



Ε.Α.Σ. ΑΘΗΝΑΣ

ΕΝΩΣΗ ΑΘΛΗΤΙΚΩΝ ΣΩΜΑΤΕΙΩΝ ΣΕΓΑΣ ΑΘΗΝΑΣ

ΛΕΩΦ. ΚΗΦΙΣΙΑΣ 192 ΚΗΦΙΣΙΑ, Τ.Κ.: 14562

ΣΤΑΔΙΟ ΖΗΡΙΝΕΙΟ

 eas-segas-athinas.gr

 easathinas2014@gmail.com

 (210) 8082100

Κηφισιά, 14/4/2025

Αριθμ. Πρωτ.: 61

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

- Σ.Ε.Γ.Α.Σ. (ΤΟΜΕΑ ΣΩΜΑΤΕΙΑΚΟΥ ΚΑΙ ΑΝΑΠΤΥΞΙΑΚΟΥ ΑΘΛΗΤΙΣΜΟΥ)

ΚΟΙΝ.:

- ☐ Σ.Ε.Γ.Α.Σ. – Γραφείο Αγώνων
- ☐ Κ.Ε.Κ. Σ.Ε.Γ.Α.Σ.
- ☐ ΔΙΕΥ/ΝΣΗ ΣΤΑΔΙΟΥ ΑΓ.ΚΟΣΜΑ

**ΠΡΟΚΗΡΥΞΗ**  
**ΔΙΑΣΥΛΛΟΓΙΚΟΥ ΠΡΩΤΑΘΛΗΜΑΤΟΣ**  
**ΑΝΔΡΩΝ - ΓΥΝΑΙΚΩΝ & Κ20 (Α/Γ)**  
**6<sup>ου</sup> ΟΜΙΛΟΥ**

Η ΕΑΣ ΣΕΓΑΣ ΑΘΗΝΑΣ σύμφωνα με την Γενική Προκήρυξη με αρ. πρωτ: 1053/12-2-2025 & 2961/15-4-2025 Κεντρική Προκηρύξη του ΣΕΓΑΣ, προκηρύσσει και διοργανώνει το ΔΙΑΣΥΛΛΟΓΙΚΟ ΠΡΩΤΑΘΛΗΜΑ Ανδρών-Γυναικών & Κ20 Α/Γ του 6<sup>ου</sup> Ομίλου μεταξύ των συλλόγων της και σύμφωνα με τους παρακάτω όρους:

**1) ΗΜΕΡΟΜΗΝΙΑ – ΤΟΠΟΣ ΤΕΛΕΣΗΣ:**

Τα Αγωνίσματα θα διεξαχθούν το **ΣΑΒΒΑΤΟ 17 ΜΑΪΟΥ (ΠΡΩΪ)**  
και **ΚΥΡΙΑΚΗ 18 ΜΑΪΟΥ 2025 (ΑΠΟΓΕΥΜΑ)** στο Εθνικό Αθλητικό Κέντρο «Αγ. Κοσμά».

**2) ΚΑΤΗΓΟΡΙΕΣ ΚΑΙ ΗΛΙΚΙΕΣ ΠΟΥ ΣΥΜΜΕΤΕΧΟΥΝ & ΑΞΙΟΛΟΓΟΥΝΤΑΙ:**

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»

**3) ΟΜΙΛΟΙ ΔΙΕΞΑΓΩΓΗΣ:**

Οι διασυλλογικούς αγώνες Α/Γ και Κ20 (Α/Γ), θα διεξαχθούν συνολικά σε 12 ομίλους, σε κοινό οργανωτικό σε κάθε όμιλο και για τις δύο κατηγορίες μαζί: Ανδρών – Γυναικών και Κ20 (Α/Γ).

Στον κάθε ένα από τους 12 ομίλους συμμετέχουν μόνο οι αθλητές – τριες που ανήκουν στα σωματεία των αντίστοιχων Ε.Α.Σ., με εξαίρεση όλα όσα αναφέρονται στη σελίδα 9, κεφάλαιο Γ', παράγραφος 1.

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).

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

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

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

## **Α) 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.

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

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

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

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

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

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

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

- ΔΥΟ (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»:

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

Π.χ. 1<sup>ο</sup> αγώνισμα: 100μ. Ανδρών – Κ20 (Α) και 2<sup>ο</sup> 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»:

- **ΔΥΟ (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.ΒΑΔΗΝ - 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. 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

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

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

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

**Β) Απονομή Επάθλων και Βαθμολόγηση – Αξιολόγηση για την κατηγορία Α/Γ**

1ος Ο αθλητής Α΄ με έτος γέννησης 2005 (Α/Γ) – Βαθμοί 13

2ος Ο αθλητής Γ΄ με έτος γέννησης 2004 (Α/Γ) – Βαθμοί 11

Δεν υπολογίζεται ο αθλητής Β΄ με έτος γέννησης 2006 (Κ20 Α/Γ)

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

Εάν οι αθλητές - τριες ή οι ομάδες σκυταλοδρομίας που θα πετύχουν το όριο είναι ΔΕΚΑΞΙ (16), η βαθμολογία στα ατομικά αγωνίσματα θα είναι, **13-11-10-9-8-7-6-5-4-3-2-1-1-1-1-1** και στις σκυταλοδρομίες **26-22-20-18-16-14-12-10-8-6-4-2-2-2-2-2**.

Εάν όμως οι αθλητές - τριες ή οι ομάδες που πέτυχαν τα όρια είναι λιγότερες 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).

| ΕΑΝ ΠΕΤΥΧΟΥΝ ΤΑ ΟΡΙΑ<br>ΚΑΙ<br>ΒΑΘΜΟΛΟΓΟΥΝΤΑΙ | Η ΚΛΙΜΑΚΑ ΒΑΘΜΟΛΟΓΙΑΣ ΓΙΑ ΤΟΥΣ Α/Γ (2005 & ΜΕΓΑΛΥΤΕΡΟΙ – ΡΕΣ) ΘΑ ΕΙΝΑΙ |                                      |
|-----------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------|
|                                               | ΣΤΑ ΑΤΟΜΙΚΑ                                                            | ΣΤΙΣ ΣΚΥΤΑΛΟΔΡΟΜΙΕΣ                  |
| 16                                            | 11-10-9-8-7-6-5-4-3-2-1-1-1-1-1                                        | 26-22-20-18-16-14-12-10-8-6-4-2-2-2- |
| 15                                            | 3-11-10-9-8-7-6-5-4-3-2-1-1-1-1                                        | 26-22-20-18-16-14-12-10-8-6-4-2-2-   |
| 14                                            | 13-11-10-9-8-7-6-5-4-3-2-1-1-1                                         | 26-22-20-18-16-14-12-10-8-6-4-2-2-   |
| 13                                            | 13-11-10-9-8-7-6-5-4-3-2-1-1                                           | 26-22-20-18-16-14-12-10-8-6-4-2-2    |
| 12                                            | 13-11-10-9-8-7-6-5-4-3-2-1                                             | 26-22-20-18-16-14-12-10-8-6-4-       |
| 11                                            | 12-10-9-8-7-6-5-4-3-2-1                                                | 24-20-18-16-14-12-10-8-6-4-2         |
| 10                                            | 11-9-8-7-6-5-4-3-2-1                                                   | 22-18-16-14-12-10-8-6-4-2            |
| 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 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 – 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 πριμοδότησης υψηλών επιδόσεων για τους διασυλλογικούς αγώνες ανδρών – γυναικών.

Έτσι οι αθλητές - τριες που θα πετύχουν επιδόσεις ίσες ή καλλίτερες από αυτές του πίνακα πριμοδότησης 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. 5.54μ. 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 βαθμολόγηση – αξιολόγηση των 12 καλύτερων επιδόσεων από όλους τους ομίλους.

### ΔΙΑΔΟΧΙΚΑ ΎΨΗ ΔΙΑΣΥΛΛΟΓΙΚΟΥ Α/Γ ΣΤΑ ΚΑΘΕΤΑ ΑΛΜΑΤΑ

|             |      | ΟΡΙΟ ΒΑΘΜ Κ20 |                               | ΟΡΙΟ ΒΑΘΜ Α / ΠΡΟΚ Κ18 |                    | ΟΡΙΟ ΠΡΟΚΡ Κ20/Κ23 | ΟΡΙΟ ΠΡΟΚΡ Α |      |                                      |      |      |                                      |         |         |
|-------------|------|---------------|-------------------------------|------------------------|--------------------|--------------------|--------------|------|--------------------------------------|------|------|--------------------------------------|---------|---------|
| ΥΨΟΣ Α      | 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    | ανά 2εκ |
|             |      | ΟΡΙΟ ΒΑΘΜ Κ20 |                               | ΟΡΙΟ ΒΑΘΜ Γ            | ΟΡΙΟ ΠΡΟΚΡ Κ18     | ΟΡΙΟ ΠΡΟΚΡ Κ20/Κ23 |              |      | ΟΡΙΟ ΠΡΟΚΡ Γ                         |      |      |                                      |         |         |
| ΥΨΟΣ Γ      | 1.37 | 1.42          | 1.46                          | 1.50                   | 1.53               | 1.55               | 1.57         | 1.59 | 1.61                                 | 1.63 | 1.65 | 1.67                                 | ανά 2εκ |         |
|             |      |               |                               |                        |                    |                    |              |      |                                      |      |      |                                      |         |         |
|             |      | ΟΡΙΟ ΒΑΘΜ Κ20 |                               | ΟΡΙΟ ΠΡΟΚΡ Κ18         | ΟΡΙΟ ΒΑΘΜ Α        | ΟΡΙΟ ΠΡΟΚΡ Κ20/Κ23 |              |      | ΟΡΙΟ ΠΡΟΚΡ Α                         |      |      |                                      |         |         |
| ΕΠΙ ΚΟΝΤΩ Α | 3.30 | 3.50          | 3.65                          | 3.80                   | 3.90               | 4.00               | 4.10         | 4.20 | 4.30                                 | 4.40 | 4.50 | ανά 10εκ έως 5.00 και μετά ανά 5 εκ. |         |         |
|             |      | ΟΡΙΟ ΒΑΘΜ Κ20 | ΟΡΙΟ ΠΡΟΚΡ Κ18<br>ΟΡΙΟ ΒΑΘΜ Γ |                        | ΟΡΙΟ ΠΡΟΚΡ Κ20/Κ23 | ΟΡΙΟ ΠΡΟΚΡ Γ       |              |      |                                      |      |      |                                      |         |         |
| ΕΠΙ ΚΟΝΤΩ Γ | 2.60 | 2.80          | 3.00                          | 3.10                   | 3.20               | 3.30               | 3.40         | 3.50 | ανά 10εκ έως 4.00 και μετά ανά 5 εκ. |      |      |                                      |         |         |

ΣΗΜΕΙΩΣΗ: Οι διοργανώτριες Ε.Α.Σ. εάν το επιθυμούν, μπορούν να ξεκινήσουν ένα αγώνισμα από χαμηλότερο ύψος, αλλά στη συνέχεια πρέπει να ακολουθούν υποχρεωτικά τα παραπάνω διαδοχικά ύψη.

## Β. ΔΙΑΣΥΛΛΟΓΙΚΟΙ ΑΓΩΝΕΣ Κ20 (ΑΝΔΡΩΝ – ΓΥΝΑΙΚΩΝ) «2006 – 2009»:

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

Οι διασυλλογικοί αγώνες Κ20 (Α/Γ) περιλαμβάνουν μόνο ατομικά αγωνίσματα και όχι σκυταλοδρομίες.

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

- Ενιαία κατάταξη αποτελεσμάτων και ενιαία κάλυψη εξόδων μετακίνησης, εκτός από τα 4 αγωνίσματα της κατηγορίας Κ20 Ανδρών (2006 – 2009): 110μ.Εμπ. (0,99 εκ) – Σφαιροβολία (6κ) – Δισκοβολία (1.750γρ.) – 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, 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 (1.750γρ.) – 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 1:** Οι αθλητές (2006 – 2007) που θα συμμετάσχουν στα 4 αγωνίσματα της κατηγορίας K20 (Ανδρών): 110μ.Εμπ. (0,99εκ.) – Σφαιροβολία (6κ.) – 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 στα 110μ.Εμπ. K20 (Α), δεν μπορεί να συμμετάσχει και στα 110μ.Εμπ. 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 (7.260γρ.), αλλά σε αυτή την περίπτωση **δεν έχουν δικαίωμα να δηλωθούν και να συμμετάσχουν και στα ίδια αγωνίσματα της κατηγορίας K20 (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 K20 «Α» (1.750γρ.).**

### **3) ΚΑΤΗΓΟΡΙΕΣ ΚΑΙ ΗΛΙΚΙΕΣ ΠΟΥ ΣΥΜΜΕΤΕΧΟΥΝ ΚΑΙ ΑΞΙΟΛΟΓΟΥΝΤΑΙ:**

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

|                  |             |
|------------------|-------------|
| <b>K20 (Α/Γ)</b> | 2006 - 2007 |
| <b>K18 (Α/Γ)</b> | 2008 - 2009 |

### **4) ΑΡΙΘΜΗΤΙΚΗ ΣΥΜΜΕΤΟΧΗ ΣΤΑ ΑΓΩΝΙΣΜΑΤΑ ΓΙΑ ΤΟΥΣ ΑΘΛΗΤΕΣ – ΑΘΛΗΤΡΙΕΣ ΤΩΝ ΚΑΤΗΓΟΡΙΩΝ K20 (Α/Γ):**

**ΔΥΟ (2) Αγωνίσματα συνολικά και στους δύο διασυλλογικούς αγώνες μαζί Α - Γ και K20 (Α/Γ).**

- 1) π.χ. 1ο αγώνισμα: 100μ. Ανδρών – K20 (Α) και 2ο αγώνισμα: 110μ.Εμπ. K20 (Α).  
2). π.χ. 1ο αγώνισμα: Σφαιροβολία K20 (Α) και 2ο αγώνισμα: Δισκοβολία K20 (Α).

## **5) ΣΥΜΜΕΤΟΧΗ ΤΩΝ ΑΘΛΗΤΩΝ – ΑΘΛΗΤΡΙΩΝ ΤΗΣ ΚΑΤΗΓΟΡΙΑΣ K18 (Α/Γ) ΣΤΑ ΑΓΩΝΙΣΜΑΤΑ ΤΗΣ ΚΑΤΗΓΟΡΙΑΣ K20 (Α/Γ)**

**ΔΥΟ (2) αγωνίσματα σύμφωνα με τα παρακάτω:**

### **K18 (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

### **K18 (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 1:** Οι αθλητές – αθλήτριες της κατηγορίας K18 (Α/Γ) μπορούν να συμμετέχουν στα 5.000μ. ή στα 3.000μ.Φ.Ε. και ως δεύτερο αγώνισμα να επιλέξουν ένα άλλο αγώνισμα από τα παραπάνω.

## **6) ΒΑΘΜΟΛΟΓΙΑ – ΑΞΙΟΛΟΓΗΣΗ:**

**α) ΣΥΜΜΕΤΕΧΟΥΝ, ΒΑΘΜΟΛΟΓΟΥΝΤΑΙ – ΑΞΙΟΛΟΓΟΥΝΤΑ 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 K20 (Α/Γ).

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

Α) Ενιαία Κατάταξη και κάλυψη εξόδων

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

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

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

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

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

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

2ος 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 - τρεις 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 - τρεις 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).

| ΕΑΝ ΠΕΤΥΧΟΥΝ ΤΑ ΟΡΙΑ ΚΑΙ ΒΑΘΜΟΛΟΓΟΥΝΤΑΙ: | Η ΚΛΙΜΑΚΑ ΒΑΘΜΟΛΟΓΙΑΣ ΓΙΑ ΤΟΥΣ Κ20 (2006 - 2009) ΘΑ ΕΙΝΑΙ |  |
|------------------------------------------|-----------------------------------------------------------|--|
|                                          | ΣΤΑ ΑΤΟΜΙΚΑ ΑΓΩΝΙΣΜΑΤΑ                                    |  |
| 16                                       | 13-11-10-9-8-7-6-5-4-3-2-1-1-1-1-1                        |  |
| 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 (1) 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 - τρεις 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 - τρεις του αγωνίσματος 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 >>       | 5.40μ. | >>     | 11 |
| 3η >>       | 4.95μ. | >>     | 2  |
| 4η >>       | 4.90μ. | >>     | 1  |
| 5η >>       | 4.69μ. | >>     |    |

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) ΚΟΙΝΕΣ ΔΙΑΤΑΞΕΙΣ ΠΟΥ ΑΦΟΡΟΥΝ ΟΛΟΥΣ ΤΟΥΣ ΟΜΙΛΟΥΣ ΤΩΝ ΔΙΑΣΥΛΛΟΓΙΚΩΝ ΑΓΩΝΩΝ Α/Γ ΚΑΙ Κ20 (Α/Γ)**

### **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 - τρια, να είναι ο όμιλος που ανήκει απαραίτητα η πόλη της μόνιμης κατοικίας του (φοιτητής, εργαζόμενος κ.λπ.)
- 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 – τρεις που συμμετέχουν σε διαφορετικό όμιλο από τον όμιλο που συμμετέχει το σωματείο τους, βαθμολογούνται - αξιολογούνται σύμφωνα με τα παρακάτω:

1) Κάθε αθλητής – τρια και για κάθε αγώνισμα που πετυχαίνει το όριο υψηλής προिमодότησης, βαθμολογείται με 7 βαθμούς αξιολόγησης, ανεξάρτητα με τη θέση κατάταξής του στα αγωνίσματα.

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

π.χ. Ο αθλητής Α΄ στα 100μ. πετυχαίνει το όριο υψηλής προिमодότησης 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.**

## **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.λπ.).

Σε κάθε αγώνισμα και σύμφωνα με την ενιαία κατάταξη, θα βαθμολογούνται – αξιολογούνται οι 12 καλύτερες 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 (7.260γρ.) – 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 (2005 – 2007).

## **3) ΔΙΚΑΙΩΜΑ ΣΥΜΜΕΤΟΧΗΣ ΣΤΟΥΣ ΑΓΩΝΕΣ:**

Στους Αγώνες δικαίωμα συμμετοχής έχουν αθλητές και αθλήτριες για τους οποίους έχει εκδοθεί ΔΕΛΤΙΟ ΑΘΛΗΤΙΚΗΣ ΙΔΙΟΤΗΤΑΣ και είναι ενεργό (έχει εκδοθεί\* ή ανανεωθεί κατά την τρέχουσα αγωνιστική περίοδο σύμφωνα με τις δηλώσεις των σωματείων) και 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 31/12/2024 (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 31/12/2024.

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

Τα σωματεία έχουν δικαίωμα να συμμετέχουν, με απεριόριστο αριθμό αθλητών- τριών σε κάθε αγώνισμα και με μία ομάδα σε κάθε σκυταλοδρομία.

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

#### **\* 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., 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).

#### **4) 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 & Κ20 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) K20 (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.

## **5) ΔΗΛΩΣΕΙΣ ΣΥΜΜΕΤΟΧΗΣ:**

α) Για τη συμμετοχή στους αγώνες απαιτείται η υποβολή δήλωσης συμμετοχής με την οποία το σωματείο δηλώνει ανεπιφύλακτα, ότι αποδέχεται τους όρους της προκήρυξης των διασυλλογικών αγώνων Ανδρών - Γυναικών και την εφαρμογή των κανονισμών του Σ.Ε.Γ.Α.Σ.

β) Οι δηλώσεις συμμετοχής πρέπει να σταλούν στην Ε.Α.Σ. Σ.Ε.Γ.Α.Σ. ΑΘΗΝΑΣ ΜΟΝΟ ηλεκτρονικά μέχρι την ΔΕΥΤΕΡΑ 12/5/2025 και ώρα 22:00 με e-mail και στη διεύθυνση: [easathinas2014@gmail.com](mailto:easathinas2014@gmail.com) χρησιμοποιώντας αποκλειστικά και μόνο το συνημμένο αρχείο excel (ΚΕΦΑΛΑΙΑ, γράφουμε πρώτα το επώνυμο και μετά το όνομα. Όχι χειρόγραφες και σκαναρισμένες ούτε και σε μορφή pdf).

Σε οποιαδήποτε άλλη μορφή, θα θεωρείται άκυρη !!!

Μετά την παρέλευση της προθεσμίας αυτής, δε θα επιτρέπεται καμία αλλαγή, ούτε ΣΥΜΠΛΗΡΩΜΑΤΙΚΗ δήλωση και για κανένα λόγο.

γ) Οι δηλώσεις συμμετοχής πρέπει να είναι υπογεγραμμένες από τον πρόεδρο, τον γενικό γραμματέα και να στέλνονται από το e-mail του σωματείου ή του εκπροσώπου του σωματείου.

**δ) ΔΙΕΥΚΡΙΝΙΣΕΙΣ 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 συμμετάσχουν, 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 σε κάθε περίπτωση, η δήλωση των αθλητών–τριών 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 2005 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 – τρία δεν μπορεί να αγωνιστεί σε παραπάνω αγωνίσματα από αυτά που αριθμητικά προβλέπονται για την κατηγορία του.**

## **6) ΕΞΟΔΑ ΜΕΤΑΚΙΝΗΣΗΣ:**

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

### **A) 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 τους που κατέλαβαν τις θέσεις 1η – 3η της ενιαίας κατάταξης Α/Γ και Κ20 (Α/Γ) και πέτυχαν αντίστοιχα τα όρια βαθμολόγησης – καταβολής εξόδων της ηλικιακής κατηγορίας που ανήκουν Α/Γ ή Κ20 (Α/Γ), 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 ένα τουλάχιστον αθλητή – τρία στις θέσεις κατάταξης 1η – 3η ενός αγωνίσματος (που φυσικά πέτυχε και τα όρια βαθμολόγησης – καταβολής εξόδων) και το σωματείο συμμετείχε στους αγώνες με 3 τουλάχιστον αθλητές – τρεις συνολικά.

4) Τα έξοδα μετακίνησης καλύπτονται μία φορά για κάθε αθλητή.

## **7) ΓΕΝΙΚΕΣ ΔΙΑΤΑΞΕΙΣ:**

- ✓ Οι δρόμοι θα διεξαχθούν σε Τελικό ή σε Τελικές Σειρές με ηλεκτρονική χρονομέτρηση.
- ✓ Τα Άλματα & οι Ρίψεις σε Τελικούς όπως προβλέπουν οι Κανονισμοί.
- ✓ Το αγώνισμα του Άλματος Τριπλούν Ανδρών θα διεξαχθεί από βαλβίδα 11.00μ και 13.00μ. και το αγώνισμα του Άλματος Τριπλούν Γυναικών από βαλβίδα 9.00μ. και 11.00μ.
- ✓ Τα αγωνίσματα Ρίψεων θα διεξαχθούν με όργανα της διοργανώτριας αρχής. Όσοι αθλητές-τριες θέλουν να χρησιμοποιήσουν δικά τους όργανα, θα πρέπει μία ώρα πριν την έναρξη του αγωνίσματος να τα παραδώσουν για έλεγχο και έγκριση στον Έφορο ρίψεων ή τον Γυμνασάρχο
- ✓ Όλα τα αγωνίσματα θα διεξαχθούν κανονικά εφόσον συμμετέχει έστω και ένας αθλητής – τρία ή ομάδα σκυταλοδρομίας.

## **8) ΚΑΝΟΝΙΣΜΟΙ:**

Στους αγώνες θα ισχύσουν οι κανονισμοί στίβου της WA και του ΣΕΓΑΣ.

## **9) ΕΠΑΘΛΑ:**

Στους τρεις πρώτους νικητές – νικήτριες των ατομικών και ομαδικών αγωνισμάτων, καθώς και στα τρία πρώτα σωματεία της βαθμολογίας ξεχωριστά για τα αγόρια και για τα κορίτσια, θα απονέμονται μετάλλια και διπλώματα, σύμφωνα με το υγειονομικό πρωτόκολλο των αγώνων.

Οι απονομές των επάθλων στους αθλητές - αθλήτριες και στα σωματεία, θα γίνονται ξεχωριστά για κάθε ηλικιακή κατηγορία Α/Γ και Κ20 (Α/Γ).

## **10) ΚΥΡΩΣΕΙΣ:**

Η Επιτροπή Αναπτυξιακού και 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 διάφορους 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 – τρία με την αντικανονική συμμετοχή στο 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 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 - 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.

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.

#### **ΠΡΟΣΟΧΗ**

Μετά το τέλος των αγώνων οι διοργανώτριες Ε.Α.Σ. υποχρεούνται, εάν υπάρχουν ακυρώσεις, να ενημερώσουν το Σ.Ε.Γ.Α.Σ. για να επιβληθούν οι προβλεπόμενες κυρώσεις.

#### **11) ΠΙΣΤΟΠΟΙΗΣΗ ΥΓΕΙΑΣ ΑΘΛΗΤΩΝ – ΑΘΛΗΤΡΙΩΝ ΚΑΙ ΙΑΤΡΙΚΗ ΚΑΛΥΨΗ:**

Α) Με φροντίδα και 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.**

► Οι υπεύθυνοι της αίθουσας κλήσης θα ελέγχουν τα δελτία των αγωνιζομένων και τις κάρτες υγείας των αθλητών – αθλητριών και δεν θα καταχωρούν στα πινάκια κανένα αθλητή – αθλήτρια ο οποίος δεν έχει πιστοποίηση υγείας, σύμφωνα με τις ισχύουσες διατάξεις.

**ΣΕ ΚΑΘΕ ΠΕΡΙΠΤΩΣΗ ΟΜΩΣ, ΓΙΑ ΤΑ ΘΕΜΑΤΑ ΥΓΕΙΑΣ ΑΥΤΩΝ ΤΩΝ ΑΘΛΗΤΩΝ – ΤΡΙΩΝ ΑΛΛΑ ΚΑΙ ΓΙΑ ΚΑΘΕ ΠΙΘΑΝΟ ΠΡΟΒΛΗΜΑ ΠΟΥ ΘΑ ΠΑΡΟΥΣΙΑΣΤΕΙ ΚΑΤΑ ΤΗ ΔΙΑΡΚΕΙΑ ΤΩΝ ΑΓΩΝΩΝ ΚΑΙ ΟΦΕΙΛΕΤΑΙ ΣΕ ΕΛΛΕΙΨΗ ΠΡΟΛΗΠΤΙΚΟΥ ΙΑΤΡΙΚΟΥ ΕΛΕΓΧΟΥ, ΕΙΝΑΙ ΥΠΕΥΘΥΝΟΣ Ο ΕΚΠΡΟΣΩΠΟΣ ΤΟΥ ΣΩΜΑΤΕΙΟΥ ΚΑΙ Ο ΠΡΟΠΟΝΗΤΗΣ ΠΟΥ ΔΗΛΩΝΕΙ ΑΥΤΟΥΣ ΤΟΥΣ ΑΘΛΗΤΕΣ ΚΑΙ ΣΕ ΚΑΜΙΑ ΠΕΡΙΠΤΩΣΗ Η ΔΙΟΡΓΑΝΩΤΡΙΑ Ε.Α.Σ. Σ.Ε.Γ.Α.Σ. ΠΕΙΡΑΙΑ ΚΑΙ ΝΟΤΙΟΔΥΤΙΚΗΣ ΑΤΤΙΚΗΣ.**

#### **Δ) ΔΙΑΔΙΚΑΣΙΑ ΠΡΟΚΡΙΣΗΣ ΚΑΙ ΣΥΜΜΕΤΟΧΗΣ ΣΤΑ ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΑ ΠΡΩΤΑΘΛΗΜΑΤΑ Α-Γ & Κ23 (ΕΝΙΑΙΟ ΟΡΓΑΝΩΤΙΚΟ), Κ20 & Κ18:**

Οι αθλητές – τριες της κατηγορίας Α-Γ και Κ23 μπορούν να συμμετέχουν στα αντίστοιχα Πανελλήνια πρωταθλήματα σε 3 συνολικά αγωνίσματα ανεξάρτητα από τον χαρακτήρα που θα έχουν, ατομικά ή ομαδικά, με την προϋπόθεση όμως ότι μπορούν να συμμετέχουν σε 2 το ανώτερο ατομικά αγωνίσματα την ίδια ημέρα.

Π.χ. Μπορούν να συμμετέχουν την ίδια ημέρα σε 2 ατομικά και 1 σκυταλοδρομία. Δεν μπορούν να συμμετέχουν την ίδια ημέρα σε 3 ατομικά αγωνίσματα

Οι διασυλλογικοί αγώνες Ανδρών - Γυναικών αποτελούν **αγώνες πρόκρισης για τα πανελλήνια πρωταθλήματα** όπως και όλοι οι αγώνες που είναι ενταγμένοι στο καλεντάρι της ομοσπονδίας ή των Ε.Α.Σ.

Από τους διασυλλογικούς αγώνες όλων των ομίλων, θα προκριθούν για τα πανελλήνια πρωταθλήματα Α-Γ, Κ23, Κ20, Κ18 οι αθλητές – αθλήτριες που θα πετύχουν τα αντίστοιχα όρια.

Για να συμμετέχουν οι αθλητές – αθλήτριες στα παραπάνω πανελλήνια πρωταθλήματα, πρέπει να έχουν εξασφαλίσει μία από τις παρακάτω προϋποθέσεις:

1) Να έχουν πετύχει τα αντίστοιχα όρια πρόκρισης το 2025, στους επίσημους αγώνες που συμπεριλαμβάνονται στο καλεντάρι του Σ.Ε.Γ.Α.Σ. ή των Ε.Α.Σ.

2) Να έχουν καταταγεί στη δωδεκάδα του αντίστοιχου ατομικού αγωνίσματος στο πανελλήνιο πρωτάθλημα (K18, K20, K23, A-Γ) που αγωνίστηκαν την προηγούμενη χρονιά

Για αθλητές-τριες γενν. το 2009 που αγωνίστηκαν την προηγούμενη χρονιά στο ΠΑΝΕΛ.ΠΡΩΤΑΘΛΗΜΑ K16, για τη συμμετοχή τους στα ΠΑΝΕΛ.ΠΡΩΤΑΘΛΗΜΑΤΑ K18 και K20 λαμβάνεται υπ όψη η 12αδα και από τους 2 ομίλους συνολικά.

3) Η επίδοση τους την προηγούμενη χρονιά 2024 να είναι στις 15 καλύτερες επιδόσεις στην κατηγορία τους, στο αντίστοιχο όμως αγώνισμα και κατηγορία που επιθυμούν να συμμετάσχουν το 2025.

4) Οι συμμετοχές στις σκυταλοδρομίες και στα σύνθετα αγωνίσματα θα είναι ελεύθερες.

5) Η πρόκριση στο πανελλήνιο πρωτάθλημα K20 **(2006 – 2009)** στα παρακάτω αγωνίσματα, όπου θα ισχύουν όρια πρόκρισης για τη συμμετοχή των αθλητών – τριών, αλλά επιπλέον, θα δίνεται η δυνατότητα να συμμετέχουν και χωρίς όριο, ώστε να εξασφαλιστεί η σωστή διεξαγωγή του αγωνίσματος:

K20 (Ανδρών): 3.000μ. - Δέκαθλο – 4 X 100μ. – 4 X 400μ.

K 20 (Γυναικών): 3.000μ. – 3.000μ. Φ.Ε. - Έπταθλο - 4 X100μ. – 4 X400μ.

6) **ΠΡΟΣΟΧΗ:** Εκτός από τους παραπάνω και **ΜΟΝΟ για τους αθλητές που είναι μέχρι 27 ετών και μικρότεροι – ρες «1998 – 1999 – 2000 κ.λπ.»,** κάθε σύλλογος μπορεί να δηλώσει επιπλέον τους παρακάτω αθλητές - τριες, χωρίς όρια και προϋποθέσεις συμμετοχής:

- **ΔΥΟ (2)** αθλητές - τριες που δεν πληρούν τις παραπάνω προϋποθέσεις, εάν 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), εάν 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), εάν από τον σύλλογο αυτόν έχουν προκριθεί από **9 και πάνω** αθλητές-τριες συνολικά.

#### **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: 20.000μ. Βάδην Α/Γ – K23 τα σωματεία έχουν δικαίωμα να δηλώσουν συνολικά μέχρι 2 το ανώτερο αθλητές – αθλήτριες χωρίς όριο στο καθ' ένα από αυτά (π.χ. στο 20.000μ. Βάδην Α/Γ- K23, συνολικά δύο αθλητές -τριες).

### **Ε) 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 K20 (Α/Γ).

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, περιγράφεται στην Γενική Προκήρυξη Διασυλλογικών αγώνων και Πανελληνίων πρωταθλημάτων 2025. Στην ειδική προκήρυξη των Εαρινών αγώνων θα αναφέρονται όλες οι αντίστοιχες τεχνικές διατάξεις.

## 12) ΑΙΘΟΥΣΑ ΚΛΗΣΗΣ

✓ Θα έχουν καταγραφεί σύμφωνα με τις δηλώσεις συμμετοχής των Σωματείων **ΛΙΣΤΕΣ ΑΝΑ ΑΓΩΝΙΣΜΑ (STARTING LISTS)**.

✓ Οι αθλητές – τριες πρέπει να οριστικοποιούν τη συμμετοχή τους. ΜΙΑ ΩΡΑ τουλάχιστον πριν από τη διεξαγωγή του αγωνίσματός τους, με αυτοπρόσωπη παρουσία στην ΑΙΘΟΥΣΑ ΚΛΗΣΗΣ, δείχνοντας το ΔΕΛΤΙΟ τους και την Ατομική Κάρτα Υγείας στον υπεύθυνο κριτή για τον έλεγχο.

✓ Μετά την ολοκλήρωση της παρουσίασης των αθλητών – τριων στην ΑΙΘΟΥΣΑ ΚΛΗΣΗΣ, θα γράφεται το αντίστοιχο ΠΙΝΑΚΙΟ με τα ονόματα ΜΟΝΟ των αθλητών – τριών που πραγματικά θα συμμετάσχουν στο αγώνισμα και που φυσικά αναφέρονται στην ΑΡΧΙΚΗ ΔΗΛΩΣΗ ΣΥΜΜΕΤΟΧΗΣ του σωματείου τους.

✓ Οι αθλητές – τριες θα εισέρχονται στον αγωνιστικό χώρο 15' - 20' πριν από το αγώνισμά τους και θα παρουσιάζουν στον υπεύθυνο κριτή του αγωνίσματός τους το δελτίο τους.

## 13) ΓΕΝΙΚΕΣ ΔΙΑΤΑΞΕΙΣ

α) **Συστήνεται όλοι οι αθλητές και οι αθλήτριες να φορούν τη στολή των συλλόγων τους όταν αγωνίζονται.**

β) **Δεν επιτρέπεται η συμμετοχή ΕΚΤΟΣ ΣΥΝΑΓΩΝΙΣΜΟΥ.**

γ) **Τα Διασυλλογικά πρωταθλήματα αποτελούν πρόκριση και συνέχεια για τα Πανελλήνια πρωταθλήματα.**

δ) **Ότι δεν προβλέπεται από την προκήρυξη θα λύνεται από τον Αλυτάρχη και των αγώνων και τους Τεχνικούς Υπεύθυνους των Αγώνων.**

ε) **Τεχνικοί Υπεύθυνοι των αγώνων ορίζονται:** Οι κ. κ. Στέφανος Ματάκης, Επιτελικός Τεχνικός Ανάπτυξης Σ.Ε.Γ.Α.Σ, Χρύσανθος Καρούζος Τεχνικός Σύμβουλος της ΕΑΣ ΣΕΓΑΣ ΑΘΗΝΑΣ και η κ. Βασιλική Σκαράκη Τεχνικός Σύμβουλος ΕΑΣ ΣΕΓΑΣ ΠΕΙΡΑΙΑ & ΝΟΤΙΟΔΥΤΙΚΗΣ ΑΤΤΙΚΗΣ

Τεχνικός Υπεύθυνος της εγκατάστασης ορίζεται ο κ. Γεώργιος Οικονομίδης, Τεχνικός Σύμβουλος του ΣΕΓΑΣ και Δ/ντής εγκατάστασης στο ΕΑΚΝ Αγ. Κοσμά.

Στ) **Γιατρος των αγώνων ορίζεται ο κ. ....**

### **Ο ΣΗΜΕΙΩΣΗ ΓΙΑ ΤΑ 5.000μ.:**

Τα 5.000μ. Ανδρών και Γυναικών θα πραγματοποιηθούν την Κυριακή 18 Μαΐου σε κοινό οργανωτικό με την ΕΑΣ ΣΕΓΑΣ ΠΕΙΡΑΙΑ & ΝΟΤΙΟΔΥΤΙΚΗΣ ΑΤΤΙΚΗΣ. Στις σειρές θα μετέχουν οι εικοσιπέντε (25) καλύτερες επιδόσεις των δύο (2) τελευταίων χρόνων, τόσο στους Άνδρες όσο και στις Γυναίκες και θα υπάρξει ηλεκτρονική χρονομέτρηση (chip). Σε περίπτωση που υπάρξουν δηλώσεις πέραν του προαναφερόμενου αριθμού και λόγω εύρυθμης ροής του ωρολογίου προγράμματος, την Παρασκευή 16 Μαΐου και ώρα 5.00μ.μ. θα γίνουν οι υπόλοιπες σειρές.

Με βάση την παράγραφο 3 (σελ. 11) της προκήρυξης, οι αθλητές-τριες θα πρέπει να καταθέσουν το παράβολο (ακέραιο ποσό) που ορίζεται, στο λογαριασμό της ΕΑΣ ΣΕΓΑΣ ΑΘΗΝΑΣ (IBAN ALPHA GR7501403420342002002002797) ταυτόχρονα με τη δήλωση συμμετοχής να αποσταλεί και το αποδεικτικό κατάθεσης.

Δήλωση που δεν πληροί τις παραπάνω προϋποθέσεις δεν θα γίνεται δεκτή.

Για το Δ.Σ. της ΕΑΣ ΣΕΓΑΣ Αθήνας

Ο Πρόεδρος



Χαράλαμπος Γεωργακόπουλος



Ο Γεν. Γραμματέας



Κωνσταντίνος Πιτερίδης

ΣΥΝΗΜΜΕΝΑ:

1. Πρόγραμμα αγώνων.
2. Πίνακας 1.& 2. Δικαίωμα συμμετοχής ανάλογα με το έτος γέννησης.
3. Πίνακας 3. Όρια βαθμολόγησης K20 Ανδρών
4. Πίνακας 4. Όρια βαθμολόγησης K20 Γυναικών
5. Πίνακας 5. Όρια βαθμολόγησης Ανδρών
6. Πίνακας 6. Όρια βαθμολόγησης Γυναικών
7. Πίνακας 7. Αγωνιστική εμφάνιση συλλόγων
8. Πίνακας 8. Αντικείμενα που δεν επιτρέπεται στον αγωνιστικό χώρο
9. Πίνακας 9. Πάχος σόλας αγωνιστικού παπουτσιού



**ΔΙΑΣΥΛΛΟΓΙΚΟΥ ΠΡΩΤΑΘΛΗΜΑΤΟΣ ΑΝΔΡΩΝ – ΓΥΝΑΙΚΩΝ**  
**6<sup>ου</sup> ΟΜΙΛΟΥ ΕΑΣ ΣΕΓΑΣ ΑΘΗΝΑΣ**  
**ΕΑΚΝ ΑΓ. ΚΟΣΜΑ ΣΑΒΒΑΤΟ ΠΡΩΙ 17 ΜΑΪΟΥ 2025**

**ΠΡΟΣΟΧΗ**

**Το ωρολόγιο πρόγραμμα των αγώνων μπορεί να αλλάξει με το πέρας των δηλώσεων συμμετοχής !!!**

| ΩΡΑ   | ΔΡΟΜΟΙ             | ΑΛΜΑΤΑ            | ΡΙΨΕΙΣ              |
|-------|--------------------|-------------------|---------------------|
| 09:00 | 100m ΕΜΠ. ΓΥΝΑΙΚΩΝ |                   |                     |
| 09:15 | 110m ΕΜΠ.ΑΝΔΡΩΝ    |                   |                     |
| 09:30 | 1500m ΓΥΝΑΙΚΩΝ     |                   | ΑΚΟΝΤΙΣΜΟΣ ΓΥΝΑΙΚΩΝ |
| 10:00 | 1500m ΑΝΔΡΩΝ       | ΜΗΚΟΣ ΑΝΔΡΩΝ      |                     |
| 10:45 | 100m ΓΥΝΑΙΚΩΝ      |                   |                     |
| 11:00 |                    | ΕΠΙ ΚΟΝΤΩ ΑΝΔΡΩΝ  | ΔΙΣΚΟΒΟΛΙΑ ΑΝΔΡΩΝ   |
| 11:30 | 100m ΑΝΔΡΩΝ        | ΥΨΟΣ ΑΝΔΡΩΝ       |                     |
| 12:00 | 400m ΓΥΝΑΙΚΩΝ      | ΤΡΙΠΛΟΥΝ ΓΥΝΑΙΚΩΝ |                     |
| 12:30 | 400m ΑΝΔΡΩΝ        |                   | ΣΦΑΙΡΟΒΟΛΙΑ ΑΝΔΡΩΝ  |
| 13:10 | 4X100 ΓΥΝΑΙΚΩΝ     |                   |                     |
| 13:30 | 4X100 ΑΝΔΡΩΝ       |                   |                     |
|       |                    |                   |                     |
|       |                    |                   |                     |

**ΤΑ ΑΓΩΝΙΣΜΑΤΑ: ΣΦΥΡΟΒΟΛΙΑ ΓΥΝΑΙΚΩΝ - 3.000Μ. Φ.Ε. ΑΝΔΡΩΝ ΚΑΙ ΓΥΝΑΙΚΩΝ ,ΚΑΙ 10.000Μ. ΒΑΔΗΝ ΑΝΔΡΩΝ ΚΑΙ ΓΥΝΑΙΚΩΝ** ΘΑ ΔΙΕΞΑΧΘΟΥΝ ΤΟ ΣΑΒΒΑΤΟ ΤΟ ΑΠΟΓΕΥΜΑ 17 ΜΑΪΟΥ 2025 ΣΕ ΚΟΙΝΟ

**ΟΡΓΑΝΩΤΙΚΟ ΜΕ ΤΗΝ ΕΑΣ ΠΕΙΡΑΙΑ & ΝΟΤΙΟΔΥΤΙΚΗΣ ΑΤΤΙΚΗΣ ΤΙΣ ΠΑΡΑΚΑΤΩ ΩΡΕΣ:**

**15:00 ΣΦΥΡΟΒΟΛΙΑ ΓΥΝΑΙΚΩΝ**

**19:20 3.000Μ. Φ.Ε. ΓΥΝΑΙΚΩΝ**

**19:40 3.000Μ. Φ.Ε. ΑΝΔΡΩΝ**

**20:00 10.000Μ. ΒΑΔΗΝ ΑΝΔΡΩΝ – ΓΥΝΑΙΚΩΝ**



**ΔΙΑΣΥΛΛΟΓΙΚΟ ΠΡΩΤΑΘΛΗΜΑ ΑΝΔΡΩΝ - ΓΥΝΑΙΚΩΝ**  
**6ου ΟΜΙΛΟΥ**

**Ε.Α.Κ.Ν. ΑΓΙΟΥ ΚΟΣΜΑ**

**ΚΥΡΙΑΚΗ ΑΠΟΓΕΥΜΑ 18 ΜΑΪΟΥ 2025**

| ΩΡΑ          | ΔΡΟΜΟΙ                    | ΑΛΜΑΤΑ                               | ΡΙΨΕΙΣ                      |
|--------------|---------------------------|--------------------------------------|-----------------------------|
| 14:30        |                           |                                      | <b>ΣΦΥΡΟΒΟΛΙΑ ΑΝΔΡΩΝ</b>    |
| 15:30        | <b>400m ΕΜΠ. ΓΥΝΑΙΚΩΝ</b> |                                      | <b>ΔΙΣΚΟΒΟΛΙΑ ΓΥΝΑΙΚΩΝ</b>  |
| 15:45        | <b>400m ΕΜΠ. ΑΝΔΡΩΝ</b>   |                                      |                             |
| 16:00        | <b>200m ΓΥΝΑΙΚΩΝ</b>      | <b>ΤΡΙΠΛΟΥΝ ΑΝΔΡΩΝ</b>               |                             |
| 16:45        | <b>200m ΑΝΔΡΩΝ</b>        |                                      |                             |
| <b>17:00</b> |                           | <b>ΕΠΙ ΚΟΝΤΩ ΓΥΝΑΙΚΩΝ</b>            | <b>ΣΦΑΙΡΟΒΟΛΙΑ ΓΥΝΑΙΚΩΝ</b> |
| <b>17:30</b> |                           | <b>ΜΗΚΟΣ ΓΥΝΑΙΚΩΝ<br/>(Α ΓΚΡΟΥΠ)</b> |                             |
| 17:30        | <b>800m ΓΥΝΑΙΚΩΝ</b>      | <b>ΥΨΟΣ ΓΥΝΑΙΚΩΝ</b>                 |                             |
| 17:50        | <b>800m ΑΝΔΡΩΝ</b>        |                                      | <b>ΑΚΟΝΤΙΣΜΟΣ ΑΝΔΡΩΝ</b>    |
| 18:30        | <b>4X400 ΓΥΝΑΙΚΩΝ</b>     |                                      |                             |
| 18:45        | <b>4X400 ΑΝΔΡΩΝ</b>       | <b>ΜΗΚΟΣ ΓΥΝΑΙΚΩΝ Β'</b>             |                             |
| 19:00        | <b>5.000m ΓΥΝΑΙΚΩΝ</b>    |                                      |                             |
| 19:30        | <b>5.000m ΑΝΔΡΩΝ</b>      |                                      |                             |

**Σημείωση:1.** **Η Σφυροβολία ΑΝΔΡΩΝ** θα γίνει την Κυριακή 18/5/2025 ΩΡΑ 14:30 ΣΕ ΚΟΙΝΟ ΟΡΓΑΝΩΤΙΚΟ ΜΕ ΤΗΝ ΕΑΣ ΠΕΙΡΑΙΑ & ΝΟΤΙΟΔΥΤΙΚΗΣ ΑΤΤΙΚΗΣ.

**2.** Τα αγωνίσματα **5000μ. Γυναικών** και **5000μ. Ανδρών** θα διεξαχθούν την Κυριακή το Απογευμα 19:00 και 19:30 αντίστοιχα ΣΕ ΚΟΙΝΟ ΟΡΓΑΝΩΤΙΚΟ ΜΕ ΤΗΝ ΕΑΣ ΠΕΙΡΑΙΑ & ΝΟΤΙΟΔΥΤΙΚΗΣ ΑΤΤΙΚΗΣ

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

| <b>ΑΓΩΝΙΣΜΑ</b>      | <b>ΑΝΔΡΩΝ</b>        | <b>ΓΥΝΑΙΚΩΝ</b>      |
|----------------------|----------------------|----------------------|
| 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 -<br>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**

| <b>ΑΓΩΝΙΣΜΑ</b>            | <b>ΑΝΔΡΩΝ</b> | <b>ΓΥΝΑΙΚΩΝ</b> |
|----------------------------|---------------|-----------------|
| 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

| <b>K20</b>        | <b>ΟΡΙΑ<br/>ΒΑΘΜΟΛΟΓΗΣΗΣ<br/>ΔΙΑΣΥΛΛΟΓΙΚΟΥ<br/>Κ20 ΑΝΔΡΩΝ</b> | <b>ΟΡΙΑ<br/>ΥΨΗΛΗΣ<br/>ΠΡΙΜΟΔΟΤΗΣΗΣ -<br/>ΠΡΟΚΡΙΣΗΣ<br/>ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΟΥ<br/>Κ20 ΑΝΔΡΩΝ</b> | <b>ΟΡΙΑ<br/>ΒΑΘΜΟΛΟΓΗΣΗΣ<br/>&amp; ΚΑΤΑΒΟΛΗΣ<br/>ΕΞΟΔΩΝ<br/>ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΩΝ<br/>Κ20 ΑΝΔΡΩΝ</b> |
|-------------------|---------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------|
|                   | <b>2025</b>                                                   | <b>2025</b>                                                                            | <b>2025</b>                                                                                |
| <b>ΑΓΩΝΙΣΜΑΤΑ</b> | <b>ΕΠΙΔΟΣΗ</b>                                                | <b>ΕΠΙΔΟΣΗ</b>                                                                         | <b>ΕΠΙΔΟΣΗ</b>                                                                             |
| 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                                                                                    |
| 1500              | 4.34.14                                                       | 4.14.14                                                                                | 4.18.14                                                                                    |
| 3000              |                                                               |                                                                                        | 9.55.14                                                                                    |
| 5000              | 17.53.14                                                      | 16.17.14                                                                               | 16.48.14                                                                                   |
| 3000ΦΕ            | 11.38.14                                                      | 10.33.14                                                                               | 10.53.14                                                                                   |
| 110Ε              | 17.14                                                         | 16.14                                                                                  | 16.94                                                                                      |
| 400Ε              | 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                                                                                       |
| 10000Β            | 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**

| <b>K20</b>        | <b>ΟΡΙΑ<br/>ΒΑΘΜΟΛΟΓΗΣΗΣ<br/>ΔΙΑΣΥΛΛΟΓΙΚΟΥ<br/>Κ20 ΓΥΝΑΙΚΩΝ</b> | <b>ΟΡΙΑ<br/>ΥΨΗΛΗΣ<br/>ΠΡΙΜΟΔΟΤΗΣΗΣ -<br/>ΠΡΟΚΡΙΣΗΣ<br/>ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΟΥ<br/>Κ20 ΓΥΝΑΙΚΩΝ</b> | <b>ΟΡΙΑ<br/>ΒΑΘΜΟΛΟΓΗΣΗΣ<br/>&amp; ΚΑΤΑΒΟΛΗΣ<br/>ΕΞΟΔΩΝ<br/>ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΩΝ<br/>Κ20 ΓΥΝΑΙΚΩΝ</b> |
|-------------------|-----------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------|
|                   | <b>2025</b>                                                     | <b>2025</b>                                                                              | <b>2025</b>                                                                                  |
| <b>ΑΓΩΝΙΣΜΑΤΑ</b> | <b>ΕΠΙΔΟΣΗ</b>                                                  | <b>ΕΠΙΔΟΣΗ</b>                                                                           | <b>ΕΠΙΔΟΣΗ</b>                                                                               |
| 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                                                                                      |
| 1500              | 5.46.14                                                         | 5.05.14                                                                                  | 5.14.14                                                                                      |
| 3000              |                                                                 |                                                                                          | 11.44.14                                                                                     |
| 5000              | 22.14.14                                                        | 20.38.14                                                                                 | 20.44.14                                                                                     |
| 3000ΦΕ            | 14.00.14                                                        | 13.28.14                                                                                 | 13.44.14                                                                                     |
| 100Ε              | 18.14                                                           | 17.14                                                                                    | 17.74                                                                                        |
| 400Ε              | 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                                                                                        |
| 10000Β            | 1.03.00                                                         | 1.00.00                                                                                  | 1.01.00                                                                                      |
| 4 Χ 100           |                                                                 |                                                                                          | 52.14                                                                                        |
| 4 Χ 400           |                                                                 |                                                                                          | 4.25.14                                                                                      |

**ΠΙΝΑΚΑΣ 5**
**ΟΡΙΑ ΑΝΔΡΩΝ**

| <b>ΑΝΔΡΩΝ</b> | <b>ΟΡΙΑ<br/>ΒΑΘΜΟΛΟΓΗΣΗΣ<br/>ΔΙΑΣΥΛΛΟΓΙΚΟΥ<br/>ΑΝΔΡΩΝ</b> | <b>ΟΡΙΑ<br/>ΥΨΗΛΗΣ<br/>ΠΡΙΜΟΔΟΤΗΣΗΣ<br/>ΔΙΑΣΥΛΛΟΓΙΚΟΥ<br/>ΑΝΔΡΩΝ</b> | <b>ΟΡΙΑ<br/>ΠΡΟΚΡΙΣΗΣ<br/>ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΟΥ<br/>ΑΝΔΡΩΝ</b> | <b>ΟΡΙΑ<br/>ΒΑΘΜΟΛΟΓΗΣΗΣ<br/>ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΟΥ<br/>&amp; ΚΑΤΑΒΟΛΗΣ<br/>ΕΞΟΔΩΝ<br/>ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΟΥ<br/>ΑΝΔΡΩΝ</b> |
|---------------|-----------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|               | <b>2025</b>                                               | <b>2025</b>                                                          | <b>2025</b>                                          | <b>2025</b>                                                                                            |
| 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                                                                                                |
| 1500          | 4:22.14                                                   | 4:07.14                                                              | 4:06.34                                              | 4:08.14                                                                                                |
| 5000          | 16:45.14                                                  | 15:45.14                                                             | 15:16.64                                             | 15:49.14                                                                                               |
| 10000 ^       |                                                           |                                                                      | 33:20.14                                             | 33:30.14                                                                                               |
| HMI           |                                                           |                                                                      | 1:15.14                                              | 1:16.14                                                                                                |
| MAP           |                                                           |                                                                      | 2:44.05                                              | 2:46.14                                                                                                |
| 3000ΦΕ        | 10:40.14                                                  | 10:17.14                                                             | 10:02.04                                             | 10:18.14                                                                                               |
| 110Ε          | 17.14                                                     | 16.14                                                                | 16.14                                                | 16.44                                                                                                  |
| 400Ε          | 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                                                                                                  |
| 10000Β ΔΙΑΣ   | 54:20.14                                                  | 52:00.14                                                             |                                                      |                                                                                                        |
| 20000Β        |                                                           |                                                                      | 1:50.00,00                                           | 1:50.00,00                                                                                             |
| 35000Β        |                                                           |                                                                      | 3:30.00,00                                           | 3:30.00,00                                                                                             |
| 4 X 100       | 46.04                                                     | 44.04                                                                |                                                      | 44.44                                                                                                  |
| 4 X 400       | 3:40.14                                                   | 3:30.14                                                              |                                                      | 3:33.14                                                                                                |

\*\* ΠΡΟΚΡΙΣΗ  
ΓΙΝΕΤΑΙ ΚΑΙ  
ΑΠΟ 3000μ  
8:49.21

\* ΕΛΕΥΘΕΡΗ  
ΣΥΜΜΕΤΟΧΗ  
ΧΩΡΙΣ ΟΡΙΟ  
ΔΕΝ  
ΕΠΙΤΡΕΠΕΤΑΙ

\* ΕΛΕΥΘΕΡΗ  
ΣΥΜΜΕΤΟΧΗ  
ΧΩΡΙΣ ΟΡΙΟ  
ΔΕΝ  
ΕΠΙΤΡΕΠΕΤΑΙ

\* ΕΛΕΥΘΕΡΗ  
ΣΥΜΜΕΤΟΧΗ  
ΧΩΡΙΣ ΟΡΙΟ  
ΔΕΝ  
ΕΠΙΤΡΕΠΕΤΑΙ

## ΠΙΝΑΚΑΣ 6

### ΟΡΙΑ ΓΥΝΑΙΚΩΝ

| <b>ΓΥΝΑΙΚΩΝ</b> | <b>ΟΡΙΑ<br/>ΒΑΘΜΟΛΟΓΗΣΗΣ<br/>ΔΙΑΣΥΛΛΟΓΙΚΟΥ<br/>ΓΥΝΑΙΚΩΝ</b> | <b>ΟΡΙΑ<br/>ΥΨΗΛΗΣ<br/>ΠΡΙΜΟΔΟΤΗΣΗΣ<br/>ΔΙΑΣΥΛΛΟΓΙΚΟΥ<br/>ΓΥΝΑΙΚΩΝ</b> | <b>ΟΡΙΑ<br/>ΠΡΟΚΡΙΣΗΣ<br/>ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΟΥ<br/>ΓΥΝΑΙΚΩΝ</b> | <b>ΟΡΙΑ<br/>ΒΑΘΜΟΛΟΓΗΣΗΣ<br/>ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΟΥ<br/>&amp; ΚΑΤΑΒΟΛΗΣ<br/>ΕΞΟΔΩΝ<br/>ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΟΥ<br/>ΓΥΝΑΙΚΩΝ</b> |
|-----------------|-------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                 | 2024                                                        | 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                                                                                                  |
| 1500            | 5:28.14                                                     | 5:00.14                                                                | 4:49.34                                                | 5:03.14                                                                                                  |
| 5000            | 21:14.14                                                    | 20:00.14                                                               | 18:46.14                                               | 19:35.14                                                                                                 |
| 10000 ^         |                                                             |                                                                        | 43:00.14                                               | 43:50.14                                                                                                 |
| HMI             |                                                             |                                                                        | 1:35.00                                                | 1:36.00                                                                                                  |
| MAR             |                                                             |                                                                        | 3:22.00                                                | 3:25.00                                                                                                  |
| 3000ΦΕ          | 13:52.14                                                    | 13:02.04                                                               | 12:58.14                                               | 13:14.14                                                                                                 |
| 100Ε            | 17.74                                                       | 16.74                                                                  | 16.74                                                  | 16.94                                                                                                    |
| 400Ε            | 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                                                                                                    |
| 10000Β ΔΙΑΣ     | 1:01.00,14                                                  | 58:00.14                                                               |                                                        |                                                                                                          |
| 20000Β          |                                                             |                                                                        | 2:10.00,00                                             | 2:10.00,00                                                                                               |
| 35000Β          |                                                             |                                                                        | 4:10.00,00                                             | 4:10.00,00                                                                                               |
| 4 X 100         | 54.14                                                       | 51.54                                                                  |                                                        | 52.14                                                                                                    |
| 4 X 400         | 4:26.14                                                     | 4:20.14                                                                |                                                        | 4:20.14                                                                                                  |

\*\* ΠΡΟΚΡΙΣΗ  
ΓΙΝΕΤΑΙ ΚΑΙ  
ΑΠΟ 3000μ  
10:21.84  
\* ΕΛΕΥΘΕΡΗ  
ΣΥΜΜΕΤΟΧΗ  
ΧΩΡΙΣ ΟΡΙΟ  
ΔΕΝ  
ΕΠΙΤΡΕΠΕΤΑΙ

\* ΕΛΕΥΘΕΡΗ  
ΣΥΜΜΕΤΟΧΗ  
ΧΩΡΙΣ ΟΡΙΟ  
ΔΕΝ  
ΕΠΙΤΡΕΠΕΤΑΙ

## ΠΙΝΑΚΑΣ 7

## ΑΓΩΝΙΣΤΙΚΗ ΕΜΦΑΝΙΣΗ ΣΤΑ ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΑ & ΔΙΑΣΥΛΛΟΓΙΚΑ ΠΡΩΤΑΘΛΗΜΑΤΑ

## ΠΡΟΔΙΑΓΡΑΦΕΣ

AND IMATTEMOS

**ΣΥΝΟΛΟ ΜΕΧΡΙ 4 ΛΟΓΟΤΥΠΑ**

1x ΣΗΜΑ ΣΥΛΛΟΓΟΥ

1x ΛΟΓΟΤΥΠΟ ΚΑΤΑΣΚΕΥΑΣΤΗ

2x ΕΜΠΟΡΙΚΟΙ ΧΟΡΗΓΟΙ

μέχρι 5 εκ ύψος η μέγιστη τιμή πλάτους με μέγιστο εμβαδό 40εκ<sup>2</sup> (π.χ. 3x8 ή 4x10)

Το λογότυπο κατοικουεαστή μπορεί να εμφανίζεται μόνο μπροστά.  
Όλες οι άλλες θέσεις είναι προαιρετικές και μπορούν να εμφανιστούν  
στα μανίκια ή πίσω.

ΟΝΟΜΑ ΣΥΛΛΟΓΟΥ

Вспомогательные

Κατοκόρυφο μεγ. πλάτος ίδεαι; Οριζόντια μεγ. ύψος ίδεαι

**ΚΑΤΟ ΙΜΑΤΙΣΜΟΣ**

**ΣΥΝΟΛΟ ΜΕΧΡΙ 4 ΛΟΓΟΤΥΠΑ**

1x ΣΗΜΑ ΣΥΛΛΟΓΟΥ

1x ΛΟΓΟΤΥΠΟ ΚΑΤΑΣΚΕΥΑΣΤΗ

μέχρι 5cm ύψος ή μέχρι 10cm πλάτος με μέγιστο επιβάλλο 40cm<sup>2</sup> (π.χ. 5x3 ή 4x3)

Το λογότυπο κατασκευαστή μπορεί να εμφανίζεται μόνο μπροστά. Όλες οι άλλες θέσεις είναι προαιρετικές και μπορούν να εμφανιστούν μπροστά ή πίσω.

ΟΝΟΜΑ ΣΥΛΛΟΓΟΥ

Atropina 0.5 mg

Κατακόρυφο μεγ. - πλάτος 5cm; Οριζόντιο μεγ. - ύψος 5cm

0AA-TA AAAA-POYXA / ACCESSORIES

**ΣΥΝΟΛΟ ΜΕΧΡΙ 2 ΛΟΓΟΤΥΠΑ**

1x ΣΗΜΑ/ΟΝΟΜΑ ΣΥΛΛΟΓΟΥ

1x ΚΑΤΑΣΚΕΥΑΣΤΗΣ

Σημείωμα συλλόγου μεγ. 5cm ύψος  
Σημ. κατασκευαστή 4cm ύψος ή πλάτος, μεγ. 10cm/

## ТОΠΟΘΕΤΗΣΗ

STICOMMUNA PUA

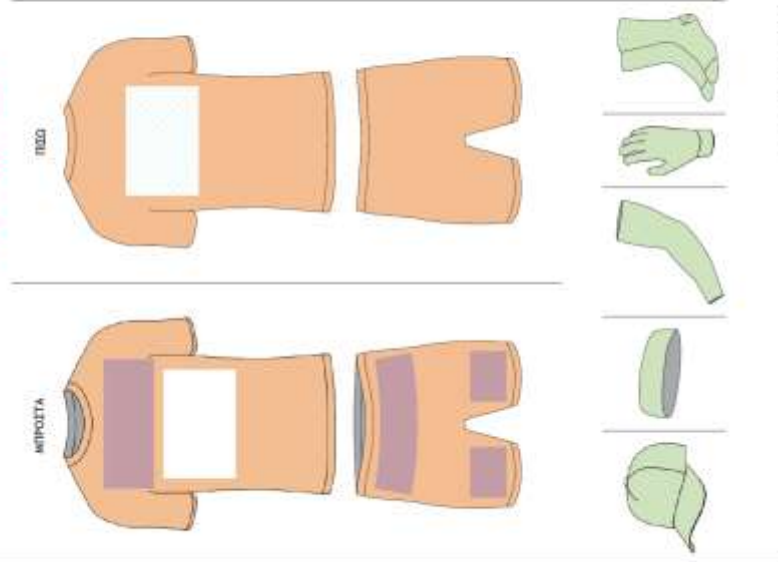
**ΤΟΠΟΘΕΤΗΣΕΙΣ**  
Όλες οι θέσεις  
εξαρτώνται από την  
τύχη/τυχία του ατομικού  
και συλλογικού π.σ. εν όψει  
μάλιστα, φετιμού, κα-  
τάλυτου, ε.λπ.

**Καθορισμένοι κύριοι γκα:**  
Λογότυπο κατασκευαστή

Καθορισμένοι κώδων γράν  
Τίμα συλλάγων  
Εμπορικοί κωδικοί  
Σύλλανος

☐ Tomographic slice

Καθορισμένοι κίβωτοι για  
Σήμα/Όνομα συλλόγου  
Απολύτως 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
- Συσσκευές 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**

| <b>Αγώνισμα</b>                                                                                 | <b>Μέγιστο πάχος της σόλας (σύμφωνα με το Άρθρο 5.5, Σημειώσεις (i), (ii), (iii) και τα σχήματα (a) &amp; (b) έως το άρθρο 5.5 και Άρθρο 5.13.3).</b> | <b>Επιπλέον απαίτηση του Κανονισμού</b>                                                                                                                                                                                                                                   |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Αγωνίσματα Κονίστρας εκτός από Άλμα Τριπλούν                                                    | ≤20mm                                                                                                                                                 | Ισχύει για όλα τα Ριπτικά Αγωνίσματα τα Κάθετα και Οριζόντια Άλματα εκτός από το Άλμα Τριπλούν. Για όλα τα Αγωνίσματα 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.                                                                                                                                 |
| Αγωνίσματα 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.                                                                                                                                                                     |
| Αγωνίσματα 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 Αγωνίσματα Εκτός Σταδίου.                                                                  |
| Ανώμαλος Δρόμος                                                                                 | ≤25mm                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                           |
| Αγωνίσματα Δρόμων Εκτός Σταδίου (Δρομικά και Αγωνίσματα Βάδην)                                  | ≤40mm                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                           |
| Αγωνίσματα του Άρθρου 57 των Τεχνικών Κανονισμών                                                | Οποιοδήποτε πάχος                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                           |