - 3,50 - 3,65 - 3,80 - 3,90 ανά 10 εκ. μέχρι τα 5μ. και στη συνέχεια ανά 5 εκ.

ΓΥΝΑΙΚΩΝ:

ΥΨΟΣ: 1,37 - **1,42** - 1,46 - **1,50** - 1,53 - **1,55** - 1,57 - 1,59 - **1,61** - 1,63 - 1,65 - 1,67 και στη συνέχεια ανά 2 εκ.

ΕΠΙ ΚΟΝΤΩ: 2,60 - **2,80** - **3,00** - 3,10 - **3,20** - **3,30** στη συνέχεια ανά 10 εκ. μέχρι τα 4,00μ. και στη συνέχεια ανά 5 εκ.

- Β. ΔΙΑΣΥΛΛΟΓΙΚΟΙ ΑΓΩΝΕΣ K20 (ΑΝΔΡΩΝ – ΓΥΝΑΙΚΩΝ) «2006 – 2009»:

Διεξάγονται ταυτόχρονα και στο ίδιο οργανωτικό με τους διασυλλογικούς αγώνες Α/Γ.

Οι διασυλλογικοί αγώνες K20 (Α/Γ) περιλαμβάνουν μόνο ατομικά αγωνίσματα και όχι σκυταλοδρομίες.

Για τους δύο διασυλλογικούς αγώνες K20 (Α/Γ) και Α/Γ θα υπάρχει για κάθε ΑΤΟΜΙΚΟ αγώνισμα και συνολικά:

α) Ενιαία κατάταξη αποτελεσμάτων και ενιαία κάλυψη εξόδων μετακίνησης, εκτός από τα 4 αγωνίσματα της κατηγορίας K20 Ανδρών (2006 – 2009):

110μ. Εμπ. (0,99 εκ) – Σφαιροβολία (6κ) – Δισκοβολία (1.750 γρ.) – Σφυροβολία (6κ), τα οποία διεξάγονται με ξεχωριστή κατάταξη και κάλυψη εξόδων.

β) Ξεχωριστή απονομή επάθλων και ξεχωριστή βαθμολόγηση – αξιολόγηση για κάθε έναν από τους δύο διασυλλογικούς αγώνες. Ξεχωριστή βαθμολόγηση – αξιολόγηση για την κατηγορία K20 (Α/Γ) «2006 – 2009» και ξεχωριστή βαθμολόγηση – αξιολόγηση για την κατηγορία Α/Γ (2005 και μεγαλύτερο – ρες).

1) ΟΜΙΛΟΙ:

Διεξάγονται στους ίδιους κοινούς ομίλους με τους διασυλλογικούς αγώνες Α/Γ (σελίδα 1) και στο ίδιο ωρολόγιο πρόγραμμα με τους διασυλλογικούς αγώνες Ανδρών – Γυναικών.

2) ΑΓΩΝΙΣΜΑΤΑ:

ΑΝΔΡΩΝ (K20): 100μ. – 200μ. – 400μ. – 800μ. - 1.500μ.- 5.000μ.- 3.000μ.Φ.Ε - 10.000μ.Βάδην – 110μ. Εμπ. (0,99εκ) – 400μ. Εμπ. - Ύψος - Επί Κοντώ - Μήκος - Τριπλούν - Σφαιροβολία (6 κ)- Δισκοβολία (1.750 γρ) – Σφυροβολία (6κ) – Ακοντισμός.

ΓΥΝΑΙΚΩΝ (K20): 100μ.- 200μ.- 400μ. – 800μ.- 1.500μ.-5.000μ.- 3.000μ.Φ.Ε - 10.000μ.Βάδην – 100μ.Εμπ. – 400μ.Εμπ. - Ύψος - Επί Κοντώ - Μήκος - Τριπλούν - Σφαιροβολία - Δισκοβολία – Σφυροβολία – Ακοντισμός.

ΣΗΜΕΙΩΣΗ: Οι αθλητές (2006 – 2007) που θα δηλωθούν και θα συμμετάσχουν στα αγωνίσματα της κατηγορίας K20 (Α): 110μ.Εμπ (0,99εκ.) – Σφαιροβολία (6κ) – Δισκοβολία (1.750 γρ) - Σφυροβολία (6κ), δεν έχουν δικαίωμα να δηλωθούν και να συμμετάσχουν και στα ίδια ακριβώς αγωνίσματα της κατηγορίας Ανδρών και αντίστροφα.

1). π.χ. Ο αθλητής που θα συμμετάσχει στα 110μ.Εμπ. K20 (Α), δεν μπορεί να συμμετάσχει και στα 110μ.Εμπ. Ανδρών.

2) π.χ. Ο αθλητής (2006 – 2007) που θα συμμετάσχει στη Δισκοβολία Ανδρών (2κ), **δεν** έχει δικαίωμα να δηλωθεί και να συμμετάσχει και στη Δισκοβολία K20 «Α» (1.750γρ).

3) ΚΑΤΗΓΟΡΙΕΣ ΚΑΙ ΗΛΙΚΙΕΣ ΠΟΥ ΣΥΜΜΕΤΕΧΟΥΝ ΚΑΙ ΑΞΙΟΛΟΓΟΥΝΤΑΙ ΣΤΟ Κ20:

- Συμμετέχουν και αξιολογούνται οι αθλητές – τρεις από 16 ετών και μεγαλύτεροι – ες:

K20 (Α/Γ)	2006 - 2007
K18 (Α/Γ)	2008 - 2009

4) ΑΡΙΘΜΗΤΙΚΗ ΣΥΜΜΕΤΟΧΗ ΣΤΑ ΑΓΩΝΙΣΜΑΤΑ ΓΙΑ ΤΟΥΣ ΑΘΛΗΤΕΣ – ΑΘΛΗΤΡΙΕΣ ΤΩΝ ΚΑΤΗΓΟΡΙΩΝ Κ20 (Α/Γ):

- **Συνολικά 2 Αγωνίσματα** και στους δύο διασυλλογικούς αγώνες μαζί Α - Γ και Κ20 (Α/Γ).

1) π.χ. 1^ο αγώνισμα: 100μ. Ανδρών – Κ20 (Α) και 2^ο αγώνισμα: 110μ.Εμπ. Κ20 (Α).

2). π.χ. 1^ο αγώνισμα: Σφαιροβολία Κ20 (Α) και 2^ο αγώνισμα: Δισκοβολία Κ20 (Α).

4α) ΣΥΜΜΕΤΟΧΗ ΤΩΝ ΑΘΛΗΤΩΝ – ΑΘΛΗΤΡΙΩΝ ΤΗΣ ΚΑΤΗΓΟΡΙΑΣ Κ18 (Α/Γ) ΣΤΑ ΑΓΩΝΙΣΜΑΤΑ ΤΗΣ ΚΑΤΗΓΟΡΙΑΣ Κ20 (Α/Γ)

- **2 αγωνίσματα** από τα παρακάτω:

Κ18 (ΑΝΔΡΕΣ):

2008 - 2009: 100μ.– 200μ.– 400μ.– 800μ.– 1.500μ.– 5.000μ.* – 110μ.Εμπ (0,99 εκ). – 400μ.Εμπ. – 3.000μ.Φ.Ε.* - 10.000μ.Βάδην - Ύψος – Επί Κοντώ – Μήκος – Τριπλούν – Σφαιροβολία (6κ)– Δισκοβολία (1.750γρ)– Σφυροβολία (6κ) – Ακοντισμός.

Κ18 (ΓΥΝΑΙΚΕΣ):

2008 - 2009: 100μ.– 200μ.– 400μ.– 800μ.– 1.500μ.– 5.000μ.* – 100μ.Εμπ. – 400μ.Εμπ – 3.000μ.Φ.Ε.* - 10.000μ.Βάδην - Ύψος – Επί Κοντώ – Μήκος – Τριπλούν – Σφαιροβολία – Δισκοβολία – Σφυροβολία - Ακοντισμός.

ΣΗΜΕΙΩΣΗ: Οι αθλητές – αθλήτριες της κατηγορίας Κ18 (Α/Γ), μπορούν να συμμετέχουν ή στα 5.000μ. ή στα 3.000μ.Φ.Ε. (σε ένα από τα δύο) και ως δεύτερο αγώνισμα να επιλέξουν ένα άλλο αγώνισμα από τα επιτρεπόμενα.

5) ΒΑΘΜΟΛΟΓΙΑ – ΑΞΙΟΛΟΓΗΣΗ:

α) ΣΥΜΜΕΤΕΧΟΥΝ, ΒΑΘΜΟΛΟΓΟΥΝΤΑΙ - ΑΞΙΟΛΟΓΟΥΝΤΑΙ ΚΑΙ ΣΥΜΜΕΤΕΧΟΥΝ ΣΤΗΝ ΑΠΟΝΟΜΗ ΤΩΝ ΕΠΑΘΛΩΝ ΟΙ ΓΕΝΝΗΘΕΝΤΕΣ – ΘΕΙΣΕΣ ΤΟ 2006 - 2009.

Για τη βαθμολόγηση – αξιολόγηση των αθλητών – αθλητριών της κατηγορίας K20 (Α/Γ) «2006 – 2009», οι θέσεις κατάταξης της ενιαίας κατηγορίας Α/Γ – K23 (Α/Γ) «2005 και μεγαλύτεροι – ρες», δεν επηρεάζουν και δεν αλλοιώνουν τις θέσεις κατάταξης των αθλητών – αθλητριών της κατηγορίας K20 (Α/Γ).

Π.χ. 100μ. Ανδρών (Οι τέσσερις πρώτοι πέτυχαν υψηλές επιδόσεις):

Α) Ενιαία Κατάταξη και κάλυψη εξόδων

1^{ος} Ο αθλητής Α΄ με έτος γέννησης 2005 (Α/Γ)

2^{ος} Ο αθλητής Β΄ με έτος γέννησης 2006 (K20 Α/Γ)

3^{ος} Ο αθλητής Γ΄ με έτος γέννησης 2004 (Α/Γ)

4^{ος} Ο αθλητής Δ΄ με έτος γέννησης 2008 (K20 Α/Γ)

Β) Απονομή Επάθλων και Βαθμολόγηση – Αξιολόγηση για την κατηγορία K20 (Α/Γ):

1^{ος} Ο αθλητής Β΄ με έτος γέννησης 2006 (K20) – Βαθμοί 13

2^{ος} Ο αθλητής Δ΄ με έτος γέννησης 2008 (K20) – Βαθμοί 11

Δεν υπολογίζονται οι αθλητές με έτη γέννησης 2005 και οι μεγαλύτεροι - ρες (Α/Γ)

β) Στους διασυλλογικούς αγώνες K20 (Α/Γ), για κάθε μία από τις δύο κατηγορίες των αγώνων (ξεχωριστά για τους K20 Άνδρες και ξεχωριστά για τις K20 Γυναίκες) θα ισχύει χωριστή βαθμολογία όπου θα βαθμολογούνται, σύμφωνα με όσα αναφέρονται παρακάτω, οι «αθλητές – τριες» που θα πετύχουν τα αντίστοιχα όρια βαθμολόγησης της κατηγορίας K20 (Α/Γ).

Εάν οι αθλητές - τριες που θα πετύχουν το όριο είναι **ΔΕΚΑΞΙ (16)**, η βαθμολογία θα είναι, **13-11-10-9-8-7-6-5-4-3-2-1-1-1-1-1**

Εάν όμως οι αθλητές - τριες που πέτυχαν τα όρια είναι λιγότεροι από δώδεκα (12), τότε η κλίμακα των βαθμών που θα δίνονται 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).

ΑΝ ΠΕΤΥΧΟΥΝ ΤΑ ΟΡΙΑ ΚΑΙ ΒΑΘΜΟΛΟΓΟΥΝΤΑΙ:	Η ΚΛΙΜΑΚΑ ΒΑΘΜΟΛΟΓΙΑΣ ΓΙΑ ΤΟΥΣ Κ20 (2006 - 2009) ΘΑ ΕΙΝΑΙ	
	ΣΤΑ ΑΤΟΜΙΚΑ ΑΓΩΝΙΣΜΑΤΑ	
16	13-11-10-9-8-7-6-5-4-3-2-1-1-1-1	
15	13-11-10-9-8-7-6-5-4-3-2-1-1-1-1	
14	13-11-10-9-8-7-6-5-4-3-2-1-1-1	
13	13-11-10-9-8-7-6-5-4-3-2-1-1	
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 - τρία που πετυχαίνει το όριο βαθμολόγησης και κατατάσσεται μετά τη 16η θέση, θα παίρνει **ΕΝΑΝ** βαθμό στα ατομικά.

π.χ. Εάν οι αθλητές-τριες που θα πετύχουν το όριο σε κάποιο αγώνισμα είναι 18, τότε θα βαθμολογηθούν-αξιολογηθούν και οι 18 ως εξής: 13 – 11 – 10 – 9 - 8 - 7 – 6 – 5 – 4 - 3 – 2 - 1 - 1 – 1 – 1 – 1 – 1 – 1

γ) Θα ισχύσει το σύστημα πριμοδότησης υψηλών επιδόσεων για τους διασυλλογικούς αγώνες Κ20 (Α/Γ).

Έτσι οι αθλητές - τριες που θα πετύχουν επιδόσεις ίσες ή καλλίτερες από αυτές του πίνακα πριμοδότησης υψηλών επιδόσεων της κατηγορίας Κ20 (Α/Γ), θα παίρνουν τους ανώτερους βαθμούς της βαθμολογικής κλίμακας, ανάλογα και με τη θέση κατάταξής τους, 13 – 11 – 10 – 9 – 8 – 7 – 6 – 5 – 4 – 3 – 2 – 1 – 1 κ.λπ., ανεξάρτητα από το πόσοι αθλητές -τριες πέτυχαν το όριο στο αγώνισμά τους.

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

Παράδειγμα: Εάν στο άλμα εις μήκος Κ20 γυναικών είχαμε τα παρακάτω αποτελέσματα:

Σημ: Υψηλή επίδοση π.χ. 5.46μ. και όριο βαθμολόγησης π.χ. 4.81μ.

1η νικήτρια	6.16μ.	βαθμοί	13
2η >>	5.46μ.	>>	11
3η >>	4.90μ.	>>	1
4η >>	4.80μ.	>>	-

Με βάση τον παραπάνω τρόπο βαθμολογίας θα ανακηρύσσεται ο νικητής σύλλογος για κάθε μία κατηγορία (π.χ. νικητής σύλλογος στους διασυλλογικούς αγώνες στην κατηγορία Κ20 ανδρών και ξεχωριστά στην κατηγορία Κ20 γυναικών κ.λπ.).

Γ) ΓΕΝΙΚΕΣ ΔΙΑΤΑΞΕΙΣ:

1) ΣΥΜΜΕΤΟΧΗ ΑΘΛΗΤΩΝ – ΑΘΛΗΤΡΙΩΝ ΣΕ ΔΙΑΦΟΡΕΤΙΚΟ ΟΜΙΛΟ

Οι αθλητές – αθλήτριες που έχουν δικαίωμα συμμετοχής στους Διασυλλογικούς αγώνες των κατηγοριών Α/Γ (2005 και μεγαλύτεροι – ρες) και Κ20 (Α/Γ) «2006-2009», μπορούν να συμμετέχουν υπό συγκεκριμένες προϋποθέσεις σε διαφορετικό όμιλο από τον όμιλο που συμμετέχει το σωματείο τους **ΚΑΙ ΜΕΧΡΙ 3 αθλητές – αθλήτριες συνολικά από κάθε σωματείο.**

Για τη συμμετοχή σε διαφορετικό όμιλο πρέπει απαραίτητα να συντρέχουν οι παρακάτω προϋποθέσεις:

- 1). Ο νέος όμιλος στον οποίο θα συμμετέχει ο αθλητής - αθλήτρια, να είναι ο όμιλος που ανήκει απαραίτητα η πόλη της μόνιμης κατοικίας του (φοιτητής, εργαζόμενος κ.λ.π.)
- 2). Να υπάρχει η σύμφωνη γνώμη – δήλωση συμμετοχής από το σωματείο του.
- 3). Να υπάρχει η έγκριση του Σ.Ε.Γ.Α.Σ.

Σε αυτή την περίπτωση οι αθλητές – αθλήτριες που συμμετέχουν σε διαφορετικό όμιλο από τον όμιλο που συμμετέχει το σωματείο τους, βαθμολογούνται - αξιολογούνται σύμφωνα με τα παρακάτω:

1) Κάθε αθλητής – αθλήτρια και για κάθε αγώνισμα που πετυχαίνει το **όριο υψηλής προμοδότησης, βαθμολογείται με 7 βαθμούς αξιολόγησης, ανεξάρτητα με την θέση κατάταξής του στα αγωνίσματα.**

2) Κάθε αθλητής – αθλήτρια και για κάθε αγώνισμα που πετυχαίνει **το όριο βαθμολόγησης, βαθμολογείται με 2 βαθμούς αξιολόγησης** ανεξάρτητα με την θέση κατάταξής του στα αγωνίσματα.

π.χ. Ο αθλητής Α΄ στα 100μ. πετυχαίνει το όριο υψηλής προμοδότησης και βαθμολογείται με 7 βαθμούς αξιολόγησης.

Ο ίδιος αθλητής Α΄ στα 200μ. πετυχαίνει το όριο βαθμολόγησης και βαθμολογείται με 2 βαθμούς αξιολόγησης.

Οι παραπάνω βαθμοί υπολογίζονται ΜΟΝΟ για την ΑΞΙΟΛΟΓΗΣΗ του σωματείου και δεν συμπεριλαμβάνονται στη βαθμολογία των σωματείων που ανακοινώνεται μετά το τέλος των αγώνων κάθε ομίλου και η οποία αφορά τη βαθμολογία των αθλητών – αθλητριών που αγωνιστήκαν στον όμιλο που ανήκει το σωματείο τους.

Σε καμία περίπτωση και για κανένα λόγο δεν μπορεί ένας αθλητής – αθλήτρια να αγωνιστεί σε δύο διαφορετικούς ομίλους.

ΣΗΜΕΙΩΣΗ 1: Οι θέσεις κατάταξης των αθλητών – αθλητριών από διαφορετικό όμιλο δεν επηρεάζουν τις θέσεις κατάταξης για τη βαθμολόγηση - αξιολόγηση των αθλητών – αθλητριών των σωματείων της Ε.Α.Σ. Σ.Ε.Γ.Α.Σ. Κρήτης.

ΣΗΜΕΙΩΣΗ 2: Οι αθλητές – αθλήτριες από διαφορετικό όμιλο, ανάλογα με τη θέση κατάταξής τους, συμμετέχουν κανονικά στην απονομή των επάθλων

2) ΒΑΘΜΟΛΟΓΗΣΗ – ΑΞΙΟΛΟΓΗΣΗ ΤΩΝ 12 ΚΑΛΥΤΕΡΩΝ ΕΠΙΔΟΣΕΩΝ ΤΩΝ ΑΤΟΜΙΚΩΝ ΑΓΩΝΙΣΜΑΤΩΝ ΤΗΣ ΕΝΙΑΙΑΣ ΚΑΤΑΤΑΞΗΣ ΤΩΝ ΔΙΑΣΥΛΛΟΓΙΚΩΝ ΑΓΩΝΩΝ Α/Γ ΚΑΙ Κ20:

Μετά την ολοκλήρωση των διασυλλογικών αγώνων Α/Γ (2005 και μεγαλύτεροι – ρες) και Κ20 (Α/Γ) «2006-2009», ο Σ.Ε.Γ.Α.Σ. θα καταρτίσει ενιαίες λίστες (και για τις 2 κατηγορίες μαζί Α/Γ και Κ20 Α/Γ) με την κατάταξη των επιδόσεων των αθλητών – αθλητριών που συμμετείχαν σε όλους τους ομίλους των παραπάνω κατηγοριών, σύμφωνα με τις προδιαγραφές της WA (ευνοϊκός ή αντίθετος άνεμος, χρονομέτρηση χειρός κ.λ.π.).

Σε κάθε αγώνισμα και σύμφωνα με την ενιαία κατάταξη, θα βαθμολογούνται – αξιολογούνται οι 12 καλλίτερες επιδόσεις με την σταθερή βαθμολογία: 13 – 11 – 10 – 9 – 8 – 7 – 6 – 5 – 4 – 3 – 2 – 1.

Σημείωση:

1) Απαραίτητη προϋπόθεση για να βαθμολογηθούν – αξιολογηθούν οι αθλητές – αθλήτριες είναι να έχουν πετύχει τα όρια βαθμολόγησης.

2) Βαθμολογούνται – αξιολογούνται οι 12 καλύτερες επιδόσεις της ενιαίας λίστας, ανεξάρτητα σε ποιόν όμιλο αγωνίστηκε ο κάθε αθλητής – αθλήτρια.

3) Η διάταξη – ρύθμιση αυτή αφορά **ΜΟΝΟ** τα ατομικά αγωνίσματα και δεν αφορά τα αγωνίσματα των σκυταλοδρομιών.

4) Οι παραπάνω βαθμοί υπολογίζονται **ΜΟΝΟ** για την ΑΞΙΟΛΟΓΗΣΗ του σωματείου.

ΠΡΟΣΟΧΗ: Στη βαθμολόγηση – αξιολόγηση των 12 καλύτερων επιδόσεων των ατομικών αγωνισμάτων της ενιαίας κατηγορίας Α/Γ – Κ20 (Α/Γ), υπολογίζονται τα αγωνίσματα Ανδρών: 110μ.Εμπ (1,067μ) – Σφαιροβολία (7.260 γρ) – Δισκοβολία (2κ) – Σφυροβολία (7.260γρ), **ενώ δεν υπολογίζονται** τα 4 αγωνίσματα της κατηγορίας Κ20 (Α) 110μ.Εμπ (0,99εκ) – Σφαιροβολία (6κ) – Δισκοβολία (1.750γρ) – Σφυροβολία (6κ), στα οποία έχουν δικαίωμα συμμετοχής μόνο οι αθλητές της κατηγορίας Κ20 (2006 – 2009).

3). ΟΡΓΑΝΑ ΡΙΨΕΩΝ - ΥΨΗ ΚΑΙ ΑΠΟΣΤΑΣΕΙΣ ΕΜΠΟΔΙΩΝ:

α) ΑΝΔΡΩΝ:

ΣΦΑΙΡΟΒΟΛΙΑ: Βάρος οργάνου **7.260** gr., **ΔΙΣΚΟΒΟΛΙΑ:** Βάρος οργάνου **2** κιλά. **ΑΚΟΝΤΙΣΜΟΣ:** Βάρος οργάνου **800** γρ. **ΣΦΥΡΟΒΟΛΙΑ:** Βάρος οργάνου **7.260** γρ.

110μ. ΕΜΠ.: Αριθμός εμποδίων 10, Ύψος εμποδίων 1,06εκ. Αποστάσεις εμποδίων: το πρώτο 13,72μ. από τη γραμμή αφετηρίας, τα υπόλοιπα 9 ανά 9,14μ. μεταξύ τους, ενώ το τελευταίο απέχει 14,02μ από τη γραμμή τερματισμού.

400μ. ΕΜΠ.: Αριθμός εμποδίων 10, Ύψος εμποδίων 0,91εκ. Αποστάσεις εμποδίων: το πρώτο 45μ. από τη γραμμή αφετηρίας, τα υπόλοιπα 9 ανά 35μ. ενώ το τελευταίο απέχει 40μ. από τη γραμμή τερματισμού.

3.000 Φ.Ε.: Ύψος εμποδίων 0,91 εκ.

β) ΓΥΝΑΙΚΩΝ:

ΣΦΑΙΡΟΒΟΛΙΑ: Βάρος οργάνου **4** κιλά. ΔΙΣΚΟΒΟΛΙΑ: Βάρος οργάνου **1** κιλό.

ΑΚΟΝΤΙΣΜΟΣ: Βάρος οργάνου **600** γρ. ΣΦΥΡΟΒΟΛΙΑ: Βάρος οργάνου **4** κιλά.

100μ. ΕΜΠ.: Αριθμός εμποδίων 10, Ύψος εμποδίων 0,84εκ. Αποστάσεις εμποδίων: το πρώτο 13μ. από την γραμμή αφετηρίας, τα υπόλοιπα 9 ανά 8,50μ. μεταξύ τους, ενώ το τελευταίο απέχει 10,50μ. από τη γραμμή τερματισμού.

400μ. ΕΜΠ.: Αριθμός εμποδίων 10, Ύψος εμποδίων 0,76εκ. Αποστάσεις εμποδίων: το πρώτο 45μ. από τη γραμμή αφετηρίας, τα υπόλοιπα 9 ανά 35μ, ενώ το τελευταίο απέχει 40μ. από τη γραμμή τερματισμού.

3.000 Φ.Ε.: Ύψος εμποδίων 0,76 εκ.

γ) Κ20 (ΑΝΔΡΩΝ):

ΣΦΑΙΡΟΒΟΛΙΑ: Βάρος οργάνου **6κ.**, ΔΙΣΚΟΒΟΛΙΑ: Βάρος οργάνου **1.750γρ.**.
ΣΦΥΡΟΒΟΛΙΑ: Βάρος οργάνου **6κ.**

110μ. ΕΜΠ.: Αριθμός εμποδίων 10, Ύψος εμποδίων **0,99εκ.** Αποστάσεις εμποδίων: το πρώτο 13,72μ. από τη γραμμή αφετηρίας, τα υπόλοιπα 9 ανά 9,14μ. μεταξύ τους, ενώ το τελευταίο απέχει 14,02μ από τη γραμμή τερματισμού.

4) ΔΗΛΩΣΕΙΣ ΣΥΜΜΕΤΟΧΗΣ (Μέχρι την Τρίτη 13 Μαΐου):

α) Για τη συμμετοχή στους αγώνες απαιτείται από κάθε σωματείο η υποβολή μίας συνολικής ηλεκτρονικής δήλωσης συμμετοχής, στην οποία αναφέρονται στο ίδιο φύλλο excel όλοι οι αθλητές – αθλήτριες του σωματείου.

Με την δήλωση αυτή το σωματείο δηλώνει ανεπιφύλακτα, ότι αποδέχεται τους όρους της προκήρυξης των διασυλλογικών αγώνων Ανδρών - Γυναικών και Κ20 (Α/Γ) και την εφαρμογή των κανονισμών του Σ.Ε.Γ.Α.Σ.

β) Οι δηλώσεις συμμετοχής πρέπει να σταλούν το αργότερο μέχρι την **Τρίτη 13/5/2025** και ώρα **23.00**, με **e-mail στο: mkaloud@gmail.com** και στο **segas.kritis@gmail.com**

Μετά την παρέλευση της προθεσμίας αυτής δεν θα επιτρέπεται καμία αλλαγή ή προσθήκη και για κανένα λόγο.

γ) Στις δηλώσεις συμμετοχής των συλλόγων πρέπει να αναγράφονται (ΜΕ ΚΕΦΑΛΑΙΑ ΓΡΑΜΜΑΤΑ), **πρώτα το όνομα και μετά το επώνυμο των αθλητών – τριών** ολογράφως και **όπως ΑΚΡΙΒΩΣ αναφέρονται στο δελτίο, το έτος γέννησης, ο αριθμός δελτίου** εγγραφής στο Σ.Ε.Γ.Α.Σ. και στους δρόμους ταχύτητας από 100 – 400μ και στα εμπόδια, η φετινή (όπου υπάρχει) και η περσινή επίδοση.

δ) Μετά από ενημέρωση της ΓΓΑ (επιστολή με αρ. πρωτ.: 6808/05.03.24) είναι ΥΠΟΧΡΕΩΤΙΚΗ η καταχώρηση των στοιχείων των προπονητών ανά αθλητή (ονοματεπώνυμο και κωδ. Γ.Γ.Α. άδειας άσκησης επαγγέλματος προπονητή).

ε) Οι δηλώσεις συμμετοχής να στέλνονται από το e-mail του σωματείου ή του εκπροσώπου του σωματείου.

ε) ΣΥΜΜΕΤΟΧΗ ΣΤΟΥΣ ΑΓΩΝΕΣ

Οι αθλητές – αθλήτριες για να συμμετέχουν στους αγώνες πρέπει απαραίτητα να είναι δηλωμένοι από το σωματείο τους και να προσκομίσουν στην αίθουσα κλήσης τα παρακάτω:

► Α) Το **αθλητικό τους δελτίο** σε έντυπη ή ηλεκτρονική μορφή ή μόνο τον αριθμό δελτίου, εάν το δελτίο δεν έχει επιστραφεί από το Σ.Ε.Γ.Α.Σ. στο σωματείο.

► Β) Την **κάρτα υγείας αθλητή – αθλήτριας**, θεωρημένη από ιατρό σύμφωνα με την ισχύουσα νομοθεσία. Η κάρτα υγείας θα πρέπει να είναι πλήρως συμπληρωμένη, να φέρει φωτογραφία του αθλητή – αθλήτριας και να αναγράφεται σε αυτήν ο αριθμός δελτίου Σ.Ε.Γ.Α.Σ.

στ) ΔΙΕΥΚΡΙΝΗΣΕΙΣ ΣΧΕΤΙΚΑ ΜΕ ΤΙΣ ΔΗΛΩΣΕΙΣ ΣΥΜΜΕΤΟΧΗΣ ΚΑΙ ΤΟ ΔΙΚΑΙΩΜΑ ΣΥΜΜΕΤΟΧΗΣ ΤΩΝ ΑΘΛΗΤΩΝ – ΑΘΛΗΤΡΙΩΝ ΣΤΑ ΑΓΩΝΙΣΜΑΤΑ ΤΩΝ ΣΚΥΤΑΛΟΔΡΟΜΙΩΝ:

1). Ειδικά για τα αγωνίσματα των ΣΚΥΤΑΛΟΔΡΟΜΙΩΝ τα σωματεία που προγραμματίζουν να συμμετέχουν, μπορούν να δηλώσουν 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 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. ένας αθλητής με έτος γέννησης 2006 μπορεί να δηλωθεί σε δύο ατομικά αγωνίσματα και επιπλέον σε μία ή δύο σκυταλοδρομίες και τελικά να επιλέξει να αγωνιστεί συνολικά σε δύο αγωνίσματα. **Σε καμία περίπτωση δεν μπορεί να δηλωθεί σε τρία ατομικά αγωνίσματα**).

2). Σε κάθε περίπτωση όμως κανένας αθλητής – αθλήτρια δεν μπορεί να αγωνιστεί σε παραπάνω αγωνίσματα από αυτά που αριθμητικά προβλέπονται για την κατηγορία του: Α/Γ = 2+1 ή 1+2 και Κ20 = 2 αγωνίσματα.

5) ΑΙΘΟΥΣΑ ΚΛΗΣΗΣ:

Θα λειτουργεί αίθουσα κλήσης σύμφωνα με τα παρακάτω :

Η Ε.Α.Σ. Κρήτης θα έχει καταγράψει, σύμφωνα με τις δηλώσεις συμμετοχής των σωματείων, λίστες ανά αγώνισμα.

Οι αθλητές - τριες πρέπει να οριστικοποιούν τη συμμετοχή τους, μία ώρα τουλάχιστον πριν από την διεξαγωγή του αγωνίσματός τους, με αυτοπρόσωπη παρουσία στην αίθουσα κλήσης, δείχνοντας το δελτίο τους σε φυσική ή ηλεκτρονική μορφή ή τον αριθμό δελτίου και την κάρτα υγείας αθλητή.

Οι υπεύθυνοι της αίθουσας κλήσης θα ελέγχουν τα δελτία των αγωνιζομένων και δεν θα καταχωρούν στα πινάκια κανένα αθλητή – τρια του οποίου η κάρτα υγείας αθλητή δεν είναι θεωρημένη ιατρικώς, σύμφωνα με όσα αναφέρονται παραπάνω στην παράγραφο ε.

Μετά την ολοκλήρωση της παρουσίασης των αθλητών – τριών στην αίθουσα κλήσης, θα γράφεται το αντίστοιχο πινάκιο με τα ονόματα ΜΟΝΟ των αθλητών – τριών που πραγματικά θα συμμετέχουν στο αγώνισμα και που φυσικά αναφέρονται στην αρχική δήλωση του σωματείου τους.

Οι αθλητές – τρεις θα εισέρχονται στον κυρίως αγωνιστικό χώρο 20΄ πριν από το αγώνισμά τους.

6) ΕΙΔΙΚΕΣ ΤΕΧΝΙΚΕΣ ΔΙΑΤΑΞΕΙΣ:

- 1) Όλα τα αγωνίσματα δρόμων θα διεξαχθούν σε τελικές σειρές και οι νικητές - τρεις θα αναδεικνύονται βάσει χρόνου από όλες τις σειρές.
- 2) Όλα τα αγωνίσματα θα διεξαχθούν κανονικά εφ' όσον συμμετέχει έστω και ένας αθλητής – τρία ή μία ομάδα σκυταλοδρομίας.
- 3) Ότι δεν προβλέπεται από την προκήρυξη, θα ρυθμίζεται από τον τεχνικό υπεύθυνο και τον αλυτάρχη των αγώνων σύμφωνα με τους κανονισμούς.

7) ΕΞΟΔΑ ΜΕΤΑΚΙΝΗΣΗΣ:

Από τον Σ.Ε.Γ.Α.Σ. θα δοθούν έξοδα μετακίνησης στα σωματεία. Το πλαίσιο κάλυψης θα είναι σύμφωνα με τα παρακάτω:

1) Για τα σωματεία που απέχουν μέχρι 60 χιλιόμετρα από το τόπο διεξαγωγής των αγώνων ΔΕΝ θα δίνονται έξοδα μετακίνησης.

2) Για τα υπόλοιπα σωματεία και για τους αθλητές - αθλήτριες που κατέλαβαν τις θέσεις 1^η – 3^η της ενιαίας κατάταξης (Α/Γ και Κ20) και πέτυχαν τα αντίστοιχα όρια βαθμολόγησης – καταβολής εξόδων της ηλικιακής κατηγορίας που ανήκουν Α/Γ ή Κ20 (Α/Γ), θα καλύπτεται 100% η μετακίνηση (εισιτήριο λεωφορείου).

Ειδικά για τους αθλητές – αθλήτριες που θα δικαιούνται έξοδα μετακίνησης και τις δύο ημέρες, θα καλύπτεται ή διπλή μετακίνηση, ή αντίστοιχα η διαμονή (20 €) και η διατροφή (10 € το γεύμα) στο Ηράκλειο και ανάλογα με τις πραγματικές συνθήκες μετακίνησης.

3) Επίσης θα καλύπτονται αντίστοιχα και σύμφωνα με όσα αναφέρονται παραπάνω στις παραγράφους 1 – 2, τα έξοδα μετακίνησης ΕΝΟΣ συνοδού, από κάθε σωματείο χωριστά για κάθε ημέρα, με την προϋπόθεση ότι το σωματείο θα έχει ένα τουλάχιστον αθλητή – τρία στις θέσεις κατάταξης 1^η – 3^η ενός αγωνίσματος (που φυσικά πέτυχε και τα όρια βαθμολόγησης – καταβολής εξόδων) και το σωματείο συμμετείχε στους αγώνες με 3 τουλάχιστον αθλητές – αθλήτριες συνολικά για κάθε ημέρα.

8) ΕΠΑΘΛΑ:

Στους τρεις πρώτους νικητές – νικήτριες των ατομικών «ξεχωριστά για κάθε ηλικιακή κατηγορία Α/Γ και Κ20 (Α/Γ)» και ομαδικών αγωνισμάτων, καθώς και στα τρία πρώτα σωματεία της βαθμολογίας ξεχωριστά για τους άνδρες και για τις γυναίκες (ξεχωριστά για κάθε ηλικιακή κατηγορία), θα απονέμονται μετάλλια και διπλώματα.

9) ΠΙΣΤΟΠΟΙΗΣΗ ΥΓΕΙΑΣ ΑΘΛΗΤΩΝ - ΙΑΤΡΙΚΕΣ ΕΞΕΤΑΣΕΙΣ:

1). 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 **ΚΑΡΤΑ ΥΓΕΙΑΣ ΑΘΛΗΤΗ** σύμφωνα με την ισχύουσα νομοθεσία, είναι υποχρεωτική και αποτελεί προϋπόθεση για τη συμμετοχή τους σε προπονήσεις και αγώνες.

Η κάρτα υγείας αθλητή ισχύει για ένα (1) έτος από την ημερομηνία της ιατρικής θεώρησης.

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

Σε κάθε περίπτωση όμως, για τα θέματα που αφορούν την υγεία των αθλητών –τριών, αλλά και για κάθε πιθανό πρόβλημα που θα παρουσιαστεί κατά τη διάρκεια των αγώνων σε έναν αγωνιζόμενο και οφείλεται σε έλλειψη ολοκληρωμένου προληπτικού ιατρικού ελέγχου, υπεύθυνοι είναι ο εκπρόσωπος του σωματείου και ο προπονητής που δηλώνουν αυτούς τους αθλητές - τριες και σε καμία περίπτωση οι διοργανωτές των αγώνων.

ΣΕ ΔΙΑΦΟΡΕΤΙΚΗ ΠΕΡΙΠΤΩΣΗ ΔΕΝ ΘΑ ΕΠΙΤΡΕΠΕΤΑΙ Η ΣΥΜΜΕΤΟΧΗ ΣΤΟΥΣ ΑΘΛΗΤΕΣ – ΑΘΛΗΤΡΙΕΣ.

10). ΚΥΡΩΣΕΙΣ - ΑΡΝΗΤΙΚΗ ΒΑΘΜΟΛΟΓΙΑ:

Η Επιτροπή Αναπτυξιακού Σωματειακού Αθλητισμού, μετά τη διεξαγωγή των διασυλλογικών αγώνων, ελέγχει την ορθότητα και εγκυρότητα των συμμετοχών (ηλικίες, αριθμός αγωνισμάτων κ.λ.π.) και σε περίπτωση παρατυπιών εισηγείται αντίστοιχα στο 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 τέλος των αγώνων.

Οι βαθμολογικές κυρώσεις που θα επιβάλλονται στα σωματεία για κάθε ένα ξεχωριστά αθλητή – αθλήτρια με αντικανονική συμμετοχή στους διασυλλογικούς αγώνες είναι:

α) Από τον σύλλογο αφαιρούνται όλοι οι βαθμοί, που κέρδισε ο αθλητής – τρια με την αντικανονική συμμετοχή στον συγκεκριμένο διασυλλογικό αγώνα και σε όλα τα αγωνίσματα που συμμετείχε.

β) Στις σκυταλοδρομίες, αφαιρούνται από τον σύλλογο όλοι οι βαθμοί του αγωνίσματος

γ) Ο σύλλογος του τιμωρείται επιπλέον και με αφαίρεση είκοσι βαθμών (-20) για κάθε αθλητή με αντικανονική συμμετοχή, από το σύνολο των βαθμών των διασυλλογικών αγώνων.

δ) Ειδικά σε περίπτωση πλαστοπροσωπίας και παραποίησης στοιχείων με τα οποία δηλώνεται ο αθλητής - τρια, 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.

ε) Σε περίπτωση συνολικής αποχώρησης ενός σωματείου από διασυλλογικούς αγώνες (μετά από έγγραφη δήλωσή του) το σωματείο θα τιμωρείται με αφαίρεση του συνόλου των βαθμών και επιπλέον θα παραπέμπεται στη δικαστική επιτροπή του Σ.Ε.Γ.Α.Σ.

11). ΚΑΝΟΝΙΣΜΟΙ:

Στους αγώνες θα ισχύσουν οι επίσημοι κανονισμοί στίβου της WA και του Σ.Ε.Γ.Α.Σ.

12) ΑΓΩΝΙΣΤΙΚΑ ΠΑΠΟΥΤΣΙΑ (ΕΙΔΙΚΑ ΓΙΑ ΤΑ 5.000μ)

1). Έλεγχος αγωνιστικών παπουτσιών άρθρο 5 (πρώην 143) παράγραφοι 5.3, 5.4, 5.5, 5.6 (Πίνακας 1).

Όλα τα αγωνιστικά παπούτσια (τα παπούτσια που αγωνίζονται οι αθλητές – αθλήτριες) πρέπει να είναι σύμφωνα με το Άρθρο 5 (TR5) των Τεχνικών Κανονισμών της Παγκόσμιας Ομοσπονδίας Στίβου (World Athletics), συμπεριλαμβανομένων των διαστάσεων της σόλας, του τακουριού καθώς και των καρφιών (spikes).

Είναι ευθύνη των αθλητών να διασφαλίσουν ότι τα παπούτσια που θα χρησιμοποιηθούν στον αγώνα περιέχονται στην τρέχουσα λίστα των εγκεκριμένων μοντέλων παπουτσιών της World Athletics

(<https://www.worldathletics.org/about-iaaf/documents/technical-information>)

Σε περίπτωση μη συμμόρφωσης με το Άρθρο 5 (TR5) ή τη λίστα των εγκεκριμένων παπουτσιών, μπορεί να μην επιτραπεί σε αθλητή να αγωνιστεί ή να αποκλειστεί μετά τον αγώνα και η επίδοσή του στο αγώνισμα ή στα αγωνίσματα που συμμετείχε να ακυρωθεί.

Τα παπούτσια θα ελέγχονται στην Αίθουσα Κλήσης.

Για τον λόγο αυτό:

- Συστήνουμε στα σωματεία και στους αθλητές – αθλήτριες να συμβουλευούνται την παραπάνω επικαιροποιημένη λίστα μοντέλων ΠΡΙΝ προβούν σε αγορά αγωνιστικών παπουτσιών.
- Συμβουλευόμαστε τους αθλητές που πρόκειται να αγωνιστούν και διατηρούν αμφιβολία ως προς την εγκυρότητα χρήσης των αγωνιστικών τους παπουτσιών, προπάντων για μη spikes, να προσέρχονται στην Αίθουσα Κλήσης έχοντας προνοήσει και για άλλη εναλλακτική και αποδεκτή λύση.

2). Που θα πραγματοποιείται ο έλεγχος και τι θα αφορά

Ο έλεγχος των αγωνιστικών παπουτσιών θα πραγματοποιείται σε δύο (2) φάσεις:

1η φάση: Κατά την παραλαβή του αριθμού συμμετοχής τους από την αίθουσα κλήσης, όπου θα ελέγχονται και θα φωτογραφίζονται τα αγωνιστικά παπούτσια από τους υπεύθυνους Κριτές της διοργάνωσης.

2η φάση: Κατά τον τερματισμό των αθλητών και αθλητριών οι υπεύθυνοι κριτές θα ελέγχουν αν ο αγωνιζόμενος αθλητής-τρια αγωνίστηκε με το μοντέλο που ελέγχθηκε και εγκρίθηκε στην Αίθουσα Κλήσης ή κάποιο άλλο.

Ο έλεγχος των αγωνιστικών παπουτσιών θα αφορά τη μέτρηση του πάχους της σόλας του παπουτσιού σε δύο σημεία.

3). Παράδοση αγωνιστικών παπουτσιών

Σε περίπτωση επίτευξης Παγκοσμίου ή Ευρωπαϊκού ή Πανελληνίου ρεκόρ, ο αθλητής μετά την ολοκλήρωση του αγωνίσματος, θα πρέπει να παραδίδει τα παπούτσια που χρησιμοποίησε στον αγώνα στους διοργανωτές, για περαιτέρω έλεγχο, εφ' όσον αυτό απαιτείται.

4). Χρήσιμες συμβουλές για την εφαρμογή του Άρθρου 5 των Τεχνικών Κανονισμών της Παγκόσμιας Ομοσπονδίας Στίβου που αφορά τα αγωνιστικά παπούτσια των αθλητών και αθλητριών

Όλα τα σωματεία και οι αθλητές θα πρέπει να προβούν στις ακόλουθες χρήσιμες και ουσιώδεις ενέργειες:

- Να ενημερωθούν άμεσα για το θέμα από τους σχετικούς συνδέσμους που αναφέρονται στην προκήρυξη
- Να διαβάζουν με προσοχή τις σχετικές οδηγίες που θα περιλαμβάνονται πλέον στις Προκηρύξεις όλων των Πρωταθλημάτων,
- Να συμβουλευονται την επικαιροποιημένη λίστα μοντέλων της Παγκόσμιας Ομοσπονδίας Στίβου (W.A.) PIN προβούν σε αγορά αγωνιστικών παπουτσιών. Η Παγκόσμια Ομοσπονδία Στίβου (W.A.) θα επικαιροποιεί σε τακτά χρονικά διαστήματα λίστες με τα επιτρεπόμενα και μη επιτρεπόμενα μοντέλα που κυκλοφορούν στην αγορά,
- Οι αθλητές που πρόκειται να αγωνιστούν και διατηρούν αμφιβολία ως προς την εγκυρότητα χρήσης των αγωνιστικών τους παπουτσιών, να προσέρχονται στον αγώνα έχοντας προνοήσει και για άλλη εναλλακτική και αποδεκτή λύση.

6) Δήλωση αθλητή για χρήση αγωνιστικών παπουτσιών

Οι συμμετέχοντες αθλητές – αθλήτριες θα πρέπει να παραδίδουν συμπληρωμένη στην Αίθουσα Κλήσης τη συνημμένη δήλωση (πίνακας 2) για τον τύπο των αγωνιστικών παπουτσιών με τα οποία θα αγωνιστούν στη διοργάνωση.

13) ΙΑΤΡΟΣ ΑΓΩΝΩΝ

Ιατρός αγώνων ορίζεται ο κ. Παναγιώτης Αντωνακάκης

14) ΕΑΡΙΝΟΙ ΑΓΩΝΕΣ ΑΝΔΡΩΝ-ΓΥΝΑΙΚΩΝ

Οι Εαρινοί αγώνες Ανδρών – Γυναικών, θα διεξαχθούν στα Τρίκαλα στις 14 – 15 Ιουνίου 2025 και αποτελούν συνέχεια των διασυλλογικών αγώνων Ανδρών – Γυναικών και Κ20 (Α/Γ).

Δικαίωμα συμμετοχής έχουν οι αθλητές – αθλήτριες με έτη γέννησης 2009 και οι μεγαλύτεροι – μεγαλύτερες, με την προϋπόθεση ότι έχουν εξασφαλίσει την πρόκριση – συμμετοχής τους.

Το πλαίσιο διεξαγωγής των Εαρινών αγώνων, καθώς και οι προϋποθέσεις πρόκρισης των αθλητών – αθλητριών από τους Διασυλλογικούς αγώνες για τη συμμετοχή τους στους Εαρινούς αγώνες, περιγράφονται στο συνημμένο 11, καθώς και στην Γενική Προκήρυξη Διασυλλογικών αγώνων και Πανελληνίων πρωταθλημάτων 2025, σελίδες 33-35.

Στην ειδική προκήρυξη των Εαρινών αγώνων θα αναφέρονται όλες οι αντίστοιχες τεχνικές διατάξεις.

Ο ΠΡΟΕΔΡΟΣ



ΠΑΝΑΓ. ΑΝΤΩΝΑΚΑΚΗΣ



Ο ΓΕΝ. ΓΡΑΜΜΑΤΕΑΣ



ΧΡΙΣΤ. ΑΝΔΡΟΥΛΙΔΑΚΗΣ

ΣΥΝΗΜΜΕΝΑ:

Πρόγραμμα αγώνων

Δικαίωμα συμμετοχής ανάλογα με το έτος γέννησης

Όρια βαθμολόγησης – Καταβολή εξόδων και Υψηλής πριμοδότησης

Πίνακες ελέγχου αγωνιστικών παπουτσιών για τα 5.000μ

Απόσπασμα Γενικής Προκήρυξης (σελ. 33-35) για τους Εαρινούς Αγώνες 2025 (Συν. 11)

Συνολική δήλωση συμμετοχής για όλα τα αγωνίσματα σε ένα φύλλο

ΚΟΙΝΟΠΟΙΗΣΗ: Σ.Ε.Γ.Α.Σ. – Γραφείο Ανάπτυξης

Παγκρήτιο Στάδιο Ηρακλείου

Ε.Α.Κ. Ηρακλείου – Στάδιο Ελευθερίας

Σύνδεσμο κριτών στίβου Ηρακλείου

ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ
ΔΙΑΣΥΛΛΟΓΙΚΩΝ ΑΓΩΝΩΝ 2025
ΑΝΔΡΩΝ – ΓΥΝΑΙΚΩΝ ΚΑΙ Κ20 (Α/Γ)

ΣΑΒΒΑΤΟ 17 ΜΑΪΟΥ 2025

	ΠΑΓΚΡΗΤΙΟ ΣΤΑΔΙΟ	ΠΑΓΚΡΗΤΙΟ ΣΤΑΔΙΟ	ΣΤΑΔΙΟ ΕΛΕΥΘΕΡΙΑΣ
ΩΡΑ	ΔΡΟΜΟΙ	ΑΛΜΑΤΑ	ΣΦΥΡΟΒΟΛΙΑ - ΔΙΣΚΟΒΟΛΙΑ – ΣΦΑΙΡΟΒΟΛΙΑ
14.30			Σφυροβολία Γ – Κ20 (Γ)
16.00			Σφυροβολία Ανδρών Σφυροβολία Κ20 (Α – 6κ)
16.30	10.000 Βάδην Α/Γ- Κ20 (Α/Γ)		
16.45		Επί Κοντώ Α / Γ – Κ20 (Α/Γ)	
17.00	100 Εμπ. Γ. – Κ20 (Γ)	Τριπλούν Α – Κ20 (Α)	Σφαιροβολία Γ – Κ20 (Γ)
17.15	110 Εμπ. Ανδρών		
17.30	110 Εμπ. Κ20 (Α)		
17.45	100 Γ – Κ20 (Γ)	Ύψος Γ – Κ20 (Γ)	Δισκοβολία Ανδρών Δισκοβολία Κ20 (Α – 1.750γρ)
18.15	100 Α – Κ20 (Α)		
18.30		Τριπλούν Γ – Κ20 (Γ)	
18.50	400 Γ – Κ20 (Γ)	Ύψος Α – Κ20 (Α)	
19.05	400 Α – Κ20 (Α)		Δισκοβολία Γ – Κ20 (Γ) Σφαιροβολία Ανδρών Σφαιροβολία Κ20 (Α – 6κ)
19.30	1.500 Γ – Κ20 (Γ)		
19.45	1.500 Α – Κ20 (Α)		
20.10	4Χ100 Γυναικών		
20.30	4Χ100 Ανδρών		
20.50	3.000 Φ.Ε. Γ - Κ20 (Γ)		
21.10	3.000 Φ.Ε. Α - Κ20 (Α)		

ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΔΙΑΣΥΛΛΟΓΙΚΩΝ ΑΓΩΝΩΝ - ΚΥΡΙΑΚΗ 18 ΜΑΪΟΥ 2025
Α) Κ16 (ΑΓΟΡΙΩΝ – ΚΟΡΙΤΣΙΩΝ) και Β) ΑΝΔΡΩΝ – ΓΥΝΑΙΚΩΝ ΚΑΙ Κ20 (Α/Γ)

	ΠΑΓΚΡΗΤΙΟ ΣΤΑΔΙΟ	ΠΑΓΚΡΗΤΙΟ ΣΤΑΔΙΟ	ΣΤΑΔΙΟ ΕΛΕΥΘΕΡΙΑΣ
ΩΡΑ	ΔΡΟΜΟΙ	ΑΛΜΑΤΑ - ΑΚΟΝΤΙΣΜΟΣ	ΣΦΥΡΟΒ - ΔΙΣΚΟΒΟΛ – ΣΦΑΙΡΟΒΟΛΙΑ
13.30	5.000 Βάδην Κ16 Αγοριών 3.000 Βάδην Κ16 Κοριτ.		
13.30	100 Εμπ. Κ16 Α		
13.45	80 Εμπ. Κ16 Κοριτσιών		
14.00		Ακόντιο Κ16 Κοριτσιών	Σφύρα Κ16 Αγοριών
14.00	80 Κ16 Αγοριών		
14.30	80 Κ16 Κοριτσιών		
14.45		Μήκος Κ16 Αγοριών (2 Σκάμ) Επί Κοντώ Κ16 Αγορ - Κοριτ.	
15.15	150 Κ16 Αγοριών		
15.30	150 Κ16 Κοριτσιών	Ακόντιο Κ16 Αγοριών	Σφύρα Κ16 Κοριτσιών
15.50	600 Κ16 Αγοριών	Ύψος Κ16 Κοριτσιών	
16.00	600 Κ16 Κοριτσιών	Μήκος Κ16 Κοριτσιών (2 Σκάμματα)	
16.15	200 Α – Κ20 (Α)		
16.40	200 Γ – Κ20 (Γ)		
17.05	1.000 Κ16 Αγοριών	Ύψος Κ16 Αγοριών	
17.15	1.000 Κ16 Κοριτσιών		
17.35	800 Α – Κ20 (Α)		Δίσκος Κ16 Αγοριών Σφαίρα Κ16 Κοριτσιών
17.45	800 Γ – Κ20 (Γ)		
18.05	400 Εμπ Α – Γ & Κ20 (Α - Γ)	Μήκος Α & Κ20 (Α) Μήκος Γ & Κ20 (Γ) (2 Σκάμ- ματα)	
18.25	300 Εμπ. Κ16 Αγορ – Κορ	Ακόντιο Α - Γ & Κ20 (Α – Γ)	
18.40	300 Κ16 Αγοριών		
18.50	300 Κ16 Κοριτσιών		
19.00	2.000 Κ16 Αγορ. – Κοριτ.		
19.15	2.000 Φ.Ε. Κ16 Αγοριών - Κοριτσιών		Δίσκος Κ16 Κοριτσιών Σφαίρα Κ16 Αγοριών
19.30	4 X 400 Ανδρών	Τετραπλούν Κ16 Αγορ – Κορ (2 Σκάμματα)	
19.50	4 X 80 Κ16 Αγοριών		
20.10	4 X 80 Κ16 Κοριτσιών		
20.30	4 X 300 Κ16 Μικτή		
20.50	5.000 Γ – Κ20 (Γ)		
21.15	5.000 Α – Κ20 (Α)		
21.40	4 X 400 Γυναικών		

ΠΙΝΑΚΑΣ 1**ΔΙΚΑΙΩΜΑ ΣΥΜΜΕΤΟΧΗΣ ΑΝΑΛΟΓΑ ΜΕ ΤΟ ΕΤΟΣ ΓΕΝΝΗΣΗΣ:****1). ΔΙΑΣΥΛΛΟΓΙΚΟΙ ΑΓΩΝΕΣ ΑΝΔΡΩΝ – ΓΥΝΑΙΚΩΝ / 2025**

ΑΓΩΝΙΣΜΑ	ΑΝΔΡΩΝ	ΓΥΝΑΙΚΩΝ
100μ.	2005 και μεγαλύτεροι	2005 και μεγαλύτερες
200μ.	2005 και μεγαλύτεροι	2005 και μεγαλύτερες
400μ.	2005 και μεγαλύτεροι	2005 και μεγαλύτερες
800μ.	2005 και μεγαλύτεροι	2005 και μεγαλύτερες
1.500μ.	2005 και μεγαλύτεροι	2005 και μεγαλύτερες
5.000μ.	2005 και μεγαλύτεροι	2005 και μεγαλύτερες
110μ. – 100μ.Εμπ.	2005 και μεγαλύτεροι	2005 και μεγαλύτερες
400μ.Εμπ.	2005 και μεγαλύτεροι	2005 και μεγαλύτερες
3.000μ. Φ.Ε.	2005 και μεγαλύτεροι	2005 και μεγαλύτερες
10.000μ.Βάδην	2005 και μεγαλύτεροι	2005 και μεγαλύτερες
ΥΨΟΣ	2005 και μεγαλύτεροι	2005 και μεγαλύτερες
ΕΠΙ ΚΟΝΤΩ	2005 και μεγαλύτεροι	2005 και μεγαλύτερες
ΜΗΚΟΣ	2005 και μεγαλύτεροι	2005 και μεγαλύτερες
ΤΡΙΠΛΟΥΝ	2005 και μεγαλύτεροι	2005 και μεγαλύτερες
ΣΦΑΙΡΑ	2005 και μεγαλύτεροι	2005 και μεγαλύτερες
ΔΙΣΚΟΣ	2005 και μεγαλύτεροι	2005 και μεγαλύτερες
ΣΦΥΡΑ	2005 και μεγαλύτεροι	2005 και μεγαλύτερες
ΑΚΟΝΤΙΟ	2005 και μεγαλύτεροι	2005 και μεγαλύτερες
ΔΕΚΑΘΛΟ – ΕΠΤΑΘΛΟ	2005 και μεγαλύτεροι	2005 και μεγαλύτερες
4 x 100μ.	2009 και μεγαλύτεροι	2009 και μεγαλύτερες
4 x 400μ.	2009 και μεγαλύτεροι	2009 και μεγαλύτερες

ΠΙΝΑΚΑΣ 2**2). ΔΙΑΣΥΛΛΟΓΙΚΟΙ ΑΓΩΝΕΣ Κ20 (ΑΝΔΡΩΝ – ΓΥΝΑΙΚΩΝ) 2025****ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΟ ΠΡΩΤΑΘΛΗΜΑ Κ20 (ΑΝΔΡΩΝ – ΓΥΝΑΙΚΩΝ) 2025**

ΑΓΩΝΙΣΜΑ	ΑΝΔΡΩΝ	ΓΥΝΑΙΚΩΝ
100μ.	2006 - 2009	2006 - 2009
200μ.	2006 - 2009	2006 - 2009
400μ.	2006 - 2009	2006 - 2009
800μ.	2006 - 2009	2006 - 2009
1.500μ.	2006 - 2009	2006 - 2009
5.000μ.	2006 - 2009	2006 - 2009
110μ.Εμπ.(0,99 – 0,84)	2006 - 2009	2006 - 2009
400μ.Εμπ. (0,91 – 0,76)	2006 - 2009	2006 - 2009
3.000μ. Φ.Ε. (0,91 – 0,76)	2006 - 2009	2006 - 2009
10.000μ. Βάδην	2006 - 2009	2006 - 2009
ΥΨΟΣ	2006 - 2009	2006 - 2009
ΕΠΙ ΚΟΝΤΩ	2006 - 2009	2006 - 2009
ΜΗΚΟΣ	2006 - 2009	2006 - 2009
ΤΡΙΠΛΟΥΝ	2006 - 2009	2006 - 2009
ΣΦΑΙΡΑ (6κ – 4κ)	2006 - 2009	2006 - 2009
ΔΙΣΚΟΣ (1.750γρ – 1κ)	2006 - 2009	2006 - 2009
ΣΦΥΡΑ (6κ – 4κ)	2006 - 2009	2006 - 2009
ΑΚΟΝΤΙΟ	2006 - 2009	2006 - 2009
ΔΕΚΑΘΛΟ - ΕΠΤΑΘΛΟ	2006 - 2009	2006 - 2009
4 x 100μ.	2006 - 2009	2006 - 2009
4 x 400μ.	2006 - 2009	2006 - 2009

ΠΙΝΑΚΑΣ 3

ΟΡΙΑ Κ20 ΑΝΔΡΩΝ

K20	ΟΡΙΑ ΒΑΘΜΟΛΟΓΗΣΗΣ ΔΙΑΣΥΛΛΟΓΙΚΟΥ Κ20 ΑΝΔΡΩΝ	ΟΡΙΑ ΥΨΗΛΗΣ ΠΡΙΜΟΔΟΤΗΣΗΣ – ΠΡΟΚΡΙΣΗΣ ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΟΥ Κ20 ΑΝΔΡΩΝ	ΟΡΙΑ ΒΑΘΜΟΛΟΓΗΣΗΣ & ΚΑΤΑΒΟΛΗΣ ΕΞΟΔΩΝ ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΟΥ Κ20 ΑΝΔΡΩΝ
	2025	2025	2025
ΑΓΩΝΙΣΜΑΤΑ	ΕΠΙΔΟΣΗ	ΕΠΙΔΟΣΗ	ΕΠΙΔΟΣΗ
100	12.24	11.34	11.54
200	25.14	23.04	23.44
400	55.14	51.44	52.14
800	2.11.14	2.02.14	2.03.44
1.500	4.34.14	4.14.14	4.18.14
3.000			9.55.14
5.000	17.53.14	16.17.14	16.48.14
3.000 ΦΕ	11.38.14	10.33.14	10.53.14
110 Ε	17.14	16.14	16.94
400 Ε	1.05.14	1.01.14	1.02.14
ΥΨΟΣ	1.67	1.87	1.83
ΕΠΙ ΚΟΝΤΩ	3.50	4.10	3.90
ΜΗΚΟΣ	5.65	6.68	6.50
ΤΡΙΠΛΟΥΝ	11.80	13.55	13.30
ΣΦΑΙΡΑ	11.00	14.00	13.50
ΔΙΣΚΟΣ	34.00	40.00	38.00
ΑΚΟΝΤΙΟ	37.50	48.00	46.00
ΣΦΥΡΑ	40.00	45.00	42.00
ΔΕΚΑΘΛΟ	4.200	4950	4850
10.000 Βάδην	58.00.14	55.00.14	56.00.14
4 Χ 100			45.14
4 Χ 400			3.38.14

ΠΙΝΑΚΑΣ 4

ΟΡΙΑ Κ20 ΓΥΝΑΙΚΩΝ

K20	ΟΡΙΑ ΒΑΘΜΟΛΟΓΗΣΗΣ ΔΙΑΣΥΛΛΟΓΙΚΟΥ Κ20 ΓΥΝΑΙΚΩΝ	ΟΡΙΑ ΥΨΗΛΗΣ ΠΡΙΜΟΔΟΤΗΣΗΣ – ΠΡΟΚΡΙΣΗΣ ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΟΥ Κ20 ΓΥΝΑΙΚΩΝ	ΟΡΙΑ ΒΑΘΜΟΛΟΓΗΣΗΣ & ΚΑΤΑΒΟΛΗΣ ΕΞΟΔΩΝ ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΟΥ Κ20 ΓΥΝΑΙΚΩΝ
	2025	2025	2025
ΑΓΩΝΙΣΜΑΤΑ	ΕΠΙΔΟΣΗ	ΕΠΙΔΟΣΗ	ΕΠΙΔΟΣΗ
100	14.44	12.84	13.14
200	29.74	26.64	27.14
400	1.08.14	1.01.44	1.02.14
800	2.43.14	2.25.14	2.28.14
1.500	5.46.14	5.05.14	5.14.14
3.000			11.44.14
5.000	22.14.14	20.38.14	20.44.14
3.000 ΦΕ	14.00.14	13.28.14	13.44.14
100 Ε	18.14	17.14	17.74
400 Ε	1.17.14	1.13.14	1.14.14
ΥΨΟΣ	1.42	1.55	1.53
ΕΠΙ ΚΟΝΤΩ	2.80	3.20	3.00
ΜΗΚΟΣ	4.81	5.46	5.30
ΤΡΙΠΛΟΥΝ	10.00	11.35	11.00
ΣΦΑΙΡΑ	9.40	10.40	9.80
ΔΙΣΚΟΣ	28.50	34.00	31.00
ΑΚΟΝΤΙΟ	28.00	34.00	31.00
ΣΦΥΡΑ	32.00	38.00	34.00
ΕΠΤΑΘΛΟ	3.000	3.600	3.300
10.000 Βάδην	1.03.00	1.00.00	1.01.00
4 X 100			52.14
4 X 400			4.25.14

ΠΙΝΑΚΑΣ 5

ΟΡΙΑ ΑΝΔΡΩΝ

ΑΝΔΡΩΝ	ΟΡΙΑ ΒΑΘΜΟΛΟΓΗΣΗΣ ΔΙΑΣΥΛΛΟΓΙΚΟΥ ΑΝΔΡΩΝ	ΟΡΙΑ ΥΨΗΛΗΣ ΠΡΙΜΟΔΟΤΗΣΗΣ ΔΙΑΣΥΛΛΟΓΙΚΟΥ ΑΝΔΡΩΝ	ΟΡΙΑ ΠΡΟΚΡΙΣΗΣ ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΟΥ ΑΝΔΡΩΝ	ΟΡΙΑ ΒΑΘΜΟΛΟΓΗΣΗΣ & ΚΑΤΑΒΟΛΗΣ ΕΞΟΔΩΝ ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΟΥ ΑΝΔΡΩΝ
	2025	2025	2025	2025
ΑΓΩΝΙΣΜΑΤΑ	ΕΠΙΔΟΣΗ	ΕΠΙΔΟΣΗ	ΕΠΙΔΟΣΗ	ΕΠΙΔΟΣΗ
100	11.84	11.24	11.24	11.34
200	24.24	22.94	22.84	23.14
400	53.84	51.14	51.04	51.44
800	2:06.14	2:00.14	1:59.44	2:01.04
1.500	4:22.14	4:07.14	4:06.34	4:08.14
5.000	16:45.14	15:45.14	15:16.64	15:49.14
10.000 ^			33:20.14	33:30.14
ΗΜΙΜΑΡΑΘ.			1:15.14	1:16.14
ΜΑΡΑΘΩΝ.			2:44.05	2:46.14
3.000 ΦΕ	10:40.14	10:17.14	10:02.04	10:18.14
110 Ε	17.14	16.14	16.14	16.44
400 Ε	1:02.14	59.14	58.14	1:00.24
ΥΨΟΣ	1.77	1.92	1.92	1.90
ΕΠΙ ΚΟΝΤΩ	3.90	4.30	4.30	4.20
ΜΗΚΟΣ	6.00	6.88	6.88	6.78
ΤΡΙΠΛΟΥΝ	12.56	14.00	14.00	13.77
ΣΦΑΙΡΑ	11.70	13.70	13.70	13.50
ΔΙΣΚΟΣ	35.00	43.00	43.00	42.00
ΑΚΟΝΤΙΟ	44.50	55.00	55.00	53.50
ΣΦΥΡΑ	42.00	51.00	51.00	49.50
ΔΕΚΑΘΛΟ	4.550	5.050	5.050	4.950
10.000 Β ΔΙΑΣ	54:20.14	52:00.14		
20.000 Β			1:50.00,00	1:50.00,00
35.000 Β			3:30.00,00	3:30.00,00
4 Χ 100	46.04	44.04		44.44
4 Χ 400	3:40.14	3:30.14		3:33.14

** ΠΡΟΚΡΙΣΗ
ΓΙΝΕΤΑΙ ΚΑΙ
ΑΠΟ 3000μ
8:49.21

* ΕΛΕΥΘΕΡΗ
ΣΥΜΜΕΤΟΧΗ
ΧΩΡΙΣ ΟΡΙΟ
ΔΕΝ ΕΠΙ-
ΤΡΕΠΕΤΑΙ

* ΕΛΕΥΘΕΡΗ
ΣΥΜΜΕΤΟΧΗ
ΧΩΡΙΣ ΟΡΙΟ
ΔΕΝ ΕΠΙ-
ΤΡΕΠΕΤΑΙ

* ΕΛΕΥΘΕΡΗ
ΣΥΜΜΕΤΟΧΗ
ΧΩΡΙΣ ΟΡΙΟ
ΔΕΝ ΕΠΙ-
ΤΡΕΠΕΤΑΙ

ΠΙΝΑΚΑΣ 6

ΟΡΙΑ ΓΥΝΑΙΚΩΝ

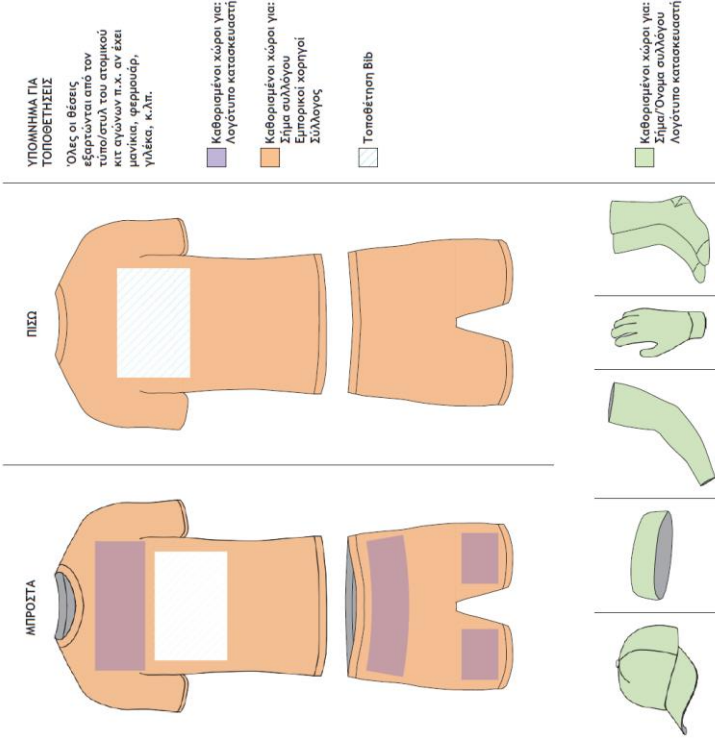
ΓΥΝΑΙΚΩΝ	ΟΡΙΑ ΒΑΘΜΟΛΟΓΗΣΗΣ ΔΙΑΣΥΛΛΟΓΙΚΟΥ ΓΥΝΑΙΚΩΝ	ΟΡΙΑ ΥΨΗΛΗΣ ΠΡΙΜΟΔΟΤΗΣΗΣ ΔΙΑΣΥΛΛΟΓΙΚΟΥ ΓΥΝΑΙΚΩΝ	ΟΡΙΑ ΠΡΟΚΡΙΣΗΣ ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΟΥ ΓΥΝΑΙΚΩΝ	ΟΡΙΑ ΒΑΘΜΟΛΟΓΗΣΗΣ & ΚΑΤΑΒΟΛΗΣ ΕΞΟΔΩΝ ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΟΥ ΓΥΝΑΙΚΩΝ
	2025	2025	2025	2025
ΑΓΩΝΙΣΜΑΤΑ	ΕΠΙΔΟΣΗ	ΕΠΙΔΟΣΗ	ΕΠΙΔΟΣΗ	ΕΠΙΔΟΣΗ
100	13.84	12.84	12.84	12,94
200	28.14	26.54	26.34	27,04
400	1:05.44	1:01.14	1:00.14	1.01,84
800	2:32.14	2:22.14	2:22.14	2:23.14
1.500	5:28.14	5:00.14	4:49.34	5:03.14
5.000	21:14.14	20:00.14	18:46.14	19:35.14
10.000 ^			43:00.14	43:50.14
ΗΜΙΜΑΡΑΘ.			1:35.00	1:36.00
ΜΑΡΑΘΩΝ.			3:22.00	3:25.00
3.000 ΦΕ	13:52.14	13:02.04	12:58.14	13:14.14
100 Ε	17.74	16.74	16.74	16.94
400 Ε	1:14.14	1:10.14	1:10.14	1:11.14
ΥΨΟΣ	1.50	1.61	1.61	1.60
ΕΠΙ ΚΟΝΤΩ	3.00	3.30	3.40	3.30
ΜΗΚΟΣ	5.06	5.55	5.55	5.35
ΤΡΙΠΛΟΥΝ	10.35	11.55	11.55	11.00
ΣΦΑΙΡΑ	9.60	10.80	10.80	10.60
ΔΙΣΚΟΣ	32.00	36.20	36.20	35.50
ΑΚΟΝΤΙΟ	32.00	36.00	36.00	35.00
ΣΦΥΡΑ	36.00	41.00	40.00	39.00
ΕΠΤΑΘΛΟ	3.100	3.700	3.700	3.500
10.000Β ΔΙΑΣ	1:01.00,14	58:00.14		
20.000 Β			2:10.00,00	2:10.00,00
35.000 Β			4:10.00,00	4:10.00,00
4 Χ 100	54.14	51.54		52.14
4 Χ 400	4:26.14	4:20.14		4:20.14

** ΠΡΟΚΡΙΣΗ
ΓΙΝΕΤΑΙ ΚΑΙ
ΑΠΟ 3000μ
10:21.84

* ΕΛΕΥΘΕΡΗ
ΣΥΜΜΕΤΟΧΗ
ΧΩΡΙΣ ΟΡΙΟ
ΔΕΝ ΕΠΙΤΡΕ-
ΠΕΤΑΙ

* ΕΛΕΥΘΕΡΗ
ΣΥΜΜΕΤΟΧΗ
ΧΩΡΙΣ ΟΡΙΟ
ΔΕΝ ΕΠΙΤΡΕ-
ΠΕΤΑΙ

ΠΙΝΑΚΑΣ 7

ΑΓΩΝΙΣΤΙΚΗ ΕΜΦΑΝΙΣΗ ΣΥΛΛΟΓΟΥ ΣΤΑ ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΑ & ΔΙΑΣΥΛΛΟΓΙΚΑ ΠΡΩΤΑΘΛΗΜΑΤΑ	
ΠΡΟΔΙΑΓΡΑΦΕΣ ΑΝΩ ΙΜΑΤΙΣΜΟΣ ΣΥΝΟΛΟ ΜΕΧΡΙ 4 ΛΟΓΟΤΥΠΑ 1x ΣΗΜΑ ΣΥΛΛΟΓΟΥ 1x ΛΟΓΟΤΥΠΟ ΚΑΤΑΣΚΕΥΑΣΤΗ 2x ΕΜΠΟΡΙΚΟΙ ΧΟΡΗΓΟΙ μέχρι 5εκ ύψος ή μέχρι 10εκ πλάτος με μέγιστο εμβαδό 40εκ² (π.χ. 5x8 ή 4x10) Το λογότυπο κατασκευαστή μπορεί να εμφανίζεται μόνο μπροστά. Όλες οι άλλες θέσεις είναι προαιρετικές και μπορούν να εμφανιστούν στα μανίκια ή πίσω. ΟΝΟΜΑ ΣΥΛΛΟΓΟΥ Μπροστά ή πίσω Κατακόρυφο μεγ. πλάτος 10cm; Οριζόντιο μεγ. ύψος 10cm ΚΑΤΟ ΙΜΑΤΙΣΜΟΣ ΣΥΝΟΛΟ ΜΕΧΡΙ 4 ΛΟΓΟΤΥΠΑ 1x ΣΗΜΑ ΣΥΛΛΟΓΟΥ 1x ΛΟΓΟΤΥΠΟ ΚΑΤΑΣΚΕΥΑΣΤΗ μέχρι 5εκ ύψος ή μέχρι 10εκ πλάτος με μέγιστο εμβαδό 40εκ² (π.χ. 5x8 ή 4x10) Το λογότυπο κατασκευαστή μπορεί να εμφανίζεται μόνο μπροστά. Όλες οι άλλες θέσεις είναι προαιρετικές και μπορούν να εμφανιστούν μπροστά ή πίσω. ΟΝΟΜΑ ΣΥΛΛΟΓΟΥ Μπροστά ή πίσω Κατακόρυφο μεγ. πλάτος 5cm; Οριζόντιο μεγ. ύψος 5cm ΟΛΑ ΤΑ ΑΛΛΑ ΡΟΥΧΑ / ACCESSORIES ΣΥΝΟΛΟ ΜΕΧΡΙ 2 ΛΟΓΟΤΥΠΑ 1x ΣΗΜΑ/ ΟΝΟΜΑ ΣΥΛΛΟΓΟΥ 1x ΚΑΤΑΣΚΕΥΑΣΤΗΣ Σήμα/ όνομα συλλόγου μεγ. 5cm ύψος Σήμα κατασκευαστή 4cm ύψος ή πλάτος, μεγ. 10cm²	ΤΟΠΟΘΕΤΗΣΗ ΥΠΟΜΗΝΗΜΑ ΓΙΑ ΤΟΠΟΘΕΤΗΣΕΙΣ Όλες οι θέσεις εξετάζονται από τον τύπο/στυλ του αθλητικού ενδύματος π.χ. αν έχει μανίκια, φερμουάρ, γιλέκο, κ.λπ. Καθορισμένοι χώροι για: Λογότυπο κατασκευαστή Καθορισμένοι χώροι για: Σήμα συλλόγου Εμπορικοί χορηγοί Συλλογός Τοποθέτηση Bib Καθορισμένοι χώροι για: Σήμα/ Όνομα συλλόγου Λογότυπο κατασκευαστή 

ΠΙΝΑΚΑΣ 8**ΚΑΤΑΛΟΓΟΣ ΑΝΤΙΚΕΙΜΕΝΩΝ ΠΟΥ ΔΕΝ ΕΠΙΤΡΕΠΟΝΤΑΙ
ΣΤΟΝ ΑΓΩΝΙΣΤΙΚΟ ΧΩΡΟ**

- Κινητά τηλέφωνα
- Music Players (MP3s, CD-players, iPod ή συναφή)
- Ράδιο δέκτες ή πομπούς
- Φωτογραφικές μηχανές ή βιντεοκάμερες
- Συστήματα αναπαραγωγής/εγγραφής βίντεο και κασετών
- Συσκευές υπολογιστών
- Παπούτσια με πάρα πολλά spikes
- Μεγάλου μεγέθους επιπλέον παπούτσια
- Όργανα ρίψεων ή τμήματα οργάνων
- Ταινία επικόλλησης, κιμωλία κ.λπ. για να μπαίνουν σημάδια (άλλα από αυτά που παρέχει η ΤΟΕ)
- Κάθε άλλο αντικείμενο θεωρείται ακατάλληλο από το προσωπικό της Αίθουσας Κλήσης και τον Έφορο του αγωνίσματος

ΠΙΝΑΚΑΣ 9
Πάχος σόλας αγωνιστικού παπουτσιού

Αγώνισμα	Μέγιστο πάχος της σόλας (σύμφωνα με το Άρθρο 5.5, Σημειώσεις (i), (ii), (iii) και τα σχήματα (a) & (b) έως το άρθρο 5.5 και Άρθρο 5.13.3).	Επιπλέον απαίτηση του Κανονισμού
Αγώνισματα Κονίστρας εκτός από Άλμα Τριπλούν	≤20mm	Ισχύει για όλα τα Ριπτικά Αγώνισματα τα Κάθετα και Οριζόντια Άλματα εκτός από το Άλμα Τριπλούν. Για όλα τα Αγώνισματα Κονίστρας, η σόλα στο κέντρο του μπροστινού μέρους του ποδιού του αθλητή δεν πρέπει να είναι ψηλότερη από τη σόλα στο κέντρο της φτέρνας του αθλητή
Άλμα Τριπλούν	≤25mm	Η σόλα στο κέντρο του μπροστινού μέρους του ποδιού του αθλητή δεν πρέπει να είναι ψηλότερη από τη σόλα στο κέντρο της φτέρνας του αθλητή.
Αγώνισματα Δρόμων (συμπεριλαμβανομένων των αγωνισμάτων με εμπόδια) μέχρι τα 800μ.	≤20mm	Για τις Σκυταλοδρομίες ο κανόνας ισχύει για την απόσταση από την απόσταση που διατρέχει κάθε αθλητής.
Αγώνισματα Δρόμων από 800μ. και πάνω (συμπεριλαμβανομένων των αγωνισμάτων των Φυσικών Εμποδίων)	≤25mm	Για τις Σκυταλοδρομίες ο κανόνας ισχύει για την απόσταση από την απόσταση που διατρέχει κάθε αθλητής. Για Αγώνες Βάδην το μέγιστο πάχος της σόλας είναι το ίδιο με αυτό για τα Αγώνισματα Εκτός Σταδίου.
Ανώμαλος Δρόμος	≤25mm	
Αγώνισματα Δρόμων Εκτός Σταδίου (Δρομικά και Αγώνισματα Βάδην)	≤40mm	
Αγώνισματα του Άρθρου 57 των Τεχνικών Κανονισμών	Οποιοδήποτε πάχος	

ΣΥΝΗΜΜΕΝΟ 10**ΥΠΕΥΘΥΝΗ ΔΗΛΩΣΗ ΑΘΛΗΤΗ - ΑΘΛΗΤΡΙΑΣ****ΠΑΠΟΥΤΣΙΑ ΑΘΛΗΤΩΝ - ΑΘΛΗΤΡΙΩΝ ΓΙΑ ΤΑ 5.000μ**

Όνομα και ημερομηνία διοργάνωσης:	ΔΙΑΣΥΛΛΟΓΙΚΟΙ ΑΓΩΝΕΣ ΑΝΔΡΩΝ - ΓΥΝΑΙΚΩΝ ΚΑΙ Κ20 (Α/Τ), 18 ΜΑΪΟΥ 2025
Σύλλογος αθλητή:	
Επώνυμο αθλητή:	
Όνομα αθλητή:	
Αγώνισμα:	5.000μ.

Δηλώνω, συμφωνώ και αναγνωρίζω ότι:

1. Τα παπούτσια με τα οποία θα αγωνιστώ στη διοργάνωση είναι:

Εταιρεία:	
Μοντέλο:	
Μέγεθος:	
Χρώμα:	
Ανατομικοί πάτοι (δηλαδή αν έχουν εσωτερική σόλα για ιατρικούς λόγους):	

2. Επιβεβαιώνω / έχω ενημερωθεί από: ότι τα αγωνιστικά παπούτσια μου συμμορφώνονται με τις απαιτήσεις που ορίζονται στο Άρθρο 5 των Τεχνικών Κανονισμών της Παγκόσμιας Ομοσπονδίας Στίβου.

3. Θα ακολουθήσω τη διαδικασία ελέγχου παπουτσιών στη διοργάνωση και συμφωνώ ότι παρόλο που τα παπούτσια είναι ελεγμένα, θα μπορούσαν να υποβληθούν για περαιτέρω τυχαίες δοκιμές ή πλήρεις δοκιμές αφού ολοκληρώσω τον αγώνα,

4. Δεν μπορώ να αλλάξω τα αγωνιστικά παπούτσια μου με άλλα παπούτσια χωρίς τα παπούτσια αντικατάστασης να έχουν ελεγχθεί, σύμφωνα με το Άρθρο 5 των Τεχνικών Κανονισμών και σύμφωνα με την διαδικασία ελέγχου της διοργάνωσης. Καταλαβαίνω ότι ρισκάρω με προσωπική μου ευθύνη αν αλλάξω παπούτσια χωρίς πρωτότερα να αυτά να έχουν ελεγχθεί,

5. Αφού ολοκληρώσω τον αγώνα, ο Έφορος έχει το δικαίωμα να ζητήσει να υποβάλω το παπούτσι μου για περαιτέρω ελέγχους από ανεξάρτητο εργαστήριο. Αναγνωρίζω και κατανοώ, ότι για να επιβεβαιώσω τη συμμόρφωση με τις απαιτήσεις που ορίζονται στο Άρθρο 5 των Τεχνικών Κανονισμών, οι περαιτέρω δοκιμές που πραγματοποιούνται από το ανεξάρτητο εργαστήριο, ενδέχεται να περιλαμβάνουν την κοπή των παπουτσιών.

Ημερομηνία:	18 Μαΐου 2025
Υπογραφή αθλητή - αθλήτριας:	