



ΣΥΝΔΕΣΜΟΣ ΕΛΛΗΝΙΚΩΝ ΓΥΜΝΑΣΤΙΚΩΝ &
ΑΘΛΗΤ. ΣΩΜΑΤΕΙΩΝ (ΜΕΛΟΣ WA & EA)

ΣΕΓΑΣ- ΓΡΑΦΕΙΟ ΑΝΑΠΤΥΞΗΣ

Πληροφορίες: Φωτεινή Κασίδη

Τηλέφωνο: 211 1877735

Email: development@segas.gr

=====

Αριθμός Πρωτ: 1134

Αθήνα, 16 Φεβρουαρίου 2026

Προς:

Ε.Α.Σ. Σ.Ε.Γ.Α.Σ.

(Για ενημέρωση σωματείων)

ΓΕΝΙΚΗ ΠΡΟΚΗΡΥΞΗ – ΤΕΧΝΙΚΕΣ ΔΙΑΤΑΞΕΙΣ

ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΩΝ ΠΡΩΤΑΘΛΗΜΑΤΩΝ ΚΑΙ ΔΙΑΣΥΛΛΟΓΙΚΩΝ ΑΓΩΝΩΝ 2026

Ο Σύνδεσμος Ελληνικών Γυμναστικών & Αθλητικών Σωματείων (Σ.Ε.Γ.Α.Σ.), σύμφωνα με τις αποφάσεις του Δ.Σ., τις ισχύουσες νομοθετικές διατάξεις, το καταστατικό της Ομοσπονδίας, τον Γενικό Κανονισμό Οργάνωσης και Διεξαγωγής Πρωταθλημάτων και Αγώνων και τέλος των Διεθνών Κανονισμών της WA (World Athletics), εκδίδει τη ΓΕΝΙΚΗ ΠΡΟΚΗΡΥΞΗ – ΤΕΧΝΙΚΕΣ ΔΙΑΤΑΞΕΙΣ ΤΩΝ ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΩΝ ΠΡΩΤΑΘΛΗΜΑΤΩΝ ΚΑΙ ΔΙΑΣΥΛΛΟΓΙΚΩΝ ΑΓΩΝΩΝ ΑΓΩΝΙΣΤΙΚΗΣ ΠΕΡΙΟΔΟΥ 2026.

ΚΕΦΑΛΑΙΟ Α΄ (ΓΕΝΙΚΕΣ ΔΙΑΤΑΞΕΙΣ)

1. ΗΛΙΚΙΕΣ ΤΩΝ ΚΑΤΗΓΟΡΙΩΝ ΓΙΑ ΤΟ 2026:

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

A/A	ΚΑΤΗΓΟΡΙΕΣ	ΗΛΙΚΙΕΣ	ΕΤΗ ΓΕΝΝΗΣΗΣ
1	K12 (ΑΓΟΡΙΑ - ΚΟΡΙΤΣΙΑ)	9 - 10 - 11	2015 – 2016 - 2017
2	K14 (ΑΓΟΡΙΑ - ΚΟΡΙΤΣΙΑ)	12 - 13	2013 – 2014
3	K16 (ΑΓΟΡΙΑ - ΚΟΡΙΤΣΙΑ)	14 - 15	2011 – 2012
4	K18 (ΑΝΔΡΕΣ- ΓΥΝΑΙΚΕΣ)	16 - 17	2009 – 2010
5	K20 (ΑΝΔΡΕΣ - ΓΥΝΑΙΚΕΣ)	18 - 19	2007 – 2008
6	K23 (ΑΝΔΡΕΣ - ΓΥΝΑΙΚΕΣ)	20 - 22	2004 – 2005 -2006
7	ΑΝΔΡΕΣ - ΓΥΝΑΙΚΕΣ	23 και άνω	2003 και μεγαλύτεροι- ρες



2. ΑΓΩΝΕΣ ΚΑΙ ΠΡΩΤΑΘΛΗΜΑΤΑ ΜΕ ΑΞΙΟΛΟΓΗΣΗ ΓΙΑ ΤΑ ΣΩΜΑΤΕΙΑ:

ΔΙΑΣΥΛΛΟΓΙΚΟΙ ΑΓΩΝΕΣ	ΣΥΜΜΕΤΕΧΟΥΝ ΟΙ ΑΘΛΗΤΕΣ – ΤΡΙΕΣ ΠΟΥ ΓΕΝΝΗΘΗΚΑΝ ΤΑ ΕΤΗ	ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΑ ΠΡΩΤΑΘΛΗΤΑ	ΣΥΜΜΕΤΕΧΟΥΝ ΟΙ ΑΘΛΗΤΕΣ – ΤΡΙΕΣ ΠΟΥ ΓΕΝΝΗΘΗΚΑΝ ΤΑ ΕΤΗ
K14	2013 - 2014	-----	-----
K16	2011 - 2013	K16	2011 - 2013
K18	2009 - 2012	K18	2009 - 2012
K20	2007 - 2010	K20	2007 - 2010
-----	-----	K23	2004 – 2008 (Οι γεννηθέντες – θείσες το 2009 συμμετέχουν μόνο στις Σκυταλοδρομίες)
ΑΝΔΡΩΝ - ΓΥΝΑΙΚΩΝ	2006 & οι μεγαλύτεροι - ρες	ΑΝΔΡΩΝ - ΓΥΝΑΙΚΩΝ	2008 & οι μεγαλύτεροι - ρες
-----	-----	ΑΝΩΜΑΛΟΥ	2012 & οι μεγαλύτεροι - ρες
ΠΕΡΙΦΕΡΕΙΑΚΟΙ ΑΓΩΝΕΣ ΔΡΟΜΟΥ ΣΕ ΑΝΩΜΑΛΟ ΕΔΑΦΟΣ			
	ΣΥΜΜΕΤΕΧΟΥΝ ΟΙ ΑΘΛΗΤΕΣ – ΑΘΛΗΤΡΙΕΣ ΠΟΥ ΓΕΝΝΗΘΗΚΑΝ ΤΑ ΕΤΗ		
K16	2011 – 2012		
K18	2009 – 2010		
K20	2007 – 2008		
K23	2004 – 2005 - 2006		
ΑΝΔΡΩΝ - ΓΥΝΑΙΚΩΝ	2003 & μεγαλύτεροι - μεγαλύτερες		

3). ΔΙΚΑΙΩΜΑ ΣΥΜΜΕΤΟΧΗΣ ΣΕ ΠΡΩΤΑΘΛΗΜΑΤΑ ΚΑΙ ΑΓΩΝΕΣ:

α) Σε όλα τα πρωταθλήματα και αγώνες (Πανελλήνια - Διασυλλογικοί), στους δρόμους σε ανώμαλο έδαφος, στους περιφερειακούς και τοπικούς επώνυμους αγώνες καθώς και στις διεθνείς συναντήσεις, δικαιούνται συμμετοχής οι αθλητές-τριες που ανήκουν σε σωματεία μέλη του Σ.Ε.Γ.Α.Σ. και είναι κάτοχοι δελτίου αθλητικής ιδιότητας που έχει εκδώσει ο Σ.Ε.Γ.Α.Σ.

Τα δελτία πρέπει να έχουν εκδοθεί σύμφωνα με τον κανονισμό εγγραφών - μεταγραφών καθώς και των εγκυκλίων του Σ.Ε.Γ.Α.Σ.

Για τις κατηγορίες Κ10 – Κ12 και μόνο στους περιφερειακούς και τοπικούς αγώνες επιτρέπεται η συμμετοχή και με τα δελτία αθλητικής ιδιότητας που εκδίδονται από τις Ε.Α.Σ. (ή από τον Σ.Ε.Γ.Α.Σ. εάν υπάρχει σχετική νεότερη απόφαση).

Οι Ε.Α.Σ. από 1-1-2026 εκδίδουν δελτία μόνο για τους γεννηθέντες – γεννηθείσες το 2015 – 2016 - 2017...και μικρότερους – ρες.

Από την ηλικία των 12 ετών και άνω, (γεννηθέντες- θείσες το 2014 και μεγαλύτεροι-ες) τα αρχικά δελτία των Ε.Α.Σ. αντικαθίστανται υποχρεωτικά από τα δελτία του Σ.Ε.Γ.Α.Σ.

Σε κάθε άλλη περίπτωση η συμμετοχή επιτρέπεται μόνο με αθλητικά δελτία του Σ.Ε.Γ.Α.Σ.

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

Εάν το σωματείο και οι αθλητές – αθλήτριες, πριν από την έναρξη κάθε αγωνίσματος, δεν προσκομίσουν τα αθλητικά τους δελτία και απαραίτητα την κάρτα υγείας αθλητή ιατρικά θεωρημένη, σε έντυπη ή ηλεκτρονική μορφή (σε περίπτωση που δεν υπάρχει στην κατοχή του αθλητή – αθλήτριας το αθλητικό δελτίο, τότε ο αριθμός δελτίου «Α.Μ. Σ.Ε.Γ.Α.Σ.» αναγράφεται απαραίτητα στην κάρτα υγείας αθλητή), οι υπεύθυνοι της αίθουσας κλήσης και ο τεχνικός υπεύθυνος των αγώνων είναι υποχρεωμένοι να μην επιτρέψουν τη συμμετοχή των αθλητών - τριών που δεν πληρούν τις παραπάνω προϋποθέσεις.

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

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

δ) Για την τρέχουσα αγωνιστική περίοδο 2026, στον καθένα από τους διασυλλογικούς αγώνες και Πανελλήνια Πρωταθλήματα που έχουν δικαίωμα συμμετοχής οι αθλητές – αθλήτριες (ανάλογα με την κατηγορία που ανήκουν), μπορούν να δηλωθούν και να αγωνιστούν σύμφωνα με τα παρακάτω:

A). K14 (ΑΓΟΡΙΑ - ΚΟΡΙΤΣΙΑ):

α) Διασυλλογικοί αγώνες K14: Στα τρία τρίαθλα και στον ένα αγώνα με ατομικά αγωνίσματα.

β) Διασυλλογικοί αγώνες K16: Σε ένα ατομικό αγώνισμα από τα επιτρεπόμενα και στην σκυταλοδρομία 4Χ80μ.

γ) Α΄ Φάση Πανελληνίου Αναπτυξιακού Πρωταθλήματος K16 Βορείου και Νοτίου Ομίλου: Σε ένα μόνο ατομικό αγώνισμα από τα επιτρεπόμενα και στην σκυταλοδρομία 4Χ80μ.

δ) Τελική Φάση Πανελληνίου Πρωταθλήματος K16: Σε ένα μόνο ατομικό αγώνισμα από τα επιτρεπόμενα και στην σκυταλοδρομία 4Χ80μ.

B). K16 (ΑΓΟΡΙΑ - ΚΟΡΙΤΣΙΑ):

α) Διασυλλογικοί αγώνες K16 – Α΄ Φάση Πανελληνίου Αναπτυξιακού Πρωταθλήματος K16 Βορείου και Νοτίου Ομίλου και Πανελλήνιο Πρωτάθλημα K16: Σε δύο αγωνίσματα, ανεξάρτητα από τον χαρακτήρα που έχουν (ομαδικά ή ατομικά) και εκτός από 2 ατομικά αγωνίσματα δρόμων.

β) Διασυλλογικοί αγώνες K18 – Πανελλήνιο Πρωτάθλημα K18: Σε δύο αγωνίσματα από τα επιτρεπόμενα, ανεξάρτητα από τον χαρακτήρα που έχουν (ομαδικά ή ατομικά) και εκτός από 2 ατομικά αγωνίσματα δρόμων.

Γ). K18 (ΑΝΔΡΕΣ - ΓΥΝΑΙΚΕΣ):

α) Διασυλλογικοί αγώνες K18 και Πανελλήνιο Πρωτάθλημα K18: Σε δύο αγωνίσματα.

β) Διασυλλογικοί αγώνες K20 και Πανελλήνιο Πρωτάθλημα K20: Σε δύο αγωνίσματα.

γ) Πανελλήνιο Πρωτάθλημα K23 (Α/Γ): Συμμετέχουν μόνο στις σκυταλοδρομίες οι γεννηθέντες – γεννηθείσες το 2009.

Δ). K20 (ΑΝΔΡΕΣ - ΓΥΝΑΙΚΕΣ):

Διασυλλογικοί αγώνες K20 και Πανελλήνια Πρωταθλήματα K20, K23 και Α-Γ: Σε δύο αγωνίσματα.

Ε). ΑΝΔΡΕΣ – ΓΥΝΑΙΚΕΣ και K23 ΑΝΔΡΕΣ - ΓΥΝΑΙΚΕΣ:

α) Διασυλλογικοί Αγώνες Α/Γ: Σε τρία αγωνίσματα (δύο ατομικά και ένα ομαδικό ή δύο ομαδικά και ένα ατομικό).

ΠΡΟΣΟΧΗ: Οι αθλητές – αθλήτριες (2010 και μεγαλύτεροι – ρες) που θα αγωνιστούν στα 4Χ400μ. ανδρών και γυναικών ΔΕΝ έχουν δικαίωμα συμμετοχής και στη Μικτή Σκυταλοδρομία 4Χ400μ.

ΣΗΜΕΙΩΣΗ: Στους διασυλλογικούς αγώνες η συμμετοχή στα ΣΥΝΘΕΤΑ αγωνίσματα, είναι ανεξάρτητη από τη αριθμητική συμμετοχή στους διασυλλογικούς αγώνες των ατομικών αγωνισμάτων.

Ειδικά στους διασυλλογικούς αγώνες, οι οκτώ πρώτοι νικητές – νικήτριες των πανελληνίων πρωταθλημάτων στα σύνθετα αγωνίσματα της προηγούμενης χρονιάς, θα έχουν δικαίωμα συμμετοχής στους διασυλλογικούς αγώνες K18 – K20 και Α/Γ, σε ένα επιπλέον ατομικό αγώνισμα εκτός συναγωνισμού μετά από δήλωση του σωματείου τους. Οι συγκεκριμένοι αθλητές – ριες στο επιπλέον αγώνισμα θα συμμετέχουν σε σειρά η οποία δεν θα επηρεάζει τη βαθμολογική εξέλιξη των αγώνων.

β) Πανελλήνια Πρωταθλήματα Ανδρών – Γυναικών και K23 (Α-Γ): Σε τρία αγωνίσματα ανεξάρτητα εάν είναι και τα τρία ατομικά αγωνίσματα ή όχι, με την προϋπόθεση όμως να μην συμμετέχουν την ίδια ημέρα σε τρία ατομικά αγωνίσματα. Όλοι οι άλλοι συνδυασμοί ατομικών και ομαδικών αγωνισμάτων επιτρέπονται.

4). ΣΥΜΜΕΤΟΧΗ ΑΝΑΛΟΓΑ ΜΕ ΤΗΝ ΗΛΙΚΙΑ:

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

ΚΑΤΗΓΟΡΙΑ	K16	K18	K20	A-Γ
K14	ΝΑΙ *	ΟΧΙ	ΟΧΙ	ΟΧΙ
K16	ΝΑΙ	ΝΑΙ	ΟΧΙ	ΟΧΙ
K18	ΟΧΙ	ΝΑΙ	ΝΑΙ	ΝΑΙ **
K20	ΟΧΙ	ΟΧΙ	ΝΑΙ	ΝΑΙ **
K23	ΟΧΙ	ΟΧΙ	ΟΧΙ	ΝΑΙ
A - Γ	ΟΧΙ	ΟΧΙ	ΟΧΙ	ΝΑΙ

Όπου ΝΑΙ* αναφερόμαστε στην κατηγορία K14 της τελευταίας χρονιάς (2013)
 Όπου ΝΑΙ** δεν υπολογίζονται στη βαθμολόγηση - αξιολόγηση

5). ΟΡΙΑ ΔΙΑΣΥΛΛΟΓΙΚΩΝ ΑΓΩΝΩΝ:

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

- ΒΑΘΜΟΛΟΓΗΣΗΣ – ΑΞΙΟΛΟΓΗΣΗΣ ΚΑΙ ΚΑΤΑΒΟΛΗΣ ΕΞΟΔΩΝ
- ΠΡΙΜΟΔΟΤΗΣΗΣ ΥΨΗΛΩΝ ΕΠΙΔΟΣΕΩΝ (Εκτός από την κατηγορία K16) ΚΑΙ ΠΡΟΚΡΙΣΗΣ ΓΙΑ ΤΑ ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΑ ΠΡΩΤΑΘΛΗΜΑΤΑ.

ΚΕΦΑΛΑΙΟ Β΄(ΔΙΑΣΥΛΛΟΓΙΚΟΙ ΑΓΩΝΕΣ):**B1. ΔΙΑΣΥΛΛΟΓΙΚΟΙ ΑΓΩΝΕΣ ΑΝΔΡΩΝ – ΓΥΝΑΙΚΩΝ:**

Διεξάγονται ταυτόχρονα και στο ίδιο οργανωτικό με τους διασυλλογικούς αγώνες K20 (Α/Γ).

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

α) Ενιαία κατάταξη αποτελεσμάτων και ενιαία κάλυψη εξόδων μετακίνησης (2010 και μεγαλύτεροι – ρες), εκτός από τα 4 αγωνίσματα της κατηγορίας K20 Ανδρών (2007 – 2010): 110μ.Εμπ. (0,99εκ.) – Σφαιροβολία (6κ) – Δισκοβολία (1.750γρ.) – Σφυροβολία (6κ), τα οποία διεξάγονται με ξεχωριστή κατάταξη, απονομή και κάλυψη εξόδων.

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

Ξεχωριστή βαθμολόγηση – αξιολόγηση για την κατηγορία Α/Γ (2006 και μεγαλύτεροι – ρες) και ξεχωριστή βαθμολόγηση – αξιολόγηση για την κατηγορία K20 (Α/Γ) «2007 – 2010».

1) ΟΜΙΛΟΙ: Διεξάγονται σε 12 ομίλους και συμμετέχουν όλα τα σωματεία του Σ.Ε.Γ.Α.Σ.

Οι αγώνες διεξάγονται σε δύο συνεχόμενες ημέρες και σε δύο κύκλους.

ΔΙΑΣΥΛΛΟΓΙΚΟΙ ΑΓΩΝΕΣ ΑΝΔΡΩΝ - ΓΥΝΑΙΚΩΝ / ΟΜΙΛΟΙ 2026				
Α/Α	ΔΙΟΡΓΑΝΩΤΡΙΑ ΕΑΣ	ΠΕΡΙΟΧΗ	ΟΜΙΛΟΙ	ΠΟΛΗ
1	ΑΝΑΤΟΛΙΚΗΣ ΜΑΚΕΔΟΝΙΑΣ - ΘΡΑΚΗΣ	ΑΝΑΤΟΛΙΚΗ ΜΑΚΕΔΟΝΙΑ/ΘΡΑΚΗ – ΠΕΛΛΑ-ΚΙΛΚΙΣ	1ος	ΚΙΛΚΙΣ ή ΣΕΡΡΕΣ
2	ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗΣ	ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗ-ΗΜΑΘΙΑ-ΠΙΕΡΙΑ	2ος	ΚΑΥΤΑΝΖΟΓΛΕΙΟ
3	ΗΠΕΙΡΟΥ	ΗΠΕΙΡΟΣ-ΔΥΤΙΚΗ ΜΑΚΕΔΟΝΙΑ-ΚΕΡΚΥΡΑ	3ος	ΙΩΑΝΝΙΝΑ ή ΑΡΓΟΣ ΟΡΕΣΤΙΚΟ
4	ΘΕΣΣΑΛΙΑΣ	ΘΕΣΣΑΛΙΑ-ΦΘΙΩΤΙΔΑ-ΕΥΡΥΤΑΝΙΑ	4ος	ΤΡΙΚΑΛΑ
5	ΒΟΡΕΙΑΣ ΠΕΛΟΠΟΝΝΗΣΟΥ	ΝΟΜΟΙ ΠΕΛΟΠΟΝΝΗΣΟΥ ΔΥΤΙΚΗ ΣΤΕΡΕΑ	5ος	ΠΑΤΡΑ
6	ΑΘΗΝΑΣ	ΑΘΗΝΑΣ	6ος	ΑΤΤΙΚΗ
7	ΠΕΙΡΑΙΑ/ΔΥΤΙΚΗΣ ΑΤΤΙΚΗΣ	ΠΕΙΡΑΙΑ-ΔΥΤΙΚΗ ΑΤΤΙΚΗ-ΒΟΙΩΤΙΑ –ΕΥΒΟΙΑ	7ος	ΑΤΤΙΚΗ
8	ΚΡΗΤΗΣ	ΚΡΗΤΗ	8ος	ΗΡΑΚΛΕΙΟ
9	ΚΥΚΛΑΔΩΝ	ΚΥΚΛΑΔΕΣ	9ος	ΜΗΛΟΣ
10	ΔΩΔΕΚΑΝΗΣΟΥ	ΔΩΔΕΚΑΝΗΣΑ	10ος	ΡΟΔΟΣ
11	ΧΙΟΥ ΣΑΜΟΥ	ΧΙΟΣ-ΣΑΜΟΣ-ΙΚΑΡΙΑ	11ος	ΧΙΟΣ
12	ΛΕΣΒΟΥ	ΛΕΣΒΟΣ – ΛΗΜΝΟΣ	12ος	ΜΥΤΙΛΗΝΗ

2) ΑΓΩΝΙΣΜΑΤΑ:

ΑΝΔΡΩΝ: 100μ. – 200μ. – 400μ. – 800μ. - 1.500μ. - 5.000μ. - 3.000μ. Φ.Ε - 10.000μ.ΒΑΔΗΝ – 110μ. ΕΜΠ. – 400μ. ΕΜΠ. - ΥΨΟΣ - ΕΠΙ ΚΟΝΤΩ - ΜΗΚΟΣ - ΤΡΙΠΛΟΥΝ - ΣΦΑΙΡΟΒΟΛΙΑ - ΔΙΣΚΟΒΟΛΙΑ - ΣΦΥΡΟΒΟΛΙΑ – ΑΚΟΝΤΙΣΜΟΣ – 4Χ100μ. – 4Χ400μ.

ΓΥΝΑΙΚΩΝ: 100μ.– 200μ. – 400μ. – 800μ. - 1.500μ.- 5.000μ. - 3.000μ. Φ.Ε - 10.000μ.ΒΑΔΗΝ – 100μ. ΕΜΠ. – 400μ. ΕΜΠ. - ΥΨΟΣ - ΕΠΙ ΚΟΝΤΩ - ΜΗΚΟΣ - ΤΡΙΠΛΟΥΝ -ΣΦΑΙΡΟΒΟΛΙΑ - ΔΙΣΚΟΒΟΛΙΑ - ΣΦΥΡΟΒΟΛΙΑ - ΑΚΟΝΤΙΣΜΟΣ - 4Χ100μ. – 4Χ400μ.

ΜΙΚΤΗ ΣΚΥΤΑΛΟΔΡΟΜΙΑ (Α/Γ): 4Χ400μ. (2 Άνδρες αθλητές και 2 Γυναίκες αθλήτριες με σειρά Α – Γ – Α - Γ).

ΣΗΜΕΙΩΣΗ 1: Οι αθλητές (2007 – 2008) 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 στη Σφαιροβολία K20 (Ανδρών), δεν έχει δικαίωμα να δηλωθεί και να συμμετάσχει και στη Σφαιροβολία Ανδρών.

ΣΗΜΕΙΩΣΗ 2: Οι αθλητές (2007 – 2008) έχουν δικαίωμα να δηλωθούν και να συμμετάσχουν στα αγωνίσματα της κατηγορίας Ανδρών: 110μ.Εμπ. (1,067μ.) – Σφαιροβολία (7.260γρ.) – Δισκοβολία (2 κ.) - 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 (2007 – 2008) που θα συμμετάσχει στη Δισκοβολία Ανδρών (2κ.), δεν έχει δικαίωμα να δηλωθεί και να συμμετάσχει και στη Δισκοβολία K20 «Α» (1.750γρ.).

ΠΡΟΤΕΙΝΟΜΕΝΑ ΑΓΩΝΙΣΜΑΤΑ ΑΝΑ ΗΜΕΡΑ:

Α΄ ΗΜΕΡΑ:

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

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

Β΄ ΗΜΕΡΑ:

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

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

ΜΙΚΤΗ ΣΚΥΤΑΛΟΔΡΟΜΙΑ: 4X 400μ.

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

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

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

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

*ΑΝΔΡΩΝ - ΓΥΝΑΙΚΩΝ	2003 και οι μεγαλύτεροι-ρες *
K23 (Α/Γ)	2004 – 2005 - 2006
K20 (Α/Γ)	2007 - 2008
K18 (Α/Γ)	2009 - 2010

*** 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 2026, οι γεννηθέντες το 1991 – 1990 και οι μεγαλύτεροι – μεγαλύτερες), **καθιερώνεται παράβολο συμμετοχής 25 ευρώ, για τη συμμετοχή τους στο καθένα 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 K16 – K14 – K12.

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 ή στα ατομικά αγωνίσματα που θα συμμετέχουν στους Διασυλλογικούς Αγώνες Α/Γ συμπεριλαμβάνεται στις 50 καλύτερες επιδόσεις του ενός από τα δύο προηγούμενα χρόνια (για το 2026, η 50αδα θα ισχύει για το 2025 και το 2024).

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

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

ΑΝΔΡΩΝ - ΓΥΝΑΙΚΩΝ	2003 και μεγαλύτεροι-ρες
K23 (Α/Γ)	2004 - 2005 - 2006

5) ΑΡΙΘΜΗΤΙΚΗ ΣΥΜΜΕΤΟΧΗ ΣΤΑ ΑΓΩΝΙΣΜΑΤΑ ΓΙΑ ΤΟΥΣ ΑΘΛΗΤΕΣ – ΑΘΛΗΤΡΙΕΣ ΤΩΝ ΚΑΤΗΓΟΡΙΩΝ Α/Γ ΚΑΙ K23 (Α/Γ):

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

6) ΣΥΜΜΕΤΟΧΗ ΣΤΑ ΑΓΩΝΙΣΜΑΤΑ Α/Γ ΤΩΝ ΑΘΛΗΤΩΝ – ΑΘΛΗΤΡΙΩΝ ΤΗΣ ΚΑΤΗΓΟΡΙΑΣ K20 (Α/Γ): «Μόνο για την ενιαία κατάταξη αποτελεσμάτων και την ενιαία κάλυψη εξόδων μετακίνησης»:

- Δύο (2) Αγωνίσματα συνολικά και στους δύο διασυλλογικούς αγώνες μαζί, Α - Γ και K20 (Α/Γ). Π.χ. 1ο αγώνισμα: 100μ. Ανδρών – K20 (Α) και 2ο αγώνισμα: 110μ.Εμπ. K20 (Α).

7) ΣΥΜΜΕΤΟΧΗ ΤΩΝ ΑΘΛΗΤΩΝ – ΑΘΛΗΤΡΙΩΝ ΤΗΣ ΚΑΤΗΓΟΡΙΑΣ Κ18 (Α/Γ). ΣΤΑ ΑΓΩΝΙΣΜΑΤΑ ΤΗΣ ΚΑΤΗΓΟΡΙΑΣ Α/Γ «Μόνο για την ενιαία κατάταξη αποτελεσμάτων και την ενιαία κάλυψη εξόδων μετακίνησης»:

2 αγωνίσματα από τα παρακάτω:

Κ18 (ΑΝΔΡΕΣ):

2009 - 2010: 100μ. – 200μ. – 400μ. – 800μ. – 1.500μ. – 5.000μ.* – 400μ. ΕΜΠ.– 3.000μ.Φ.Ε.* - 10.000μ.ΒΑΔΗΝ - ΥΨΟΣ – ΕΠΙ ΚΟΝΤΩ – ΜΗΚΟΣ – ΤΡΙΠΛΟΥΝ – ΑΚΟΝΤΙΟ - 4Χ100μ. – 4Χ400μ. - 4Χ400μ. ΜΙΚΤΗ.

Κ18 (ΓΥΝΑΙΚΕΣ):

2009 - 2010: 100μ. – 200μ. – 400μ. – 800μ. – 1.500μ. – 5.000μ.* – 100μ. ΕΜΠ. – 400μ.ΕΜΠ – 3.000μ.Φ.Ε.* - 10.000μ.ΒΑΔΗΝ - ΥΨΟΣ – ΕΠΙ ΚΟΝΤΩ – ΜΗΚΟΣ – ΤΡΙΠΛΟΥΝ – ΣΦΑΙΡΑ – ΔΙΣΚΟΣ – ΣΦΥΡΑ – ΑΚΟΝΤΙΟ – 4Χ100μ. – 4Χ400μ.- 4Χ400μ. ΜΙΚΤΗ.

ΣΗΜΕΙΩΣΗ 1: Οι αθλητές – αθλήτριες της κατηγορίας Κ18 που γεννήθηκαν το 2009 και το 2010, μπορούν να συμμετέχουν στα 5.000μ. ή στα 3.000μ.Φ.Ε. και ως δεύτερο αγώνισμα να επιλέξουν ένα άλλο αγώνισμα από τα παραπάνω.

ΣΗΜΕΙΩΣΗ 2: Οι αθλητές – αθλήτριες (2010 και μεγαλύτεροι – ρες) που θα αγωνιστούν στα 4Χ400μ. ανδρών και γυναικών ΔΕΝ έχουν δικαίωμα συμμετοχής και στη Μικτή Σκυταλοδρομία 4Χ400μ.

8) ΒΑΘΜΟΛΟΓΙΑ – ΑΞΙΟΛΟΓΗΣΗ:

α) ΣΥΜΜΕΤΕΧΟΥΝ, ΒΑΘΜΟΛΟΓΟΥΝΤΑΙ ΚΑΙ ΑΞΙΟΛΟΓΟΥΝΤΑΙ ΟΙ ΓΕΝΝΗΘΕΝΤΕΣ – ΘΕΙΣΕΣ ΤΟ 2006 ΚΑΙ ΟΙ ΜΕΓΑΛΥΤΕΡΟΙ - ΜΕΓΑΛΥΤΕΡΕΣ.

Για τη βαθμολόγηση – αξιολόγηση των αθλητών – αθλητριών της ενιαίας κατηγορίας Α/Γ – Κ23 (Α/Γ) «2006 και μεγαλύτεροι – ρες», οι θέσεις κατάταξης των μικρότερων ηλικιακά αθλητών – αθλητριών Κ20(Α/Γ) – Κ18 (Α/Γ) «2007 – 2010», 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 2006 (Α/Γ)

2ος Ο αθλητής Β΄ με έτος γέννησης 2007 (Κ20 Α/Γ)

3ος Ο αθλητής Γ΄ με έτος γέννησης 2005 (Α/Γ)

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

1ος Ο αθλητής Α΄ με έτος γέννησης 2006 (Α/Γ) – Βαθμοί 13

2ος Ο αθλητής Γ΄ με έτος γέννησης 2005 (Α/Γ) – Βαθμοί 11

Δεν υπολογίζεται ο αθλητής Β΄ με έτος γέννησης 2007 (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 αγώνισματα 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 ΚΑΙ ΒΑΘΜΟΛΟΓΟΥΝ ΤΑΙ:	Η ΚΛΙΜΑΚΑ ΒΑΘΜΟΛΟΓΙΑΣ ΓΙΑ ΤΟΥΣ Α/Γ (2006 & ΜΕΓΑΛΥΤΕΡΟΙ – ΡΕΣ) ΘΑ ΕΙΝΑΙ:	
	ΣΤΑ ΑΤΟΜΙΚΑ	ΣΤΙΣ ΣΚΥΤΑΛΟΔΡΟΜΙΕΣ
16	13-11-10-9-8-7-6-5-4-3-2-1-1-1-1-1	26-22-20-18-16-14-12-10-8-6-
15	13-11-10-9-8-7-6-5-4-3-2-1-1-1-1	26-22-20-18-16-14-12-10-8-6-
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-
13	13-11-10-9-8-7-6-5-4-3-2-1-1	26-22-20-18-16-14-12-10-8-6-
12	13-11-10-9-8-7-6-5-4-3-2-1	26-22-20-18-16-14-12-10-8-6-
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 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. 5.55μ. και όριο βαθμολόγησης π.χ. 5.06μ.

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

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

9) ΔΙΑΔΟΧΙΚΑ ΥΨΗ:

Τα διαδοχικά ύψη στο άλμα σε ύψος και στο άλμα επί κοντώ, θα είναι τα ίδια σε όλους τους ομίλους, αφού από τους διασυλλογικούς αγώνες Α/Γ προβλέπεται η βαθμολόγηση – αξιολόγηση των 12 καλύτερων επιδόσεων από όλους τους ομίλους.

ΑΝΔΡΩΝ:

ΥΨΟΣ: 1,62μ.-1,67-1,72-1,77-1,82-1,87-1,92-1,97-2,01-2,05-2,09-2,12-2,14-2,16μ. και στη συνέχεια ανά 2 εκ.

ΕΠΙ ΚΟΝΤΩ: 3,40μ.- 3,60 - 3,70 - 3,80μ. – 3,90μ. ανά 10 εκ. μέχρι τα 5μ. και στη συνέχεια ανά 5 εκ.

ΓΥΝΑΙΚΩΝ:

ΥΨΟΣ: 1,37μ.-1,42-1,46-1,50-1,53-1,56-1,59-1,62-1,65μ.- 1,68μ.– 1,71μ.-1,74μ. και στη συνέχεια ανά 2 εκ.

ΕΠΙ ΚΟΝΤΩ: 2,65μ.-2,80- 2,90μ. - 3,00 - 3,10μ. στη συνέχεια ανά 10 εκ. μέχρι τα 4,00μ. και στη συνέχεια 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.

B2. ΔΙΑΣΥΛΛΟΓΙΚΟΙ ΑΓΩΝΕΣ K20 (ΑΝΔΡΩΝ – ΓΥΝΑΙΚΩΝ) «2007 – 2010»:

Διεξάγονται ταυτόχρονα και στο ίδιο οργανωτικό με τους διασυλλογικούς αγώνες Α/Γ. Οι διασυλλογικοί αγώνες K20 (Α/Γ) περιλαμβάνουν μόνο ατομικά αγωνίσματα και όχι σκυταλοδρομίες.

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

α) Ενιαία κατάταξη αποτελεσμάτων και ενιαία κάλυψη εξόδων μετακίνησης, εκτός από τα 4 αγωνίσματα της κατηγορίας K20 Ανδρών (2007 – 2010): 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) «2007 – 2010» και ξεχωριστή βαθμολόγηση – αξιολόγηση για την κατηγορία Α/Γ (2006 και οι μεγαλύτεροι – ρες).

1) ΟΜΙΛΟΙ:

Διεξάγονται στους ίδιους κοινούς ομίλους με τους διασυλλογικούς αγώνες Α/Γ και συμμετέχουν όλα τα σωματεία του Σ.Ε.Γ.Α.Σ.

α) Οι αγώνες διεξάγονται σε δύο συνεχόμενες ημέρες και σε δύο κύκλους.

β) Οι πόλεις διεξαγωγής των αγώνων κάθε ομίλου, προτείνονται από τις Ε.Α.Σ. και επιλέγονται από τον Σ.Ε.Γ.Α.Σ. με κριτήρια, τη μείωση των οργανωτικών εξόδων, την ισομερή κατανομή (όσο είναι δυνατόν) των εξόδων μετακίνησης των σωματείων, λαμβάνοντας υπ' όψιν όλα τα δεδομένα όπως η ποσοτική δυναμική των σωματείων, ο αριθμός των μετακινούμενων αθλητών και τέλος τις προδιαγραφές και την υλικοτεχνική υποδομή των σταδίων διεξαγωγής.

2) ΑΓΩΝΙΣΜΑΤΑ:

ΑΝΔΡΩΝ: 100μ. – 200μ. – 400μ. – 800μ. - 1.500μ.- 5.000μ.- 3.000μ.Φ.Ε - 10.000μ.ΒΑΔΗΝ – 110μ. ΕΜΠ. (0,99εκ) – 400μ. ΕΜΠ. - ΥΨΟΣ - ΕΠΙ ΚΟΝΤΩ - ΜΗΚΟΣ - ΤΡΙΠΛΟΥΝ - ΣΦΑΙΡΟΒΟΛΙΑ (6 κ)- ΔΙΣΚΟΒΟΛΙΑ (1.750γρ.) - ΣΦΥΡΟΒΟΛΙΑ (6κ)– ΑΚΟΝΤΙΣΜΟΣ.

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

ΣΗΜΕΙΩΣΗ: Οι αθλητές (2007 – 2008) που θα δηλωθούν και θα συμμετάσχουν στα αγωνίσματα της κατηγορίας K20 (Α): 110μ.Εμπ (0,99εκ.) – Σφαιροβολία (6κ.) – Δισκοβολία (1.750γρ.) - Σφυροβολία (6κ.), δεν έχουν δικαίωμα να δηλωθούν και να συμμετάσχουν και στα ίδια ακριβώς 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.

3) ΚΑΤΗΓΟΡΙΕΣ ΚΑΙ ΗΛΙΚΙΕΣ ΠΟΥ ΣΥΜΜΕΤΕΧΟΥΝ ΚΑΙ ΑΞΙΟΛΟΓΟΥΝΤΑΙ:

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

K20 (Α/Γ)	2007 - 2008
K18 (Α/Γ)	2009 - 2010

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

Δύο (2) αγωνίσματα συνολικά και στους δύο διασυλλογικούς αγώνες μαζί Α - Γ και Κ20 (Α/Γ).

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

4α) ΣΥΜΜΕΤΟΧΗ ΤΩΝ ΑΘΛΗΤΩΝ – ΑΘΛΗΤΡΙΩΝ ΤΗΣ ΚΑΤΗΓΟΡΙΑΣ Κ18 (Α/Γ) ΣΤΑ ΑΓΩΝΙΣΜΑΤΑ ΤΗΣ ΚΑΤΗΓΟΡΙΑΣ Κ20 (Α/Γ): Δύο (2) αγωνίσματα, σύμφωνα με τα παρακάτω:

Οι αθλητές – αθλήτριες της κατηγορίας Κ18 (2009 – 2010), συμμετέχουν σε όλα τα αγωνίσματα της κατηγορίας Κ20.

ΣΗΜΕΙΩΣΗ 1: Οι αθλητές – αθλήτριες της κατηγορίας Κ18 (Α/Γ) που γεννήθηκαν το 2009 - 2010, μπορούν να συμμετέχουν στα 5.000μ. ή στα 3.000μ.Φ.Ε. και ως δεύτερο αγώνισμα να επιλέξουν ένα άλλο αγώνισμα από τα παραπάνω.

5) ΒΑΘΜΟΛΟΓΙΑ – ΑΞΙΟΛΟΓΗΣΗ:

α) ΣΥΜΜΕΤΕΧΟΥΝ, ΒΑΘΜΟΛΟΓΟΥΝΤΑΙ - ΑΞΙΟΛΟΓΟΥΝΤΑΙ ΚΑΙ ΣΥΜΜΕΤΕΧΟΥΝ ΣΤΗΝ ΑΠΟΝΟΜΗ ΤΩΝ ΕΠΑΘΛΩΝ ΟΙ ΓΕΝΝΗΘΕΝΤΕΣ – ΘΕΙΣΕΣ ΤΟ 2007 - 2010.

Για τη βαθμολόγηση – αξιολόγηση των αθλητών – αθλητριών της κατηγορίας Κ20 (Α/Γ) «2007 – 2010», οι θέσεις κατάταξης της ενιαίας κατηγορίας Α/Γ – Κ23 (Α/Γ) «2006 και μεγαλύτεροι – ρες», δεν επηρεάζουν και δεν αλλοιώνουν τις θέσεις κατάταξης των αθλητών – αθλητριών Κ20 (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 2006 (Α/Γ)

2ος Ο αθλητής Β΄ με έτος γέννησης 2007 (Κ20 Α/Γ)

3ος Ο αθλητής Γ΄ με έτος γέννησης 2005 (Α/Γ)

4ος Ο αθλητής Δ΄ με έτος γέννησης 2009 (Κ20 Α/Γ)

Β) Απονομή Επάθλων και Βαθμολόγηση – Αξιολόγηση για την κατηγορία Κ20 (Α/Γ):

1ος Ο αθλητής Β΄ με έτος γέννησης 2007 (Κ20) – Βαθμοί 13

2ος Ο αθλητής Δ΄ με έτος γέννησης 2009 (Κ20) – Βαθμοί 11

Δεν υπολογίζονται οι αθλητές με έτη γέννησης 2006 και οι μεγαλύτεροι - ρες (Α/Γ)

β) Στους διασυλλογικούς αγώνες Κ20 (Α/Γ), για κάθε μία από τις δύο κατηγορίες των αγώνων (ξεχωριστά για τους Κ20 Άνδρες και ξεχωριστά για τις Κ20 Γυναίκες) θα ισχύει χωριστή βαθμολογία

όπου θα βαθμολογούνται, σύμφωνα με όσα αναφέρονται παρακάτω, οι «αθλητές – τριες» που θα πετύχουν τα αντίστοιχα όρια βαθμολόγησης.

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

Εάν όμως οι αθλητές - τριες που πέτυχαν τα όρια είναι λιγότεροι από δώδεκα (12), τότε η κλίμακα των βαθμών που θα δίνονται θα είναι φθίνουσα προς τα κάτω, διατηρούμενης της διαφοράς των βαθμών του πρώτου από τον δεύτερο νικητή (2 β. στα ατομικά και 4 β. στις σκυταλοδρομίες).

ΠΡΟΣΟΧΗ: Επιπλέον κάθε αθλητής - τρια 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,

ΕΑΝ ΠΕΤΥΧΟΥΝ ΤΑ ΟΡΙΑ ΚΑΙ ΒΑΘΜΟΛΟΓΟΥΝΤΑΙ:	Η ΚΛΙΜΑΚΑ ΒΑΘΜΟΛΟΓΙΑΣ ΓΙΑ ΤΟΥΣ Κ20 (2007 - 2010)
	ΘΑ ΕΙΝΑΙ ΣΤΑ ΑΤΟΜΙΚΑ
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

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 K20 (Α/Γ).

Έτσι οι αθλητές - τρεις που θα πετύχουν επιδόσεις ίσες ή καλύτερες 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., ανεξάρτητα από το πόσοι αθλητές - τρεις 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 σε μήκος K20 γυναικών είχαμε τα παρακάτω αποτελέσματα:

Σημ.: Υψηλή επίδοση π.χ. 5.45μ. και όριο βαθμολόγησης π.χ. 4.85μ.

1^η νικήτρια 6.16μ βαθμοί 13

2^η νικήτρια 5.46μ >> 11

3^η νικήτρια 4.95μ >> 2

4^η νικήτρια 4.85μ >> 1

5^η νικήτρια 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 K20 ανδρών και ξεχωριστά στην κατηγορία K20 γυναικών κ.λπ.).

B3) ΚΟΙΝΕΣ ΔΙΑΤΑΞΕΙΣ ΠΟΥ ΑΦΟΡΟΥΝ ΟΛΟΥΣ ΤΟΥΣ ΟΜΙΛΟΥΣ ΤΩΝ ΔΙΑΣΥΛΛΟΓΙΚΩΝ ΑΓΩΝΩΝ Α/Γ ΚΑΙ Κ20 (Α/Γ)

α). ΣΥΜΜΕΤΟΧΗ ΑΘΛΗΤΩΝ – ΑΘΛΗΤΡΙΩΝ ΣΕ ΔΙΑΦΟΡΕΤΙΚΟ ΟΜΙΛΟ

Οι αθλητές – αθλήτριες που έχουν δικαίωμα συμμετοχής στους διασυλλογικούς αγώνες των κατηγοριών Α/Γ (2006 και μεγαλύτεροι – ρες) και Κ20 (Α/Γ) «2007-2010», μπορούν να συμμετέχουν υπό συγκεκριμένες προϋποθέσεις σε διαφορετικό όμιλο από τον όμιλο που συμμετέχει το σωματείο τους ΚΑΙ ΜΕΧΡΙ 3 αθλητές – αθλήτριες συνολικά από κάθε σωματείο.

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

1). Ο νέος όμιλος στον οποίο θα συμμετέχει ο αθλητής - αθλήτρια, να είναι ο όμιλος που ανήκει απαραίτητα η πόλη της μόνιμης κατοικίας του (φοιτητής, εργαζόμενος κ.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 – αθλήτριες που συμμετέχουν σε διαφορετικό όμιλο από τον όμιλο που συμμετέχει το σωματείο τους, βαθμολογούνται - αξιολογούνται σύμφωνα με τα παρακάτω:

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

Ειδικά για τα σύνθετα αγωνίσματα, βαθμολογούνται – αξιολογούνται με 11 βαθμούς.

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

Ειδικά για τα σύνθετα αγωνίσματα, βαθμολογούνται – αξιολογούνται με 6 βαθμούς.

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

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

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

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

β). 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 (2006 και μεγαλύτεροι – ρες) και Κ20 (Α/Γ) «2007-2010», 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.

ΣΗΜΕΙΩΣΗ: 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 (2007 – 2010).**

B4) ΔΙΑΣΥΛΛΟΓΙΚΟΙ ΑΓΩΝΕΣ Κ18 (ΑΝΔΡΩΝ - ΓΥΝΑΙΚΩΝ) «2009 – 2012»**1) ΟΜΙΛΟΙ:**

Διεξάγονται σε ομίλους και συμμετέχουν όλα τα σωματεία του Σ.Ε.Γ.Α.Σ.

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

ΔΙΑΣΥΛΛΟΓΙΚΟΙ ΑΓΩΝΕΣ Κ18 (ΑΝΔΡΩΝ – ΓΥΝΑΙΚΩΝ) / ΟΜΙΛΟΙ				
2026 – 16 ΟΜΙΛΟΙ				
Α/Α	ΔΙΟΡΓΑΝΩΤΡΙΑ- ΕΑΣ	ΠΕΡΙΟΧΗ	ΟΜΙΛΟΙ	ΠΟΛΗ
1	ΑΝΑΤΟΛΙΚΗΣ ΜΑΚΕΔΟΝΙΑΣ-ΘΡΑΚΗΣ	ΑΝΑΤΟΛΙΚΗ ΜΑΚΕΔΟΝΙΑ /ΘΡΑΚΗ	1ος	ΕΛΕΥΘΕΡΟΥΠΟΛΗ
2	ΚΕΝΤΡΙΚΗΣ ΜΑΚΕΔΟΝΙΑΣ	ΠΕΛΛΑ - ΚΙΛΚΙΣ ΠΙΕΡΙΑΣ ΗΜΑΘΙΑΣ	2ος	ΚΙΛΚΙΣ
3	ΔΥΤΙΚΗΣ ΜΑΚΕΔΟΝΙΑΣ	ΚΟΖΑΝΗ – ΦΛΩΡΙΝΑ – ΚΑΣΤΟΡΙΑ - ΓΡΕΒΕΝΑ	3ος	ΑΡΓΟΣ ΟΡΕΣΤΙΚΟ
4	ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗΣ	ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗ	4ος	ΚΑΥΤΑΝΖΟΓΛΕΙΟ
5	ΗΠΕΙΡΟΥ	ΗΠΕΙΡΟΣ - ΚΕΡΚΥΡΑ	5ος	ΙΩΑΝΝΙΝΑ
6	ΘΕΣΣΑΛΙΑΣ	ΘΕΣΣΑΛΙΑΣ	6ος	ΤΡΙΚΑΛΑ
7	ΒΟΡΕΙΑΣ ΠΕΛΟΠΟΝΝΗΣΟΥ	ΑΧΑΪΑ – ΗΛΕΙΑ - ΖΑΚΥΝΘΟΣ – ΚΕΦΑΛΛΟΝΙΑ-ΑΙΤΩΛΟΑΚΑΡΝΑΝΙΑ	7ος	ΠΑΤΡΑ
8	ΠΕΡΙΦ. ΠΕΛΟΠΟΝΝΗΣΟΥ	ΑΡΚΑΔΙΑ – ΑΡΓΟΛΙΔΑ – ΚΟΡΙΝΘΙΑ – ΜΕΣΗΝΙΑ - ΛΑΚΩΝΙΑ	8ος	ΤΡΙΠΟΛΗ
9	ΑΝΑΤΟΛΙΚΗΣ ΣΤΕΡΕΑΣ ΕΥΒΟΙΑΣ	ΒΟΙΩΤΙΑΣ - ΕΥΒΟΙΑΣ – ΦΘΙΩΤΙΔΑ – ΦΩΚΙΔΑ - ΕΥΡΥΤΑΝΙΑ	9ος	ΘΗΒΑ
10	ΠΕΙΡΑΙΑΝ.Δ. ΑΤΤΙΚΗΣ	ΠΕΙΡΑΙΑΣ ΝΟΤΙΟΔΥΤΙΚΗ ΑΤΤΙΚΗ	10ος	ΑΤΤΙΚΗ
11	ΑΘΗΝΑΣ	ΑΘΗΝΑ	11ος	ΑΤΤΙΚΗ
12	ΚΡΗΤΗΣ	ΚΡΗΤΗ	12ος	ΗΡΑΚΛΕΙΟ
13	ΚΥΚΛΑΔΕΣ	ΚΥΚΛΑΔΕΣ	13ος	ΜΗΛΟΣ
14	ΔΩΔΕΚΑΝΗΣΟΥ	ΔΩΔΕΚΑΝΗΣΑ	14ος	ΛΕΡΟΣ
15	ΧΙΟΥ ΣΑΜΟΥ	ΧΙΟΣ-ΣΑΜΟΣ-ΙΚΑΡΙΑ	15ος	ΧΙΟΣ
16	ΛΕΣΒΟΥ	ΛΕΣΒΟΣ – ΛΗΜΝΟΣ	16ος	ΜΥΤΙΛΗΝΗ

2) ΑΓΩΝΙΣΜΑΤΑ:

Κ18 (ΑΝΔΡΩΝ): 100μ.– 200μ. - 400μ.– 800μ.- 1.500μ.-3.000μ. - 2.000μ.Φ.Ε - 5.000μ.ΒΑΔΗΝ - 110μ.ΕΜΠ. - 400μ.ΕΜΠ.-ΥΨΟΣ-ΕΠΙ ΚΟΝΤΩ - ΜΗΚΟΣ - ΤΡΙΠΛΟΥΝ– ΣΦΑΙΡΟΒΟΛΙΑ – ΔΙΣΚΟΒΟΛΙΑ - ΣΦΥΡΟΒΟΛΙΑ – ΑΚΟΝΤΙΣΜΟΣ - 4Χ100μ.– 4Χ400μ.

Κ18 (ΓΥΝΑΙΚΩΝ): 100μ.– 200μ.– 400μ.– 800μ.-1.500μ.- 3.000μ.- 2.000μ.Φ.Ε - 5.000μ.ΒΑΔΗΝ – 100μ.ΕΜΠ. – 400μ.ΕΜΠ.– ΥΨΟΣ - ΕΠΙ ΚΟΝΤΩ - ΜΗΚΟΣ – ΤΡΙΠΛΟΥΝ – ΣΦΑΙΡΟΒΟΛΙΑ – ΔΙΣΚΟΒΟΛΙΑ –ΣΦΥΡΟΒΟΛΙΑ – ΑΚΟΝΤΙΣΜΟΣ - 4Χ100μ. – 4Χ400μ.

3) ΚΑΤΗΓΟΡΙΕΣ ΚΑΙ ΗΛΙΚΙΕΣ ΠΟΥ ΣΥΜΜΕΤΕΧΟΥΝ:

K18 (ΑΝΔΡΩΝ - ΓΥΝΑΙΚΩΝ) 2009 – 2010

K16 (ΑΓΟΡΙΩΝ – ΚΟΡΙΤΣΙΩΝ) 2011 – 2012

4) ΑΡΙΘΜΗΤΙΚΗ ΣΥΜΜΕΤΟΧΗ ΣΤΑ ΑΓΩΝΙΣΜΑΤΑ:K18 (Α/Γ): Σε δύο αγωνίσματα.K16 (Α/Κ): Σε δύο από τα παρακάτω αγωνίσματα (εκτός από δύο ατομικά αγωνίσματα δρόμων).

Α) Οι αθλητές – αθλήτριες της κατηγορίας K16 που γεννήθηκαν το 2011 συμμετέχουν σε όλα τα αγωνίσματα (εκτός από δύο ατομικά αγωνίσματα δρόμων).

Β) Οι αθλητές της κατηγορίας K16 (Αγοριών) που γεννήθηκαν το 2012 συμμετέχουν μόνο στα παρακάτω αγωνίσματα (εκτός από δύο ατομικά αγωνίσματα δρόμων).

ΑΓΟΡΙΑ 2012: 100μ. – 200μ. – 1.500μ. – 3.000μ. – 5.000μ. ΒΑΔΗΝ - ΥΨΟΣ - ΕΠΙ ΚΟΝΤΩ – ΜΗΚΟΣ – 4Χ100μ.

Γ) Οι αθλήτριες της κατηγορίας K16 (Κοριτσιών) που γεννήθηκαν το 2012 συμμετέχουν μόνο στα παρακάτω αγωνίσματα (εκτός από δύο ατομικά αγωνίσματα δρόμων).

ΚΟΡΙΤΣΙΑ 2012: 100μ.– 200μ.– 1.500μ. – 3.000μ. – ΥΨΟΣ - ΕΠΙ ΚΟΝΤΩ - ΜΗΚΟΣ – ΣΦΑΙΡΑ - ΔΙΣΚΟΣ – ΣΦΥΡΑ – ΑΚΟΝΤΙΟ – 4Χ100μ.

ΕΑΝ ΠΕΤΥΧΟΥΝ ΤΑ ΟΡΙΑ ΚΑΙ ΒΑΘΜΟΛΟΓΟΥ ΝΤΑΙ:	Η ΚΛΙΜΑΚΑ ΒΑΘΜΟΛΟΓΙΑΣ ΘΑ ΕΙΝΑΙ	
	ΣΤΑ ΑΤΟΜΙΚΑ	ΣΤΙΣ ΣΚΥΤΑΛΟΔΡΟΜΙΕΣ
14	11-9-8-7-6-5-4-3-2-1-1-1-1-1	22-18-16-14-12-10-8-6-4-2-2-2-2-2
13	11-9-8-7-6-5-4-3-2-1-1-1-1	22-18-16-14-12-10-8-6-4-2-2-2-2
12	11-9-8-7-6-5-4-3-2-1-1-1	22-18-16-14-12-10-8-6-4-2-2-2
11	11-9-8-7-6-5-4-3-2-1-1	22-18-16-14-12-10-8-6-4-2-2
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 14η θέση, θα παίρνει ENAN (1) βαθμό στα ατομικά και ΔΥΟ (2) βαθμούς στις σκυταλοδρομίες.

π.χ. Εάν οι αθλητές-τριες ή οι ομάδες σκυταλοδρομίας που θα πετύχουν το όριο σε κάποιο αγώνισμα είναι 17, τότε θα βαθμολογηθούν - αξιολογηθούν και οι 17 ως εξής:

11-9-8-7-6-5-4-3-2-1-1-1-1-1-1-1 και 22-18-16-14-12-10-8-6-4-2-2-2-2-2-2-2.

Δ) Θα ισχύσει και φέτος το σύστημα πριμοδότησης υψηλών επιδόσεων για τους διασυλλογικούς αγώνες.

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

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

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

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

Σημ: Υψηλή επίδοση π.χ. 6.44μ. και όριο βαθμολόγησης π.χ. 5.50μ.

1ος νικητής	7.16μ.	βαθμοί	11
2ος >>	6.50μ.	>>	9
3ος >>	5.69μ.	>>	2
4ος >>	5.50μ.	>>	1
5ος >>	5.40μ.	>>	-

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

B5) ΔΙΑΣΥΛΛΟΓΙΚΟΙ ΑΓΩΝΕΣ Κ16 (ΑΓΟΡΙΩΝ - ΚΟΡΙΤΣΙΩΝ) «2011 – 2013»:**1) ΟΜΙΛΟΙ:**

Διεξάγονται σε 16 ομίλους και συμμετέχουν όλα τα σωματεία του Σ.Ε.Γ.Α.Σ.

Το ωρολόγιο πρόγραμμα των αγώνων θα ολοκληρώνεται σε έναν κύκλο.

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

ΔΙΑΣΥΛΛΟΓΙΚΟΙ ΑΓΩΝΕΣ Κ16 (ΑΓΟΡΙΩΝ - ΚΟΡΙΤΣΙΩΝ) / ΟΜΙΛΟΙ				
2026 – 16 ΟΜΙΛΟΙ				
A/A	ΔΙΟΡΓΑΝΩΤΡΙΑ ΕΑΣ	ΠΕΡΙΟΧΗ	ΟΜΙΛΟΙ	ΠΟΛΗ
1	ΑΝΑΤΟΛΙΚΗΣ ΜΑΚΕΔΟΝΙΑΣ - ΘΡΑΚΗΣ	ΑΝΑΤΟΛΙΚΗ ΜΑΚΕΔΟΝΙΑ /ΘΡΑΚΗ	1ος	ΕΛΕΥΘΕΡΟΥΠΟΛΗ
2	ΚΕΝΤΡΙΚΗΣ ΜΑΚΕΔΟΝΙΑΣ	ΠΕΛΛΑ - ΚΙΛΚΙΣ ΠΙΕΡΙΑΣ ΗΜΑΘΙΑΣ	2ος	ΑΛΕΞΑΝΔΡΕΙΑ ή ΚΙΛΚΙΣ
3	ΔΥΤΙΚΗΣ ΜΑΚΕΔΟΝΙΑΣ	ΚΟΖΑΝΗ – ΦΛΩΡΙΝΑ – ΚΑΣΤΟΡΙΑ - ΓΡΕΒΕΝΑ	3ος	ΑΡΓΟΣ ΟΡΕΣΤΙΚΟ
4	ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗΣ	ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗ	4ος	ΚΑΥΤΑΝΖΟΓΛΕΙΟ
5	ΗΠΕΙΡΟΥ	ΗΠΕΙΡΟΣ - ΚΕΡΚΥΡΑ	5ος	ΙΩΑΝΝΙΝΑ
6	ΘΕΣΣΑΛΙΑΣ	ΘΕΣΣΑΛΙΑΣ	6ος	ΤΡΙΚΑΛΑ
7	ΒΟΡΕΙΑΣ ΠΕΛΟΠΟΝΝΗΣΟΥ	ΑΧΑΪΑ – ΗΛΕΙΑ – ΖΑΚΥΝΘΟΣ – ΚΕΦΑΛΛΟΝΙΑ ΑΙΤΩΛΟΑΚΑΡΝΑΝΙΑ	7ος	ΠΑΤΡΑ
8	ΠΕΡΙΦΕΡΕΙΑΣ ΠΕΛΟΠΟΝΝΗΣΟΥ	ΑΡΚΑΔΙΑ – ΑΡΓΟΛΙΔΑ – ΚΟΡΙΝΘΙΑ – ΜΕΣΗΝΙΑ - ΛΑΚΩΝΙΑ	8ος	ΤΡΙΠΟΛΗ
9	ΑΝΑΤΟΛΙΚΗΣ ΣΤΕΡΕΑΣ ΕΥΒΟΙΑΣ	ΒΟΙΩΤΙΑΣ - ΕΥΒΟΙΑΣ – ΦΘΙΩΤΙΔΑ – ΦΩΚΙΔΑ - ΕΥΡΥΤΑΝΙΑ	9ος	ΘΗΒΑ
10	ΠΕΙΡΑΙΑ / ΝΟΤΙΟΔΥΤΙΚΗΣ ΑΤΤΙΚΗΣ	ΠΕΙΡΑΙΑΣ ΝΟΤΙΟΔΥΤΙΚΗ ΑΤΤΙΚΗ	10ος	ΑΤΤΙΚΗ
11	ΑΘΗΝΑΣ	ΑΘΗΝΑ	11ος	ΑΤΤΙΚΗ
12	ΚΡΗΤΗΣ	ΚΡΗΤΗ	12ος	ΗΡΑΚΛΕΙΟ
13	ΚΥΚΛΑΔΕΣ	ΚΥΚΛΑΔΕΣ	13ος	ΝΑΞΟΣ
14	ΔΩΔΕΚΑΝΗΣΟΥ	ΔΩΔΕΚΑΝΗΣΑ	14ος	ΚΩΣ
15	ΧΙΟΥ ΣΑΜΟΥ	ΧΙΟΣ-ΣΑΜΟΣ-ΙΚΑΡΙΑ	15ος	ΧΙΟΣ
16	ΛΕΣΒΟΥ	ΛΕΣΒΟΣ – ΛΗΜΝΟΣ	16ος	ΜΥΤΙΛΗΝΗ ή ΛΗΜΝΟΣ

2) ΑΓΩΝΙΣΜΑΤΑ:

ΑΓΟΡΙΩΝ: 80μ.-150μ.-300μ. – 600μ. - 1.000μ. - 2.000μ. – 100μ.ΕΜΠ. – 300μ.ΕΜΠ. – 2.000μ.Φ.Ε. (Χωρίς Λίμνη) - 5.000μ.ΒΑΔΗΝ - ΥΨΟΣ- ΕΠΙ ΚΟΝΤΩ - ΜΗΚΟΣ - *ΤΕΤΡΑΠΛΟΥΝ- ΣΦΑΙΡΟΒΟΛΙΑ – ΔΙΣΚΟΒΟΛΙΑ –ΣΦΥΡΟΒΟΛΙΑ - ΑΚΟΝΤΙΣΜΟΣ - 4Χ80μ. – *4Χ300μ. (Μικτή).

ΚΟΡΙΤΣΙΩΝ: 80μ.-150μ.- 300μ. – 600μ.-1.000μ. - 2.000μ. – 80μ.ΕΜΠ. – 300μ.ΕΜΠ. - 2.000μ.Φ.Ε. (Χωρίς Λίμνη)– 3.000μ.ΒΑΔΗΝ – ΥΨΟΣ - ΕΠΙ ΚΟΝΤΩ - ΜΗΚΟΣ – *ΤΕΤΡΑΠΛΟΥΝ – ΣΦΑΙΡΟΒΟΛΙΑ – ΔΙΣΚΟΒΟΛΙΑ –ΣΦΥΡΟΒΟΛΙΑ – ΑΚΟΝΤΙΣΜΟΣ - 4Χ80μ. – *4Χ300μ. (Μικτή).

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

► *4Χ300μ. ΜΙΚΤΗ ΣΚΥΤΑΛΟΔΡΟΜΙΑ: Αγόρι – Κορίτσι – Κορίτσι - Αγόρι

3) ΚΑΤΗΓΟΡΙΕΣ ΚΑΙ ΗΛΙΚΙΕΣ ΠΟΥ ΣΥΜΜΕΤΕΧΟΥΝ:

- Κ16 (ΑΓΟΡΙΩΝ - ΚΟΡΙΤΣΙΩΝ) 2011 – 2012

- Κ14 (ΑΓΟΡΙΩΝ - ΚΟΡΙΤΣΙΩΝ) 2013

4) ΑΡΙΘΜΗΤΙΚΗ ΣΥΜΜΕΤΟΧΗ ΣΤΑ ΑΓΩΝΙΣΜΑΤΑ:

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

Κ14 (ΑΓΟΡΙΑ 2013): Σε ΕΝΑ ατομικό αγώνισμα από τα παρακάτω και επιπλέον στη σκυταλοδρομία 4Χ80μ.:

80μ.- 150μ. - 1.000μ. – ΥΨΟΣ - ΕΠΙ ΚΟΝΤΩ - ΜΗΚΟΣ - ΣΦΑΙΡΑ – ΔΙΣΚΟΣ – ΣΦΥΡΑ - ΑΚΟΝΤΙΟ - 4Χ80μ.

Κ14 (ΚΟΡΙΤΣΙΑ 2013): Σε ΕΝΑ ατομικό αγώνισμα από τα παρακάτω και επιπλέον στη σκυταλοδρομία 4Χ80μ.:

80μ.- 150μ. - 1.000μ. – 3.000μ. ΒΑΔΗΝ - ΥΨΟΣ - ΕΠΙ ΚΟΝΤΩ - ΜΗΚΟΣ - ΣΦΑΙΡΑ – ΔΙΣΚΟΣ – ΣΦΥΡΑ - ΑΚΟΝΤΙΟ - 4Χ80μ.

5) ΒΑΘΜΟΛΟΓΙΑ – ΑΞΙΟΛΟΓΗΣΗ:

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

α) Δεν υπάρχουν όρια υψηλής προμοδότησης, μόνο όρια πρόκρισης για το Πανελλήνιο Πρωτάθλημα.

β) Υπάρχουν όρια βαθμολόγησης – αξιολόγησης

γ) Κάθε αθλητής – αθλήτρια και ομάδα σκυταλοδρομίας που πετυχαίνει το όριο βαθμολόγησης και ανεξάρτητα από τη θέση κατάταξής του, βαθμολογείται – αξιολογείται στα ατομικά αγωνίσματα με 4 βαθμούς και κάθε ομάδα σκυταλοδρομίας με 8 βαθμούς.

Παράδειγμα:

Στο άλμα εις μήκος Κ16 (Αγοριών) με όριο βαθμολόγησης 5.10μ. είχαμε τα παρακάτω αποτελέσματα :

1 ^{ος}	νικητής 6.16μ.	βαθμοί	4
2 ^{ος} >>	5.80μ.	>>	4
3 ^{ος} >>	5.10μ.	>>	4
4 ^{ος} >>	5.00μ.	>>	-
5 ^{ος} >>	4.99μ.	>>	-

B6) ΔΙΑΣΥΛΛΟΓΙΚΟΙ ΑΓΩΝΕΣ ΣΥΝΘΕΤΩΝ ΑΓΩΝΙΣΜΑΤΩΝ:

Α) ΔΕΚΑΘΛΟ - ΕΠΤΑΘΛΟ: ΑΝΔΡΩΝ - ΓΥΝΑΙΚΩΝ (2008 & μεγαλύτεροι - μεγαλύτερες) και

Β) ΔΕΚΑΘΛΟ - ΕΠΤΑΘΛΟ: Κ20 (ΑΝΔΡΩΝ – ΓΥΝΑΙΚΩΝ) «2007 – 2010»

Γ) ΔΕΚΑΘΛΟ - ΕΠΤΑΘΛΟ: Κ18 (ΑΝΔΡΩΝ - ΓΥΝΑΙΚΩΝ) «2009 – 2011»

Δ) ΕΞΑΘΛΟ: Κ16 (ΑΓΟΡΙΩΝ - ΚΟΡΙΤΣΙΩΝ) «2011 – 2012»

1) ΟΜΙΛΟΙ:

Διεξάγονται σε δύο (2) ομίλους, σύμφωνα με τον παρακάτω πίνακα και συμμετέχουν όλα τα σωματεία του Σ.Ε.Γ.Α.Σ.

Το ωρολόγιο πρόγραμμα των αγώνων, θα ολοκληρώνεται σε δύο ημέρες.

A/A	Ε.Α.Σ
1	ΑΝΑΤΟΛΙΚΗ ΜΑΚΕΔΟΝΙΑ & ΘΡΑΚΗ - ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗ – ΚΕΝΤΡΙΚΗ ΜΑΚΕΔΟΝΙΑ - ΘΕΣΣΑΛΙΑ – ΔΥΤΙΚΗ ΜΑΚΕΔΟΝΙΑ - ΗΠΕΙΡΟΣ – ΚΕΡΚΥΡΑ – ΛΗΜΝΟΣ (Τόπος Διεξαγωγής: ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗ)
2	ΑΘΗΝΑ – ΠΕΙΡΑΙΑΣ / ΝΟΤΙΟΔΥΤΙΚΗ ΑΤΤΙΚΗ - ΒΟΡΕΙΑ ΠΕΛΟΠΟΝΝΗΣΟΣ – ΠΕΡΙΦΕΡΕΙΑ ΠΕΛΟΠΟΝΝΗΣΟΥ – ΑΝΑΤΟΛΙΚΗ ΣΤΕΡΕΑ / ΕΥΒΟΙΑ - ΛΕΣΒΟΣ - ΧΙΟΣ / ΣΑΜΟΣ – ΚΥΚΛΑΔΕΣ - ΔΩΔΕΚΑΝΗΣΑ – ΚΡΗΤΗ (Τόπος Διεξαγωγής: ΑΤΤΙΚΗ)

2). ΑΓΩΝΙΣΜΑΤΑ:**► ΔΕΚΑΘΛΟ ΑΝΔΡΩΝ ΚΑΙ Κ 20 ΑΝΔΡΩΝ ***

Α΄ ΗΜΕΡΑ: 100μ. – ΜΗΚΟΣ – ΣΦΑΙΡΟΒΟΛΙΑ – ΥΨΟΣ – 400μ.

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

* Τα τρία αγωνίσματα της κατηγορίας Κ20 (Α): 110μ.Εμπ. (0,99εκ) - Σφαιροβολία 6κ.) – Δισκοβολία (1.750γρ.), διεξάγονται ξεχωριστά με τις προδιαγραφές της κατηγορίας Κ20 (Α).

► ΕΠΤΑΘΛΟ ΓΥΝΑΙΚΩΝ ΚΑΙ Κ 20 ΓΥΝΑΙΚΩΝ:

Α΄ ΗΜΕΡΑ: 100μ.ΕΜΠ – ΥΨΟΣ – ΣΦΑΙΡΟΒΟΛΙΑ – 200μ.

Β΄ ΗΜΕΡΑ: ΜΗΚΟΣ – ΑΚΟΝΤΙΣΜΟΣ – 800μ.

• ΚΑΤΗΓΟΡΙΕΣ ΚΑΙ ΗΛΙΚΙΕΣ ΠΟΥ ΣΥΜΜΕΤΕΧΟΥΝ:

Α) ΑΝΔΡΩΝ - ΓΥΝΑΙΚΩΝ *2008 και μεγαλύτεροι - ρες

Β) Κ20 (ΑΝΔΡΩΝ - ΓΥΝΑΙΚΩΝ) 2007 – 2008 – 2009 - 2010

Οι αθλητές – αθλήτριες με έτη γέννησης 2007 – 2008 – 2009 - 2010, έχουν δικαίωμα να δηλωθούν και να συμμετάσχουν σε ΕΝΑ μόνο σύνθετο αγώνισμα

π.χ. Δέκαθλο Ανδρών ή Δέκαθλο Κ20 (Α) «2007 – 2008»

Δέκαθλο Κ20 (Α) ή Δέκαθλο Κ18 (Α) «2009»

Δέκαθλο Κ20 (Α) ή Δέκαθλο Κ18 (Α) «2010»

*. Οι αθλητές με έτη γέννησης 2007 – 2008, εάν επιλέξουν να συμμετάσχουν στην κατηγορία Ανδρών, τότε θα υπολογίζονται μόνο για τη βαθμολόγηση – αξιολόγηση των 12 καλύτερων επιδόσεων.

► ΔΕΚΑΘΛΟ Κ18 (ΑΝΔΡΩΝ):

Α΄ ΗΜΕΡΑ: 100μ. – ΜΗΚΟΣ – ΣΦΑΙΡΟΒΟΛΙΑ – ΥΨΟΣ – 400μ.

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

► ΕΠΤΑΘΛΟ Κ18 (ΓΥΝΑΙΚΩΝ):

Α΄ ΗΜΕΡΑ: 100μ.ΕΜΠ – ΥΨΟΣ – ΣΦΑΙΡΟΒΟΛΙΑ – 200μ.

Β΄ ΗΜΕΡΑ: ΜΗΚΟΣ – ΑΚΟΝΤΙΣΜΟΣ – 800μ.

• ΚΑΤΗΓΟΡΙΕΣ ΚΑΙ ΗΛΙΚΙΕΣ ΠΟΥ ΣΥΜΜΕΤΕΧΟΥΝ:

- Κ18 (ΑΝΔΡΩΝ - ΓΥΝΑΙΚΩΝ) 2009 - 2010 - 2011

3). ΒΑΘΜΟΛΟΓΙΑ – ΑΞΙΟΛΟΓΗΣΗ ΓΙΑ ΤΙΣ ΚΑΤΗΓΟΡΙΕΣ Α/Γ – Κ20 (Α/Γ) ΚΑΙ Κ18 (Α/Γ):

Για κάθε μία από τις παραπάνω κατηγορίες: Α/Γ (2006 και μεγαλύτεροι – ρες), Κ20 (Α/Γ) (2007 – 2008) και Κ18 (Α/Γ) (2009 – 2011), θα ισχύει χωριστή βαθμολογία όπου θα βαθμολογούνται, σύμφωνα με όσα αναφέρονται παρακάτω, οι αθλητές – τριες που θα πετύχουν τα αντίστοιχα όρια βαθμολόγησης.

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

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

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

ΣΗΜΕΙΩΣΗ:

Α) Επιπλέον κάθε αθλητής – τρία που πετυχαίνει το όριο βαθμολόγησης και κατατάσσεται μετά τη 16η θέση, θα παίρνει ΕΝΑΝ (1) βαθμό.

Β) Θα ισχύσει και σ' αυτούς τους αγώνες το σύστημα προμοδότσης υψηλών επιδόσεων.

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

17-15-14-13-12-11-10-9-8-7-6-5-4-3-2-1 κ.λπ. και ανεξάρτητα από το πόσοι αθλητές -τρεις 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.

Γ) Για την ξεχωριστή βαθμολόγηση - αξιολόγηση των κατηγοριών Α/Γ και Κ20 (Α/Γ) ισχύουν όλα όσα αναφέρονται και για τα υπόλοιπα ατομικά αγωνίσματα στο κεφ. Β2.

Δ) Για τη βαθμολόγηση - αξιολόγηση των 12 καλύτερων επιδόσεων των αθλητών - αθλητριών και των δύο ομίλων, από τις κατηγορίες Ανδρών και Γυναικών - Κ20 (Γ), ισχύουν όλα όσα αναφέρονται και για τα υπόλοιπα ατομικά αγωνίσματα στο κεφ. Β3.

Βαθμολογούνται – Αξιολογούνται: Οι 12 καλύτερες επιδόσεις της κατηγορίας Ανδρών (2008 και μεγαλύτεροι).

Βαθμολογούνται – Αξιολογούνται: Οι 12 καλύτερες επιδόσεις της ενιαίας κατηγορίας Γυναικών – K20 (Γ) (2008 και μεγαλύτερες).

ΔΕΝ βαθμολογούνται – αξιολογούνται οι 12 καλύτερες επιδόσεις της κατηγορίας K20 (Ανδρών) «2007 – 2009».

Ε) Για τη συμμετοχή των αθλητών – αθλητριών σε διαφορετικό όμιλο από τον όμιλο που ανήκει το σωματείο τους, ισχύουν όλα όσα αναφέρονται στο κεφ. Β3.

B7) ΔΙΑΣΥΛΛΟΓΙΚΟΙ ΑΓΩΝΕΣ ΣΥΝΘΕΤΩΝ ΑΓΩΝΙΣΜΑΤΩΝ K16 (ΑΓΟΡΙΩΝ - ΚΟΡΙΤΣΙΩΝ) «2011 – 2012»:

ΠΡΟΣΟΧΗ: Οι αγώνες το 2026 θα διεξαχθούν τις ίδιες ημερομηνίες και στο ίδιο οργανωτικό με τους ομίλους των διασυλλογικών αγώνων ατομικών αγωνισμάτων Α/Γ, K20 (Α/Γ) (όπως γινόταν αντίστοιχα μέχρι και το 2024).

1) ΑΓΩΝΙΣΜΑΤΑ:

► ΕΞΑΘΛΟ K16 (ΑΓΟΡΙΩΝ):

Α΄ ΚΥΚΛΟΣ : 100μ.ΕΜΠ – ΜΗΚΟΣ - ΣΦΑΙΡΟΒΟΛΙΑ

Β΄ ΚΥΚΛΟΣ: ΥΨΟΣ - ΑΚΟΝΤΙΣΜΟΣ – 1.000μ.

► ΕΞΑΘΛΟ K16 (ΚΟΡΙΤΣΙΩΝ):

Α΄ ΚΥΚΛΟΣ: 80μ.ΕΜΠ – ΜΗΚΟΣ - ΣΦΑΙΡΟΒΟΛΙΑ

Β΄ ΚΥΚΛΟΣ: ΥΨΟΣ - ΑΚΟΝΤΙΣΜΟΣ – 600μ.

2) ΚΑΤΗΓΟΡΙΕΣ ΚΑΙ ΗΛΙΚΙΕΣ ΠΟΥ ΣΥΜΜΕΤΕΧΟΥΝ:

K16 (ΑΓΟΡΙΩΝ - ΚΟΡΙΤΣΙΩΝ): 2011 – 2012

3) ΒΑΘΜΟΛΟΓΙΑ – ΑΞΙΟΛΟΓΗΣΗ:

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

α) Δεν υπάρχουν όρια υψηλής πριμοδότησης

β) Υπάρχουν μόνο όρια βαθμολόγησης – αξιολόγησης

γ) Κάθε αθλητής – αθλήτρια που πετυχαίνει το όριο βαθμολόγησης και ανεξάρτητα με τη θέση κατάταξης βαθμολογείται – αξιολογείται με 8 βαθμούς.

B 8) ΔΙΑΣΥΛΛΟΓΙΚΟΙ ΑΓΩΝΕΣ Κ14 (ΑΓΟΡΙΩΝ - ΚΟΡΙΤΣΙΩΝ)

1) ΚΑΤΗΓΟΡΙΑ ΚΑΙ ΗΛΙΚΙΕΣ ΠΟΥ ΣΥΜΜΕΤΕΧΟΥΝ:

- Κ14 (ΑΓΟΡΙΩΝ - ΚΟΡΙΤΣΙΩΝ): 2013 - 2014

2) ΑΓΩΝΙΣΜΑΤΑ: ΔΙΕΞΑΓΟΝΤΑΙ ΜΕ ΑΞΙΟΛΟΓΗΣΗ ΤΡΕΙΣ ΑΓΩΝΕΣ ΤΡΙΑΘΛΩΝ ΚΑΙ ΕΝΑΣ ΑΓΩΝΑΣ ΑΤΟΜΙΚΩΝ ΑΓΩΝΙΣΜΑΤΩΝ

3) ΔΙΟΡΓΑΝΩΤΡΙΕΣ Ε.Α.Σ. - ΟΜΙΛΟΙ:

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

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

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

4) ΠΛΑΙΣΙΟ ΔΙΕΞΑΓΩΓΗΣ ΤΡΙΑΘΛΩΝ:

α) Διεξάγονται ΤΡΕΙΣ ΑΓΩΝΕΣ ΤΡΙΑΘΛΟΥ, σε τρεις διαφορετικές ημερομηνίες

β) ΑΓΩΝΙΣΜΑΤΑ ΠΟΥ ΠΕΡΙΛΑΜΒΑΝΟΝΤΑΙ ΣΤΑ ΤΡΙΑΘΛΑ:

Δρόμοι: 60μ. – 800μ. – 60μ.εμπ.(0,50 εκ.- 0,76 εκ.)

Άλματα: Ύψος – Μήκος

Ρίψεις: Σφαιροβολία (3κ) – Turbo Jan ή Μπαλάκι ή Vortex

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

1) Δρομικό: 60μ. – 800μ. - Μήκος

2) Αλτικό: 60μ.Εμπόδια (0,50 – 0,76 εκ.) – Ύψος – Μήκος

3) Ριπτικό: 60μ. – Σφαίρα (3κ) – Turbo Jan ή Μπαλάκι ή Vortex

Οι Ε.Α.Σ. διοργανώνουν τα τρία τρίαθλα ανάλογα με τη σειρά που επιτρέπουν οι τοπικές συνθήκες π.χ. Μπορεί να διεξαχθεί ως πρώτος αγώνας το ριπτικό ή το δρομικό τρίαθλο κ.λπ.

5) ΠΛΑΙΣΙΟ ΔΙΕΞΑΓΩΓΗΣ ΑΓΩΝΩΝ ΑΤΟΜΙΚΩΝ ΑΓΩΝΙΣΜΑΤΩΝ:

Διεξάγεται με αξιολόγηση ένας αγώνας ατομικών αγωνισμάτων

Α) ΑΓΩΝΙΣΜΑΤΑ:

60μ.– 150μ.– 800μ.– 60μ.Εμπόδια (0,50 εκ. – 0,76 εκ.) – 2.000μ.Βάδην - Ύψος – Επί κοντώ – Μήκος – Σφαίρα (3κ) – Turbo Jan ή Μπαλάκι ή Vortex - Δίσκος (750γρ.) - Σφύρα (3κ) - Ακόντιο (500γρ.)

Β) ΔΙΚΑΙΩΜΑ ΣΥΜΜΕΤΟΧΗΣ ΣΤΑ ΑΓΩΝΙΣΜΑΤΑ:

Κάθε αθλητής – αθλήτρια συμμετέχει σε ένα μόνο αγώνισμα

6) ΒΑΘΜΟΛΟΓΙΑ – ΑΞΙΟΛΟΓΗΣΗ:

• Για κάθε έναν από τους 4 αγώνες με αξιολόγηση (τρία τρίαθλα και ένας αγώνας με ατομικά αγωνίσματα), η βαθμολογία – αξιολόγηση είναι σύμφωνα με τα παρακάτω:

Το κάθε σωματείο βαθμολογείται αξιολογείται ανάλογα με την αριθμητική συμμετοχή των αθλητών – αθλητριών του:

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

Με ΔΕΚΑ (10) βαθμούς, εάν συμμετέχει με 10 και περισσότερους αθλητές - τριες συνολικά.

Επομένως οι περισσότεροι βαθμοί που μπορεί να συγκεντρώσει ένα σωματείο από τους διασυλλογικούς αγώνες της κατηγορίας Κ14 είναι:

Α΄ Αγώνας - Τρίαθλο: 10 Βαθμοί

Β΄ Αγώνας - Τρίαθλο: 10 Βαθμοί

Γ΄ Αγώνας - Τρίαθλο: 10 Βαθμοί

Δ΄ Αγώνας – Ατομικά αγωνίσματα: 10 Βαθμοί

ΣΥΝΟΛΟ = 40 Βαθμοί

7) ΤΡΙΑΘΛΑ: ΑΤΟΜΙΚΗ ΚΑΤΑΤΑΞΗ – ΒΡΑΒΕΥΣΕΙΣ:

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

β) Βραβεύονται οι τρεις πρώτοι νικητές και οι τρεις πρώτες νικήτριες της συνολικής κατάταξης σε κάθε Τρίαθλο, σύμφωνα με τους κανονισμούς που ισχύουν για τα σύνθετα αγωνίσματα.

γ) Προτείνεται επίσης και η βράβευση των 3 πρώτων νικητών - νικητριών των επιμέρους ατομικών αγωνισμάτων που συμπεριλαμβάνονται σε κάθε τρίαθλο. (π.χ. οι τρεις πρώτοι στα 60μ.εμπ., οι τρεις πρώτοι στα 800μ., οι τρεις πρώτες στο ύψος, οι τρεις πρώτες στο μπαλάκι κ.λπ.).

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

8) ΤΕΧΝΙΚΕΣ ΔΙΑΤΑΞΕΙΣ:

α) Στο Άλμα εις Μήκος - Σφαιροβολία – Turbo Jan - Μπαλάκι ή Vortex: Ανάλογα με τις αριθμητικές συμμετοχές σε κάθε αγώνισμα και τις προδιαγραφές των σταδίων (ένα ή δύο σκάμματα, μία ή δύο βαλβίδες σφαίρας κ.λπ.), οι αθλητές – αθλήτριες με απόφαση του τεχνικού υπευθύνου των αγώνων θα πραγματοποιούν τρεις (3) ή δύο (2) προσπάθειες.

β) Στο Άλμα εις Ύψος: Οι αθλητές – αθλήτριες θα ολοκληρώνουν τον αγώνα τους μετά από ΤΡΕΙΣ (3) συνολικά αποτυχημένες (άκυρες) προσπάθειες, ανεξάρτητα εάν είναι συνεχόμενες ή όχι. Σε περίπτωση μικρής αριθμητικής συμμετοχής, ο τεχνικός υπεύθυνος των αγώνων μπορεί να καθορίσει διαφορετικό πλαίσιο διεξαγωγής του αγωνίσματος.

γ) Στα 60μ.εμπόδια το προτεινόμενο ύψος, ανάλογα με τις τεχνικές προδιαγραφές των διαθέσιμων εμποδίων, είναι 0,50 – 0,76 εκ.

9) ΓΕΝΙΚΕΣ ΔΙΑΤΑΞΕΙΣ:

Στους αγώνες δεν θα καλυφθούν έξοδα μετακίνησης.

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

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

Μία ομαδική κατάταξη και απονομή για τα ΑΓΟΡΙΑ και μία ομαδική κατάταξη και απονομή για τα ΚΟΡΙΤΣΙΑ, σε κάθε αγωνιστική ημέρα.

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

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

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

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

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

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

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

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

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

Σημείωση: Στο πλαίσιο της αγωνιστικής εξέλιξης και πολύπλευρης προπόνησης των νεαρών αθλητών – αθλητριών και της διεξαγωγής μεγαλύτερου αριθμού αγώνων, είναι απαραίτητο οι Ε.Α.Σ. και τα σωματεία να διοργανώνουν επιπλέον και χωρίς αξιολόγηση, μια σειρά αγώνων πολυάθλων με τη μορφή «τριάθλου, τετράθλου, πεντάθλου και εξάθλου», τα οποία θα περιλαμβάνουν τα αγωνίσματα που αναφέρονται παραπάνω.

Οι αγώνες αυτοί προτείνεται να διεξάγονται κάθε δεύτερο Σαββατοκύριακο αρχικά ως εσωτερικοί αγώνες σωματείων, στη συνέχεια ως αγώνες μεταξύ δύο ή και περισσότερων σωματείων και θα κορυφώνονται ως αγώνες σε επίπεδο Ε.Α.Σ. και περιφέρειας, με τη συμμετοχή συγκεκριμένου αριθμού αθλητών – αθλητριών.

ΚΕΦΑΛΑΙΟ Γ΄: ΠΡΟΤΕΙΝΟΜΕΝΕΣ ΑΓΩΝΙΣΤΙΚΕΣ ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΕΣ Κ12 (ΑΓΟΡΙΩΝ - ΚΟΡΙΤΣΙΩΝ)

Οι αγωνιστικές δραστηριότητες – αγώνες για την κατηγορία Κ12 (ΑΓΟΡΙΩΝ - ΚΟΡΙΤΣΙΩΝ) προγραμματίζονται και διεξάγονται με ευθύνη και πρωτοβουλία των σωματείων και των Ε.Α.Σ.

Προτείνεται για την χρονική περίοδο από Οκτώβριο μέχρι και Μάιο η διεξαγωγή: 2αθλων, 3αθλων, με κορύφωση έναν αγώνα τετράθλου

Οι αγώνες έχουν ομαδικό χαρακτήρα.

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

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

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

Σε όλα τα αγωνίσματα και συνολικά σε κάθε 2αθλο, 3αθλο, 4άθλο, υπάρχει ΜΟΝΟ ομαδική κατάταξη.

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

ΑΓΩΝΙΣΜΑΤΑ ΔΡΟΜΩΝ:

50μ. ή 60μ. – 600μ.

50μ. Εμπόδια (Εμπόδια 5 – Ύψος 0,35 - 0,50 – Αποστάσεις 12 - 7 - 10) ή

60μ. Εμπόδια (Εμπόδια 6 – Ύψος 0,35 - 0,50 – Αποστάσεις 12,5 – 7,5 - 10)

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

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

Σκυταλοδρομία Kids Athletics “Αντοχής” (Formula)

ΑΓΩΝΙΣΜΑΤΑ ΑΛΜΑΤΩΝ:

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

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

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

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

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

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

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

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

ΑΓΩΝΙΣΜΑΤΑ ΡΙΨΕΩΝ:

Σφαίρα: 1 – 2 κιλά

Ιατρική Μπάλα: 2 κιλά

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

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

ΓΕΝΙΚΕΣ ΔΙΑΤΑΞΕΙΣ ΓΙΑ ΟΛΕΣ ΤΙΣ ΡΙΨΕΙΣ:

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

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

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

ΚΕΦΑΛΑΙΟ Δ΄: ΓΕΝΙΚΕΣ ΔΙΑΤΑΞΕΙΣ ΠΟΥ ΙΣΧΥΟΥΝ ΓΙΑ ΟΛΟΥΣ ΤΟΥΣ ΔΙΑΣΥΛΛΟΓΙΚΟΥΣ ΑΓΩΝΕΣ

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

Στις κεντρικές προκηρύξεις των διασυλλογικών αγώνων που εκδίδονται από τον Σ.Ε.Γ.Α.Σ., θα αναφέρονται το σύνολο των τεχνικών διατάξεων διεξαγωγής των αγώνων, αλλά και κάθε άλλη πιθανή τροποποίηση στο αγωνιστικό πλαίσιο.

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

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

- α) Οι ημερομηνίες, οι όμιλοι και τα στάδια διεξαγωγής των αγώνων.
- β) Το αναλυτικό ωρολόγιο πρόγραμμα.
- γ) Τα αναλυτικά έξοδα μετακίνησης, όπου υπάρχουν

2) ΔΗΛΩΣΕΙΣ ΣΥΜΜΕΤΟΧΗΣ:

α) Τα σωματεία θα στέλνουν τη δήλωση συμμετοχής στις κατά τόπους Ε.Α.Σ. τρεις – τέσσερις (3 - 4) ημέρες πριν από την έναρξη των διασυλλογικών αγώνων.

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

3) ΔΙΑΔΟΧΙΚΑ ΎΨΗ:

Τα διαδοχικά ύψη στους διασυλλογικούς αγώνες Α/Γ καθορίζονται από τον Σ.Ε.Γ.Α.Σ. και αναφέρονται στη συνημμένη προκήρυξη και στο αντίστοιχο κεφάλαιο.

Για τους διασυλλογικούς αγώνες Κ18 και Κ16, οι διοργανωτές θα καθορίζουν τα διαδοχικά ύψη των ειδικών προκηρύξεων σύμφωνα με τα παρακάτω:

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

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

Για τα σύνθετα αγωνίσματα:

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

4) ΥΠΟΧΡΕΩΣΕΙΣ ΤΩΝ Ε.Α.Σ. Σ.Ε.Γ.Α.Σ:

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

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

β) Τα στατιστικά στοιχεία των αγώνων.

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

δ) Τα γραμμάτια είσπραξης των σωματείων στέλνονται από τα σωματεία στην Ε.Α.Σ. στην οποία ανήκουν, συνοδευόμενα από τα απαραίτητα αποδεικτικά στοιχεία. Δεν στέλνονται στον Σ.Ε.Γ.Α.Σ. γραμμάτια με έξοδα μετακίνησης διασυλλογικών αγώνων από τα σωματεία.

5) ΕΠΑΘΛΑ:

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

6) ΑΞΙΟΛΟΓΗΣΗ:

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

7) ΟΙΚΟΝΟΜΙΚΑ:

Έξοδα μετακίνησης στους διασυλλογικούς αγώνες θα καλύπτονται σύμφωνα με το παρακάτω πλαίσιο:

Α) ΗΠΕΙΡΩΤΙΚΗ ΕΛΛΑΔΑ:

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

2) Για τα υπόλοιπα σωματεία και για τους αθλητές που κατετάγησαν στις θέσεις 1η – 3η και πέτυχαν τα όρια βαθμολόγησης – καταβολής εξόδων, θα καλύπτεται 100% ΜΟΝΟ Η ΜΕΤΑΚΙΝΗΣΗ (εισιτήριο λεωφορείου).

3) Επίσης θα καλύπτονται αντίστοιχα και σύμφωνα με όσα αναφέρονται παραπάνω στις παραγράφους 1 – 2, τα έξοδα μετακίνησης 100% (εισιτήριο λεωφορείου) ΕΝΟΣ συνοδού από κάθε σωματείο, με την προϋπόθεση ότι το σωματείο θα έχει έναν τουλάχιστον αθλητή – τρία στις θέσεις κατάταξης 1η – 3η ενός αγωνίσματος (που φυσικά πέτυχε και τα όρια βαθμολόγησης – καταβολής εξόδων) και επιπλέον το σωματείο συμμετείχε στους αγώνες με 3 τουλάχιστον αθλητές – τρεις συνολικά (εκτός από τους αγώνες συνθέτων αγωνισμάτων).

4) Ειδικά για τους διασυλλογικούς αγώνες Α/Γ – Κ20, οι δύο ηλικιακές κατηγορίες υπολογίζονται ως ενιαίες (εκτός από τα 4 αγωνίσματα της κατηγορίας Κ20) και ισχύουν τα παρακάτω:

α) Η κάλυψη των εξόδων μετακίνησης 1η – 3η θέση ισχύει για τη συνολική ενιαία κατάταξη των αθλητών – αθλητριών και από τις δύο κατηγορίες μαζί και με την προϋπόθεση ότι οι αθλητές – αθλήτριες έχουν πετύχει τα αντίστοιχα όρια βαθμολόγησης στην ηλικιακή κατηγορία που ανήκουν Α/Γ ή Κ20. Για την κάλυψη των εξόδων μετακίνησης ενός μόνο συνοδού από κάθε σωματείο, η αριθμητική συμμετοχή τουλάχιστον 3 αθλητών – αθλητριών υπολογίζεται συνολικά και από τις δύο ηλικιακές κατηγορίες μαζί (Α/Γ και Κ20).

β) Μετά από έγκριση του Σ.Ε.Γ.Α.Σ. (για τους αθλητές και συνοδούς που αναφέρονται στις παραπάνω παραγράφους), όταν είναι απολύτως απαραίτητο μπορεί να καλύπτεται μία διανυκτέρευση και τα αντίστοιχα γεύματα.

Β) ΝΗΣΙΩΤΙΚΗ ΕΛΛΑΔΑ:

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

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

1) Ακτοπλοϊκό εισιτήριο.

2) Διατροφή (10 ευρώ το γεύμα) και διαμονή (20 ευρώ η διαμονή), ΜΟΝΟ στην περίπτωση που είναι απολύτως απαραίτητα λόγω των συνθηκών μετακίνησης και του προγράμματος των ακτοπλοϊκών δρομολογίων.

3) Για τους αθλητές – τρεις που πέτυχαν τα όρια βαθμολόγησης – καταβολής εξόδων και κατετάγησαν στις θέσεις 4η – 6η, κάλυψη 50% των εξόδων, σύμφωνα με όσα αναφέρονται παραπάνω στις παραγράφους 1 - 2.

4) Επίσης θα καλύπτονται αντίστοιχα και σύμφωνα με όσα αναφέρονται παραπάνω στις παραγράφους 1 - 2, τα έξοδα μετακίνησης 100% ΕΝΟΣ συνοδού από κάθε σωματείο, με την προϋπόθεση ότι το σωματείο θα έχει έναν τουλάχιστον αθλητή – τρία στις θέσεις κατάταξης 1η – 3η ενός αγωνίσματος (που φυσικά πέτυχε και τα όρια βαθμολόγησης – καταβολής εξόδων).

5) Ειδικά για τους διασυλλογικούς αγώνες Α-Γ και Κ20, οι αθλητές – αθλήτριες υπολογίζονται ως ενιαία κατηγορία (έκτος από τα 4 αγωνίσματα της κατηγορίας Κ20), όπως αναφέρεται παραπάνω για την Ηπειρωτική Ελλάδα).

Γ) ΤΟ ΠΛΑΙΣΙΟ ΚΑΛΥΨΗΣ ΤΩΝ ΕΞΟΔΩΝ ΜΕΤΑΚΙΝΗΣΗΣ ΤΩΝ ΔΙΑΣΥΛΛΟΓΙΚΩΝ ΑΓΩΝΩΝ, ΜΠΟΡΕΙ ΝΑ ΤΡΟΠΟΠΟΙΗΘΕΙ ΚΑΤΑ ΤΗ ΔΙΑΡΚΕΙΑ ΤΗΣ ΤΡΕΧΟΥΣΑΣ ΑΓΩΝΙΣΤΙΚΗΣ ΧΡΟΝΙΑΣ, ΜΕ ΑΠΟΦΑΣΗ ΤΟΥ Σ.Ε.Γ.Α.Σ.

8) ΚΥΡΩΣΕΙΣ - ΑΡΝΗΤΙΚΗ ΒΑΘΜΟΛΟΓΙΑ:

Η Επιτροπή Αναπτυξιακού Σωματειακού Αθλητισμού, μετά τη διεξαγωγή των διασυλλογικών αγώνων, ελέγχει την ορθότητα και εγκυρότητα των συμμετοχών (ηλικίες, αριθμός αγωνισμάτων κ.λπ.) και σε περίπτωση παρατυπιών εισηγείται αντίστοιχα στο Δ.Σ. του Σ.Ε.Γ.Α.Σ.

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

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

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

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

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

δ) Ειδικά σε περίπτωση πλαστοπροσωπίας και παραποίησης στοιχείων με τα οποία δηλώνεται ο αθλητής - τρια, θα ισχύουν όσα αναφέρονται αντίστοιχα παραπάνω στις παραγράφους α, β και γ και επιπλέον θα αφαιρούνται εκατό βαθμοί (-100) για κάθε αντικανονική συμμετοχή, από το σύνολο των βαθμών των διασυλλογικών αγώνων που συγκέντρωσε το σωματείο την τρέχουσα αγωνιστική περίοδο.

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

► ΚΕΦΑΛΑΙΟ Ε΄

ΕΑΡΙΝΟΙ ΑΓΩΝΕΣ ΑΝΔΡΩΝ – ΓΥΝΑΙΚΩΝ

Οι Εαρινοί Αγώνες διεξάγονται κάθε δύο χρόνια, τη χρονιά που διεξάγεται το Ευρωπαϊκό πρωτάθλημα ομάδων και αποτελούν συνέχεια των διασυλλογικών αγώνων Α/Γ και Κ20 (Α/Γ) του αντίστοιχου έτους.

Το 2026 ΔΕΝ θα διεξαχθούν Εαρινοί αγώνες, θα διεξαχθούν το 2027.

ΚΕΦΑΛΑΙΟ ΣΤ΄. ΔΙΟΡΓΑΝΩΣΗ ΑΓΩΝΩΝ ΕΝΤΟΣ ΣΤΑΔΙΟΥ ΑΠΟ ΤΑ ΣΩΜΑΤΕΙΑ:

Ο Σ.Ε.Γ.Α.Σ. καθιερώνει βαθμολογικά κίνητρα στα σωματεία για τη διοργάνωση νέων αγώνων στίβου, αλλά και για τα σωματεία που ήδη διοργανώνουν αγώνες και θα συνεχίσουν και το 2026 τη διοργάνωση αυτών των αγώνων.

Τα σωματεία μπορούν να διοργανώνουν αγώνες εντός σταδίου Ανοιχτού και Κλειστού Στίβου, **με κάλυψη των οργανωτικών εξόδων από τους διοργανωτές – σωματεία**, είτε από ιδίους πόρους των σωματείων, είτε μέσω χρηματοδότησης από την Τοπική Αυτοδιοίκηση ή ιδιωτικούς φορείς κ.λπ.

Οι αγώνες αυτοί δεν μπορούν να είναι οι θεσμοθετημένοι αγώνες του Σ.Ε.Γ.Α.Σ. (Διασυλλογικοί αγώνες, Πανελλήνια Πρωταθλήματα, Εαρινοί, Αναπτυξιακοί αγώνες Ρίψεων - Αλμάτων κ.λπ.).

Οι αγώνες θα πρέπει να πληρούν τις απαραίτητες προϋποθέσεις ένταξης στο καλεντάρι του Σ.Ε.Γ.Α.Σ. ή των Ε.Α.Σ. και να έχουν στο πρόγραμμα τους το λιγότερο 8 συνολικά αγωνίσματα από τρεις ηλικιακές κατηγορίες.

Τον κάθε ένα από τους παραπάνω αγώνες μπορεί να διοργανώσει ένα σωματείο ή να συνδιοργανώσουν και να αξιολογηθούν αντίστοιχα μέχρι και δύο το ανώτερο σωματεία.

Ανάλογα με την κατηγορία των αγώνων το κάθε σωματείο θα βαθμολογείται σύμφωνα με τους παρακάτω βαθμούς διασυλλογικών αγώνων και ανάλογα με την κατηγορία που εντάσσεται ο κάθε αγώνας:

Β κατηγορία = 35 / C = 30 / D = 25 / E = 20 / F=15 / Περιφερειακοί και Τοπικοί = 10 βαθμοί.

Το κάθε σωματείο βαθμολογείται το ανώτερο από δύο αγώνες συνολικά.

Δεν βαθμολογούνται – αξιολογούνται αγώνες στους οποίους η προκήρυξη προβλέπει τη συμμετοχή μόνο των αθλητών – αθλητριών των διοργανωτών σωματείων (εσωτερικοί αγώνες).

Σύμφωνα με την εκάστοτε προκήρυξη θα πρέπει να δίνεται η δυνατότητα συμμετοχής στους αθλητές – αθλήτριες όλων των σωματείων του Σ.Ε.Γ.Α.Σ. με τις απαραίτητες φυσικά προϋποθέσεις αριθμητικών συμμετοχών για την σωστή εκτέλεση του ωρολογίου προγράμματος και της κατηγορίας των αγώνων.

Οι παραπάνω βαθμοί, μετά από την εξέταση των προϋποθέσεων και της σωστής διοργάνωσης των αγώνων σύμφωνα με τους κανονισμούς του Σ.Ε.Γ.Α.Σ., θα εντάσσονται στη συνολική αξιολόγηση των διασυλλογικών αγώνων και θα αποδίδονται στα σωματεία μετά από εισήγηση της Επιτροπής Ανάπτυξης και απόφασης του Δ.Σ. του Σ.Ε.Γ.Α.Σ.

ΚΕΦΑΛΑΙΟ Ζ΄: ΚΕΝΤΡΙΚΕΣ ΔΙΑΤΑΞΕΙΣ ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΩΝ ΠΡΩΤΑΘΛΗΜΑΤΩΝ

1) ΓΕΝΙΚΑ:

Τα Πανελλήνια Πρωταθλήματα θα διεξάγονται με την ευθύνη του Σ.Ε.Γ.Α.Σ. και με τη μέριμνα της Ε.Α.Σ. στην οποία ανατέθηκε η διοργάνωσή τους.

Μετέχουν όλα τα σωματεία του Σ.Ε.Γ.Α.Σ., εφ' όσον έχουν αθλητές – τριες που δικαιούνται συμμετοχής, σύμφωνα με όσα ορίζονται από την ειδική προκήρυξη του κάθε πρωταθλήματος και τις ισχύουσες Υπουργικές αποφάσεις.

Τα Πανελλήνια Πρωταθλήματα είναι τα παρακάτω:

- ΑΝΔΡΩΝ – ΓΥΝΑΙΚΩΝ
- Κ23 (ΑΝΔΡΩΝ - ΓΥΝΑΙΚΩΝ)
- Κ20 (ΑΝΔΡΩΝ - ΓΥΝΑΙΚΩΝ)
- Κ18 (ΑΝΔΡΩΝ - ΓΥΝΑΙΚΩΝ)
- Κ16 Α΄ ΦΑΣΗ ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΟΥ ΑΝΑΠΤΥΞΙΑΚΟΥ ΠΡΩΤΑΘΛΗΜΑΤΟΣ (ΑΓΟΡΙΩΝ - ΚΟΡΙΤΣΙΩΝ) «ΒΟΡΕΙΟΥ – ΝΟΤΙΟΥ ΟΜΙΛΟΥ» ΚΑΙ ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΟ ΠΡΩΤΑΘΛΗΜΑ Κ16 (Α/Κ) «ΕΝΑΣ ΟΜΙΛΟΣ»
- ΔΡΟΜΟΥ ΣΕ ΑΝΩΜΑΛΟ ΕΔΑΦΟΣ
- ΟΡΕΙΝΟΥ ΔΡΟΜΟΥ – ΒΟΥΝΟΥ (Χωρίς αξιολόγηση και καταβολή εξόδων μετακίνησης)
- ΥΠΕΡΑΠΟΣΤΑΣΕΩΝ (Χωρίς αξιολόγηση και καταβολή εξόδων μετακίνησης)
- ΚΛΕΙΣΤΟΥ ΣΤΙΒΟΥ ΑΝΔΡΩΝ – ΓΥΝΑΙΚΩΝ (Χωρίς αξιολόγηση και καταβολή εξόδων μετακίνησης)

2) ΟΡΙΑ ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΩΝ ΠΡΩΤΑΘΛΗΜΑΤΩΝ:

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

3) ΣΥΜΜΕΤΟΧΗ ΑΝΑΛΟΓΑ ΜΕ ΤΗΝ ΚΑΤΗΓΟΡΙΑ:

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

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

* Για το Πανελλήνιο Κ16, όπου ΝΑΙ* αναφερόμαστε στην κατηγορία Κ14 της τελευταίας χρονιάς (2013).

Για το Πανελλήνιο Πρωτάθλημα Κ23, όπου ΝΑΙ* αναφερόμαστε στην κατηγορία Κ18 επίσης της τελευταίας χρονιάς (2009) **και μόνο για τα αγωνίσματα των σκυταλοδρομιών.**

4) ΔΙΚΑΙΩΜΑ ΣΥΜΜΕΤΟΧΗΣ:

Στα Πανελλήνια Πρωταθλήματα Ανοιχτού και * Κλειστού Στίβου:

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

1) Που κατετάγησαν στην ΔΩΔΕΚΑΔΑ (12αδα) του αντιστοίχου ατομικού αγωνίσματος, στο Πανελλήνιο Πρωτάθλημα που αγωνίστηκαν την προηγούμενη ή την τρέχουσα χρονιά. Ειδικά για την κατηγορία Κ16 και συγκεκριμένα για τα Πανελλήνια Πρωταθλήματα Κ18 – Κ20, η δωδεκάδα ισχύει συνολικά και από τους 2ομίλους του 2025, ενώ για την Α΄ Φάση του Πανελληνίου Αναπτυξιακού Πρωταθλήματος Κ16 (2 όμιλοι) η δωδεκάδα θα ισχύσει ξεχωριστά από κάθε όμιλο του 2025.

2) Που η επίδοσή τους την προηγούμενη χρονιά ήταν στις ΔΕΚΑΠΕΝΤΕ (15) καλύτερες επιδόσεις, στο αντίστοιχο όμως αγώνισμα και κατηγορία που θα συμμετέχουν το 2026.

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

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

4) Τα όρια για τον ανοιχτό στίβο πρέπει να έχουν επιτευχθεί σε αγώνες ανοιχτού ή κλειστού στίβου από 01/01/2026 μέχρι και την τελευταία Κυριακή πριν από τη διεξαγωγή του αντιστοίχου Πανελληνίου Πρωταθλήματος, εκτός των αγωνισμάτων για τα οποία προβλέπεται διαφορετική χρονική περίοδος στις ειδικές προκηρύξεις.

5) * Ειδικά για το Πανελλήνιο Πρωτάθλημα Κλειστού Στίβου ισχύουν τα παρακάτω:

- Τα όρια συμμετοχής πρέπει να έχουν επιτευχθεί σε επίσημους αγώνες ανοιχτού ή κλειστού στίβου, από την 1η Ιανουαρίου του

προηγούμενου έτους (2025) μέχρι και την προηγούμενη Κυριακή πριν από τη διεξαγωγή του πρωταθλήματος.

- Οι προϋποθέσεις συμμετοχής ισχύουν από τα Πανελλήνια Πρωταθλήματα ανοιχτού ή κλειστού στίβου του προηγούμενου έτους.

6) ΠΡΟΣΟΧΗ: Εκτός από τους παραπάνω και ΜΟΝΟ για τους αθλητές που είναι μέχρι 27 ετών και μικρότεροι – ρες «1999 – 2000 – 2001 κ.λπ.», κάθε σύλλογος μπορεί να δηλώσει επιπλέον τους παρακάτω αθλητές - τρεις, χωρίς όρια και προϋποθέσεις συμμετοχής:

A) ΑΝΟΙΧΤΟΣ ΣΤΙΒΟΣ:

- ΔΥΟ (2) αθλητές - τρεις 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 - τρεις 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 - τρεις που δεν πληρούν τις παραπάνω προϋποθέσεις (1-5), εάν από τον σύλλογο αυτόν έχουν προκριθεί από 9 και πάνω αθλητές-τριες συνολικά.

Σημείωση: Ειδικά για το δικαίωμα συμμετοχής χωρίς όριο στην Α' φάση του Αναπτυξιακού Πρωταθλήματος Κ16, ισχύουν οι τρεις παραπάνω περιπτώσεις αυξημένες κατά 1 αθλητή ή αθλήτρια σε κάθε περίπτωση (δηλαδή 3 – 4 – 5 αθλητές – αθλήτριες χωρίς όριο).

B) ΚΛΕΙΣΤΟΣ ΣΤΙΒΟΣ:

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

- ΔΥΟ (2) συνολικά αθλητές - τρεις που δεν πληρούν τις παραπάνω προϋποθέσεις (παρ. 1-5), εάν από τον σύλλογο αυτόν έχουν προκριθεί από 5 και πάνω αθλητές-τριες συνολικά.

Σημείωση: Κάθε αθλητής ή αθλήτρια αυτής της παραγράφου **4.6 Β** (που δεν έχει πετύχει τα όρια – προϋποθέσεις πρόκρισης και είναι μέχρι ηλικίας 27 ετών και μικρότερος «1999 – 2000 – 2001 κ.λπ.») μπορεί να δηλωθεί και να συμμετέχει σε ένα (1) μόνο ατομικό αγώνισμα και επιπλέον και στη μικτή σκυταλοδρομία 4Χ400μ.

ΕΙΔΙΚΕΣ ΔΙΑΤΑΞΕΙΣ ΓΙΑ ΤΟΝ ΑΝΟΙΧΤΟ ΚΑΙ ΚΛΕΙΣΤΟ ΣΤΙΒΟ:

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: Μαραθώνιος Βάδην Α/Γ- Ημιμαραθώνιος Βάδην Α/Γ – Κ23, τα σωματεία έχουν δικαίωμα να δηλώσουν συνολικά μέχρι 2 το ανώτερο αθλητές – αθλήτριες χωρίς όριο στο καθ' ένα από αυτά (π.χ. στον Μαραθώνιο Βάδην Α/Γ, συνολικά δύο αθλητές – αθλήτριες).

ΠΡΟΣΟΧΗ - ΣΗΜΕΙΩΣΗ

Για όλα τα ατομικά αγωνίσματα των Πανελληνίων Πρωταθλημάτων Ανδρών – Γυναικών ανοιχτού και κλειστού στίβου και ειδικά για τους αθλητές – αθλήτριες που είναι 28 ετών και μεγαλύτεροι – ρες (1998 – 1997 – 1996 κ.λπ.) ΔΕΝ ΙΣΧΥΟΥΝ όλα όσα αναφέρονται παραπάνω στην παράγραφο 4.6. Α-Β.

Επομένως οι αθλητές – αθλήτριες που έχουν γεννηθεί το 1998 και οι μεγαλύτεροι – ρες μπορούν να δηλωθούν και να συμμετέχουν ΜΟΝΟ εάν έχουν πετύχει τα όρια ή τις προϋποθέσεις συμμετοχής, σύμφωνα με όσα αναφέρονται στις παραπάνω παραγράφους 4.1- 4.5.

ΣΗΜΕΙΩΣΗ

- Ειδικά για το αγώνισμα του ΜΑΡΑΘΩΝΙΟΥ ΔΡΟΜΟΥ – ΗΜΙΜΑΡΑΘΩΝΙΟΥ ΔΡΟΜΟΥ και 10.000μ. ΑΝΔΡΩΝ – ΓΥΝΑΙΚΩΝ, κανένας αθλητής – αθλήτρια και για κανένα λόγο ΔΕΝ ΕΧΕΙ ΔΙΚΑΙΩΜΑ να δηλωθεί και να συμμετέχει εάν δεν έχει πετύχει τα αντίστοιχα όρια συμμετοχής σε ένα από τα τρία τελευταία χρόνια (2024 – 2025 – 2026).

- Επίσης για τα αγωνίσματα των 5.000μ. και 3.000μ Φ.Ε. του Πανελληνίου Πρωταθλήματος Α / Γ, δεν συμμετέχει κανένας αθλητής – τρια χωρίς όριο και ισχύουν όλα όσα αναφέρονται παρακάτω στο κεφάλαιο Η.1.3 (σελ. 46).

5) ΔΗΛΩΣΕΙΣ ΣΥΜΜΕΤΟΧΗΣ

α) Για τη συμμετοχή στα Πανελλήνια Πρωταθλήματα απαιτείται υποβολή δήλωσης συμμετοχής, με την οποία το σωματείο δηλώνει ότι αποδέχεται ανεπιφύλακτα τους όρους της Γενικής και Ειδικής προκήρυξης

του Πρωταθλήματος και την εφαρμογή των κανονισμών του Σ.Ε.Γ.Α.Σ.

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

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

δ) Ειδικά για τα αγωνίσματα των ΣΚΥΤΑΛΟΔΡΟΜΙΩΝ τα σωματεία, που προγραμματίζουν να συμμετάσχουν, μπορούν να δηλώσουν το ανώτερο μέχρι 8 αθλητές – αθλήτριες για κάθε σκυταλοδρομία. Στις μικτές σκυταλοδρομίες μπορούν να δηλώσουν το ανώτερο μέχρι 4 αθλητές και 4 αθλήτριες για κάθε σκυταλοδρομία.

Σε περίπτωση που στη δήλωση του συλλόγου αθλητής – τρία δεν έχει δηλωθεί στα αγωνίσματα των σκυταλοδρομιών δεν θα μπορεί να συμμετέχει σε αυτά.

Για διευκόλυνση των σωματείων σε κάθε περίπτωση, η δήλωση των αθλητών – αθλητριών για τα αγωνίσματα των σκυταλοδρομιών μπορεί να είναι ΕΠΙΠΛΕΟΝ του συνολικού αριθμού των αγωνισμάτων που έχει δικαίωμα συμμετοχής ο κάθε αθλητής – αθλήτρια. Σε κάθε περίπτωση όμως οι αθλητές – αθλήτριες αυτοί με τη οριστική συμμετοχή τους στις σκυταλοδρομίες δεν θα πρέπει να υπερβούν τον ανώτατο αριθμό αγωνισμάτων που έχουν δικαίωμα συμμετοχής.

Αθλητές – αθλήτριες που αγωνίζονται ΜΟΝΟ στις σκυταλοδρομίες θα πρέπει να αναφέρονται υποχρεωτικά στη δήλωση, στο αντίστοιχο αγώνισμα της σκυταλοδρομίας.

Όλες οι επιμέρους διατάξεις για τα αγωνίσματα των σκυταλοδρομιών ισχύουν για τους διασυλλογικούς αγώνες και τα πανελλήνια πρωταθλήματα.

ε) Ειδικά για το Μαραθώνιο, τον Ημιμαραθώνιο δρόμο, το Βάδην, το Πανελλήνιο Πρωτάθλημα Δρόμου σε Ανώμαλο Έδαφος και το Πανελλήνιο Πρωτάθλημα Ανδρών - Γυναικών, οι δηλώσεις συμμετοχής θα λήγουν σύμφωνα με την ημερομηνία που θα αναφέρεται στην ειδική προκήρυξη του αγώνα.

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

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

Η δήλωση συμμετοχής και αυτών των αθλητών – τριων, έχει ως αποτέλεσμα να δημιουργούνται οργανωτικά προβλήματα στη διοργάνωση των Πανελληνίων

Πρωταθλημάτων (διεξαγωγή ή όχι προκριματικών, αδικαιολόγητα χρονικά κενά ειδικά στα πρωινά ωρολόγια προγράμματα, προμήθεια υλικών, υπηρεσία αγώνων κ.α.), αλλά και να δημιουργούνται αγωνιστικές δυσκολίες στους αθλητές που τελικά αγωνίζονται.

6) ΑΓΩΝΙΣΤΙΚΗ ΕΜΦΑΝΙΣΗ ΑΘΛΗΤΩΝ - ΑΘΛΗΤΡΙΩΝ:

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

7) ΚΥΡΩΣΕΙΣ - ΑΡΝΗΤΙΚΗ ΒΑΘΜΟΛΟΓΙΑ:

Η Επιτροπή Αναπτυξιακού Σωματειακού Αθλητισμού, μετά τη διεξαγωγή των Πανελληνίων Πρωταθλημάτων, ελέγχει την ορθότητα και εγκυρότητα των συμμετοχών (ηλικίες, αριθμός αγωνισμάτων κ.λπ.) και σε περίπτωση παρατυπιών εισηγείται αντίστοιχα στο Δ.Σ. του Σ.Ε.Γ.Α.Σ.

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

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

α) Από τον σύλλογο αφαιρούνται ΟΛΟΙ οι βαθμοί, που κέρδισε ο αθλητής – τρία στο συγκεκριμένο πρωτάθλημα και σε όλα τα αγωνίσματα που συμμετείχε.

β) Στις σκυταλοδρομίες, το σωματείο χάνει όλους τους βαθμούς του αγωνίσματος.

γ) Ο σύλλογός τιμωρείται επιπλέον και με αφαίρεση είκοσι βαθμών (-20), από τη συνολική βαθμολογία του συγκεκριμένου πρωταθλήματος. Ειδικά για το Πανελλήνιο Πρωτάθλημα Δρόμου σε Ανώμαλο Έδαφος αφαιρούνται 100 βαθμοί.

δ) Εάν δεν έχει βαθμούς στο συγκεκριμένο πρωτάθλημα για να του αφαιρεθούν, τότε του αφαιρούνται εκατό βαθμοί (100) από το σύνολο των

βαθμών των διασυλλογικών αγώνων.

Υπολογίζουμε κάθε φορά την ετήσια αντιστοιχία των βαθμών των διασυλλογικών με την αντίστοιχη των Πανελληνίων Πρωταθλημάτων.

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

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

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

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

2) Εάν το σωματείο έχει λιγότερους από 20 βαθμούς, τότε του αφαιρούνται οι βαθμοί του Πανελληνίου Πρωταθλήματος και επιπλέον του αφαιρούνται και από το σύνολο των διασυλλογικών αγώνων, τόσοι βαθμοί όσοι είναι απαραίτητοι για να συμπληρώσει συνολικά, 100 βαθμούς διασυλλογικών.

Υπολογίζουμε κάθε φορά την ετήσια αντιστοιχία των βαθμών των διασυλλογικών με την αντίστοιχη των Πανελληνίων Πρωταθλημάτων.

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

α) εάν έχει 25 βαθμούς στο Πανελλήνιο, τότε του αφαιρούνται όλοι αφού το σωματείο μηδενίζεται.

β) εάν έχει 2 βαθμούς στο Πανελλήνιο, τότε του αφαιρούνται οι 2 βαθμοί και επιπλέον του αφαιρούνται και 90 βαθμοί διασυλλογικών.

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

ΚΕΦΑΛΑΙΟ Η΄

1). ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΟ ΠΡΩΤΑΘΛΗΜΑ ΑΝΔΡΩΝ – ΓΥΝΑΙΚΩΝ:

1) ΑΓΩΝΙΣΜΑΤΑ:

ΑΝΔΡΩΝ: 100μ.- 200μ.- 400μ.- 800μ.– 1.500μ.– 5.000μ.– 10.000μ.– 3.000μ.Φ.Ε – ΗΜΙΜΑΡΑΘΩΝΙΟΣ - ΜΑΡΑΘΩΝΙΟΣ - 10.000μ.ΒΑΔΗΝ –ΗΜΙΜΑΡΑΘΩΝΙΟΣ ΒΑΔΗΝ – ΜΑΡΑΘΩΝΙΟΣ ΒΑΔΗΝ - 110μ.ΕΜΠ – 400μ.Εμπ – ΥΨΟΣ - ΕΠΙ ΚΟΝΤΩ – ΜΗΚΟΣ – ΤΡΙΠΛΟΥΝ– ΣΦΑΙΡΟΒΟΛΙΑ - ΔΙΣΚΟΒΟΛΙΑ – ΣΦΥΡΟΒΟΛΙΑ -ΑΚΟΝΤΙΣΜΟΣ – ΔΕΚΑΘΛΟ - 4Χ100μ. – 4Χ400μ.

ΓΥΝΑΙΚΩΝ: 100μ.- 200μ.- 400μ.- 800μ.– 1.500μ.– 5.000μ.– 10.000μ.– 3.000μ.Φ.Ε – ΗΜΙΜΑΡΑΘΩΝΙΟΣ - ΜΑΡΑΘΩΝΙΟΣ - 10.000μ.ΒΑΔΗΝ - ΗΜΙΜΑΡΑΘΩΝΙΟΣ ΒΑΔΗΝ – ΜΑΡΑΘΩΝΙΟΣ ΒΑΔΗΝ - 100μ.ΕΜΠ – 400μ.ΕΜΠ– ΥΨΟΣ - ΕΠΙ ΚΟΝΤΩ - ΜΗΚΟΣ – ΤΡΙΠΛΟΥΝ – ΣΦΑΙΡΟΒΟΛΙΑ – ΔΙΣΚΟΒΟΛΙΑ – ΣΦΥΡΟΒΟΛΙΑ – ΑΚΟΝΤΙΣΜΟΣ - ΕΠΤΑΘΛΟ – 4Χ100μ.– 4Χ400μ.

2) ΚΑΤΑΝΟΜΗ ΑΓΩΝΙΣΜΑΤΩΝ ΑΝΑ ΗΜΕΡΑ:

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

Σημείωση: Στα αγωνίσματα των σκυταλοδρομιών δεν υπάρχουν όρια πρόκρισης.

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

α) Δεν επιτρέπεται η δήλωση συμμετοχής χωρίς όριο, σε κάθε περίπτωση.

β) Στην ειδική προκήρυξη του πρωταθλήματος θα αναφέρονται τα όρια πρόκρισης τόσο στα 5.000μ. και 3.000μ.Φ.Ε., όσο και από παραπλήσια αγωνίσματα (από τα 1.500μ. μέχρι και τα 10.000μ.). Τα συγκεκριμένα όρια πρέπει να έχουν επιτευχθεί τουλάχιστον μία φορά την τελευταία διετία (2025 – 2026).

γ) Τα όρια υψηλής προμοδότησης στους διασυλλογικούς αγώνες Α/Γ σε ορισμένα αγωνίσματα (για τη βαθμολόγηση των σωματείων) είναι δυνατόν να αποσυνδέονται από τα όρια πρόκρισης για το Πανελλήνιο Πρωτάθλημα.

• Οι αθλητές-τριες της κατηγορίας K20 (Α/Γ) μπορούν να δηλωθούν και να συμμετέχουν στο Πανελλήνιο Πρωτάθλημα Ανδρών - Γυναικών σε 2 συνολικά αγωνίσματα ΕΚΤΟΣ από τα παρακάτω:

ΑΝΔΡΩΝ - ΓΥΝΑΙΚΩΝ: 10.000μ. – Ημιμαραθώνιος - Μαραθώνιος – Ημιμαραθώνιος Βάδην – Μαραθώνιος Βάδην.

* Οι αθλητές – αθλήτριες της κατηγορίας K18 δεν συμμετέχουν στο Πανελλήνιο Πρωτάθλημα Ανδρών – Γυναικών.

2). ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΟ ΠΡΩΤΑΘΛΗΜΑ Κ23 (ΑΝΔΡΩΝ – ΓΥΝΑΙΚΩΝ):

Διεξάγεται σε ξεχωριστή ημερομηνία από το Πανελλήνιο Πρωτάθλημα Ανδρών – Γυναικών

1). ΑΓΩΝΙΣΜΑΤΑ:

Κ23 ΑΝΔΡΩΝ: 100μ.- 200μ.- 400μ.- 800μ.- 1.500μ. – 5.000μ.- 10.000μ.- 3.000μ.Φ.Ε - 10.000μ.ΒΑΔΗΝ - ΗΜΙΜΑΡΑΘΩΝΙΟΣ ΒΑΔΗΝ – 110μ.ΕΜΠ – 400μ.Εμπ – ΥΨΟΣ - ΕΠΙ ΚΟΝΤΩ – ΜΗΚΟΣ – ΤΡΙΠΛΟΥΝ- ΣΦΑΙΡΟΒΟΛΙΑ – ΔΙΣΚΟΒΟΛΙΑ – ΣΦΥΡΟΒΟΛΙΑ – ΑΚΟΝΤΙΣΜΟΣ - ΔΕΚΑΘΛΟ – 4Χ100μ. – 4Χ400μ.

Κ23 ΓΥΝΑΙΚΩΝ: 100μ.- 200μ.- 400μ.- 800μ.- 1.500μ.- 5.000μ.- 10.000μ.- 3.000μ.Φ.Ε – 10.000μ.ΒΑΔΗΝ – ΗΜΙΜΑΡΑΘΩΝΙΟΣ ΒΑΔΗΝ – 100μ.ΕΜΠ – 400μ.ΕΜΠ – ΥΨΟΣ - ΕΠΙ ΚΟΝΤΩ - ΜΗΚΟΣ – ΤΡΙΠΛΟΥΝ – ΣΦΑΙΡΟΒΟΛΙΑ – ΔΙΣΚΟΒΟΛΙΑ – ΣΦΥΡΟΒΟΛΙΑ – ΑΚΟΝΤΙΣΜΟΣ – ΕΠΤΑΘΛΟ – 4Χ100μ. – 4Χ400μ.

2). ΚΑΤΑΝΟΜΗ ΑΓΩΝΙΣΜΑΤΩΝ ΑΝΑ ΗΜΕΡΑ:

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

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

Κ23 (ΑΝΔΡΩΝ): 10.000μ. ΒΑΔΗΝ - 4Χ100μ. – 4Χ400μ.

Κ23 (ΓΥΝΑΙΚΩΝ): 3.000μ.Φ.Ε - 10.000μ.ΒΑΔΗΝ - 4Χ100μ. – 4Χ400μ.

Οι αθλητές-τριες της κατηγορίας K20 μπορούν να δηλωθούν και να συμμετέχουν στο ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΟ ΠΡΩΤΑΘΛΗΜΑ K23 σε 2 συνολικά αγωνίσματα, εκτός από τον Ημιμαραθώνιο Βάδην.

Ειδικά στα 10.000μ. K23 Ανδρών και Γυναικών, μπορούν να συμμετέχουν ΜΟΝΟ οι αθλητές της κατηγορίας K20 Α/Γ που γεννήθηκαν το 2007.

Οι αθλητές-τριες της κατηγορίας K18 (οι γεννηθέντες – θείσες το 2009) μπορούν να δηλωθούν και να συμμετέχουν στο Πανελλήνιο Πρωτάθλημα K23, ΜΟΝΟ στα αγωνίσματα των Σκυταλοδρομιών.

3).ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΟ ΠΡΩΤΑΘΛΗΜΑ K20 (ΑΝΔΡΩΝ - ΓΥΝΑΙΚΩΝ):

1) ΑΓΩΝΙΣΜΑΤΑ:

K20(Ανδρών): 100μ.- 200μ.- 400μ.- 800μ. – 1.500μ.– 3.000μ.– 5.000μ.– 3.000μ.Φ.Ε - 5.000μ.ΒΑΔΗΝ – 110μ.ΕΜΠ (0,99 εκ.) – 400μ.ΕΜΠ – ΥΨΟΣ - ΕΠΙ ΚΟΝΤΩ – ΜΗΚΟΣ – ΤΡΙΠΛΟΥΝ – ΣΦΑΙΡΟΒΟΛΙΑ (6κ) - ΔΙΣΚΟΒΟΛΙΑ (1.750γρ) – ΣΦΥΡΟΒΟΛΙΑ (6κ) – ΑΚΟΝΤΙΣΜΟΣ - ΔΕΚΑΘΛΟ – 4Χ100μ.– 4Χ400μ.

K20 (Γυναικών): 100μ.- 200μ.- 400μ.- 800μ.– 1.500μ.– 3.000μ.– 5.000μ.- 3000μ.Φ.Ε – 5.000μ.ΒΑΔΗΝ – 100μ.ΕΜΠ – 400μ.ΕΜΠ – ΥΨΟΣ - ΕΠΙ ΚΟΝΤΩ - ΜΗΚΟΣ – ΤΡΙΠΛΟΥΝ – ΣΦΑΙΡΟΒΟΛΙΑ – ΔΙΣΚΟΒΟΛΙΑ – ΣΦΥΡΟΒΟΛΙΑ – ΑΚΟΝΤΙΣΜΟΣ – ΕΠΤΑΘΛΟ – 4Χ100μ. – 4Χ400μ.

2) ΚΑΤΑΝΟΜΗ ΑΓΩΝΙΣΜΑΤΩΝ ΑΝΑ ΗΜΕΡΑ:

K20 (ΑΝΔΡΩΝ)		K20 (ΓΥΝΑΙΚΩΝ)	
1η ημέρα	2η ημέρα	1η ημέρα	2η ημέρα
100μ.	200μ.	100μ.	200μ.
400μ.	800μ.	400μ.	800μ.
1.500μ.	3.000μ.	1.500μ.	3.000μ.
5.000μ.		5.000μ	
110μ.Εμπ.	400μ.Εμπ.	100μΕμπ.	400μ.Εμπ.
3.000μ. Φ.Ε.		3.000μ. Φ.Ε.	
	5.000μ. Βάδην		5.000μ. Βάδην
Άλμα Επί Κοντώ	Άλμα σε Ύψος	Άλμα σε Ύψος	Άλμα Επί Κοντώ
Άλμα Τριπλούν	Άλμα σε Μήκος	Άλμα	Άλμα σε Μήκος
Σφαιροβολία	Δισκοβολία	Δισκοβολία	Σφαιροβολία
Σφυροβολία	Ακοντισμός	Ακοντισμός	Σφυροβολία
4 x 100μ.	4 x 400μ.	4 x 100μ.	4 x 400μ.
Δέκαθλο	Δέκαθλο	Έπταθλο	Έπταθλο

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

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

K20 (Γυναικών): 3.000μ. – 3.000μ. Φ.Ε. - Έπταθλο - 4 X100μ. – 4 X400μ.

3) ΣΥΜΜΕΤΟΧΗ ΑΘΛΗΤΩΝ – ΑΘΛΗΤΡΙΩΝ ΤΗΣ ΚΑΤΗΓΟΡΙΑΣ Κ18:

Οι αθλητές-τριες της κατηγορίας Κ18 (Ανδρών – Γυναικών) με έτη γέννησης 2009 – 2010 μπορούν να δηλωθούν και να συμμετέχουν σε όλα τα αγωνίσματα του πρωταθλήματος Κ20 (2 αγωνίσματα συνολικά). Οι αθλητές – αθλήτριες της κατηγορίας Κ18, μπορούν να συμμετέχουν στα 5.000μ. ή 3.000μ.Φ.Ε. και ως δεύτερο αγώνισμα να επιλέξουν να συμμετάσχουν σε ένα άλλο αγώνισμα.

4). ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΟ ΠΡΩΤΑΘΛΗΜΑ Κ18 (ΑΝΔΡΩΝ - ΓΥΝΑΙΚΩΝ):

1) ΑΓΩΝΙΣΜΑΤΑ:

Κ18 (Ανδρών): 100μ.- 200μ.- 400μ.- 800μ.- 1.500μ.- 3.000μ.- 2.000μ.Φ.Ε - 5.000μ.ΒΑΔΗΝ – 110μ.ΕΜΠ – 400μ.Εμπ – ΥΨΟΣ - ΕΠΙ ΚΟΝΤΩ – ΜΗΚΟΣ – ΤΡΙΠΛΟΥΝ – ΣΦΑΙΡΟΒΟΛΙΑ - ΔΙΣΚΟΒΟΛΙΑ – ΣΦΥΡΟΒΟΛΙΑ – ΑΚΟΝΤΙΣΜΟΣ - ΔΕΚΑΘΛΟ – 4Χ100μ. – 4Χ400μ.

Κ18 (Γυναικών): 100μ.- 200μ.- 400μ. – 800μ – 1.500μ.- 3.000μ.- 2.000μ.Φ.Ε – 5.000μ.ΒΑΔΗΝ – 100μ.ΕΜΠ – 400μ.ΕΜΠ – ΥΨΟΣ - ΕΠΙ ΚΟΝΤΩ - ΜΗΚΟΣ – ΤΡΙΠΛΟΥΝ – ΣΦΑΙΡΟΒΟΛΙΑ – ΔΙΣΚΟΒΟΛΙΑ – ΣΦΥΡΟΒΟΛΙΑ – ΑΚΟΝΤΙΣΜΟΣ – ΕΠΤΑΘΛΟ – 4Χ100μ. – 4Χ400μ.

2) ΚΑΤΑΝΟΜΗ ΑΓΩΝΙΣΜΑΤΩΝ ΑΝΑ ΗΜΕΡΑ:

Κ18 - ΑΝΔΡΩΝ		Κ18 - ΓΥΝΑΙΚΩΝ	
1η Ημέρα	2η Ημέρα	1η Ημέρα	2η Ημέρα
100μ.	200μ.	100μ.	200μ.
400μ.	800μ.	400μ.	800μ.
1.500μ.	3.000μ.	1.500μ.	3.000μ.
110μ.Εμπ.	400μ.Εμπ.	100μ.Εμπ.	400μ.Εμπ.
2.000μ. Φ.Ε.		2.000μ. Φ.Ε.	
	5.000μ.Βάδην	5.000μ. Βάδην	
Άλμα Επί Κοντώ	Άλμα σεΎψος	Άλμα σεΎψος	Άλμα Επί Κοντώ
Άλμα Τριπλούν	Άλμα σεΜήκος	Άλμα Τριπλούν	Άλμα σεΜήκος
Σφαιροβολία	Δισκοβολία	Δισκοβολία	Σφαιροβολία
Σφυροβολία	Ακοντισμός	Ακοντισμός	Σφυροβολία
4 x 100μ.	4 x 400μ.	4 x 100μ.	4 x 400μ.
Δέκαθλο	Δέκαθλο	Έπταθλο	Έπταθλο

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

Κ18 (Ανδρών): ΔΕΚΑΘΛΟ – 4Χ100μ. – 4Χ400μ.

Κ18 (Γυναικών): ΕΠΤΑΘΛΟ - 2.000μ. Φ.Ε. - 4Χ100μ. – 4Χ400μ.

3) ΣΥΜΜΕΤΟΧΗ ΑΘΛΗΤΩΝ – ΑΘΛΗΤΡΙΩΝ ΤΗΣ ΚΑΤΗΓΟΡΙΑΣ Κ16:

Α) Οι αθλητές – αθλήτριες της κατηγορίας Κ16 που γεννήθηκαν το 2011 συμμετέχουν σε όλα τα αγωνίσματα (εκτός από δύο ατομικά αγωνίσματα δρόμων).

Β) Οι αθλητές της κατηγορίας Κ16 (Αγοριών) που γεννήθηκαν το 2012 συμμετέχουν μόνο στα παρακάτω αγωνίσματα (εκτός από δύο ατομικά αγωνίσματα δρόμων).

ΑΓΟΡΙΑ 2012: 3.000μ. – 5.000μ. ΒΑΔΗΝ - ΥΨΟΣ - ΕΠΙ ΚΟΝΤΩ – ΜΗΚΟΣ

Γ) Οι αθλήτριες της κατηγορίας Κ16 (Κοριτσιών) που γεννήθηκαν το 2012 συμμετέχουν μόνο στα παρακάτω αγωνίσματα.

ΚΟΡΙΤΣΙΑ 2012: 3.000μ. - ΥΨΟΣ - ΕΠΙ ΚΟΝΤΩ - ΜΗΚΟΣ – ΣΦΑΙΡΑ - ΔΙΣΚΟΣ – ΣΦΥΡΑ – ΑΚΟΝΤΙΟ.

5 Α). Α΄ ΦΑΣΗ ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΟΥ ΑΝΑΠΤΥΞΙΑΚΟΥ ΠΡΩΤΑΘΛΗΜΑΤΟΣ Κ16
(ΑΓΟΡΙΩΝ – ΚΟΡΙΤΣΙΩΝ) ΒΟΡΕΙΟΥ – ΝΟΤΙΟΥ ΟΜΙΛΟΥ:

1) ΔΙΕΞΑΓΕΤΑΙ ΣΕ ΔΥΟ (2) ΟΜΙΛΟΥΣ: ΒΟΡΕΙΟ & ΝΟΤΙΟ.

ΒΟΡΕΙΟΣ ΟΜΙΛΟΣ: Ανατολική Μακεδονία & Θράκη, Θεσσαλονίκη, Κεντρική Μακεδονία, Δυτική Μακεδονία, Θεσσαλία, Ήπειρος, Κέρκυρα και τα σωματεία από Λήμνο.

ΝΟΤΙΟΣ ΟΜΙΛΟΣ: Περιφέρεια Πελοποννήσου, Βόρεια Πελοπόννησος, Αθήνα, Πειραιάς / Νοτιοδυτική Αττική, Λέσβος, Χίος – Σάμος, Κυκλάδες, Δωδεκάνησα, Κρήτη, Ανατολική Στερεά- Εύβοια.

2) ΑΓΩΝΙΣΜΑΤΑ:

Κ16 (Αγοριών): 80μ.- 150μ.- *300μ.- *600μ.- 1.000μ.- 2.000μ.- 100μ.ΕΜΠ. – 300μ.ΕΜΠ. – 2.000μ.Φ.Ε. (Χωρίς Λίμνη) - 5.000μ.ΒΑΔΗΝ - ΥΨΟΣ- ΕΠΙ ΚΟΝΤΩ - ΜΗΚΟΣ - *ΤΕΤΡΑΠΛΟΥΝ - ΣΦΑΙΡΟΒΟΛΙΑ – ΔΙΣΚΟΒΟΛΙΑ - ΣΦΥΡΟΒΟΛΙΑ - ΑΚΟΝΤΙΣΜΟΣ – ΟΚΤΑΘΛΟ - 4Χ80μ. – *4Χ300μ.(Μικτή).

Κ16 (Κοριτσιών): 80μ.- 150μ.- * 300μ.- * 600μ.- 1.000μ. - 2.000μ. – 80μ.ΕΜΠ. – 300μ.ΕΜΠ. - 2.000μ.Φ.Ε. (Χωρίς Λίμνη)– 3.000μ.ΒΑΔΗΝ – ΥΨΟΣ - ΕΠΙ ΚΟΝΤΩ - ΜΗΚΟΣ – *ΤΕΤΡΑΠΛΟΥΝ – ΣΦΑΙΡΟΒΟΛΙΑ – ΔΙΣΚΟΒΟΛΙΑ –ΣΦΥΡΟΒΟΛΙΑ – ΑΚΟΝΤΙΣΜΟΣ – ΕΠΤΑΘΛΟ - 4Χ80μ.- *4Χ300μ. (Μικτή).

*Το πλαίσιο διεξαγωγής των αγωνισμάτων 300μ. – 600μ., θα καθορίζεται στην ειδική προκήρυξη του πρωταθλήματος.

Οι αθλητές – αθλήτριες της κατηγορίας Κ14 με έτος γέννησης το 2013, μπορούν να δηλωθούν και συμμετέχουν σε ΕΝΑ ΜΟΝΟ ατομικό αγώνισμα από τα παρακάτω και επιπλέον ως δεύτερο αγώνισμα μπορούν να δηλωθούν και να συμμετέχουν μόνο στην σκυταλοδρομία 4Χ80μ:

Κ14: (ΑΓΟΡΙΑ 2013): 80μ.- 150μ. - 1.000μ.- ΥΨΟΣ - ΕΠΙ ΚΟΝΤΩ - ΜΗΚΟΣ - ΣΦΑΙΡΑ – ΔΙΣΚΟΣ – ΣΦΥΡΑ - ΑΚΟΝΤΙΟ - 4Χ80μ.

Κ14: (ΚΟΡΙΤΣΙΑ 2013): 80μ.- 150μ. - 1.000μ.- 3.000μ. ΒΑΔΗΝ - ΥΨΟΣ - ΕΠΙ ΚΟΝΤΩ - ΜΗΚΟΣ - ΣΦΑΙΡΑ – ΔΙΣΚΟΣ – ΣΦΥΡΑ - ΑΚΟΝΤΙΟ - 4Χ80μ.

ΤΕΧΝΙΚΕΣ ΔΙΑΤΑΞΕΙΣ:

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

► *4Χ300μ ΜΙΚΤΗ ΣΚΥΤΑΛΟΔΡΟΜΙΑ: Αγόρι – Κορίτσι – Κορίτσι – Αγόρι.

3). ΚΑΤΑΝΟΜΗ ΑΓΩΝΙΣΜΑΤΩΝ ΑΝΑ ΗΜΕΡΑ:

Κ16 - ΑΓΟΡΙΩΝ		Κ16 - ΚΟΡΙΤΙΣΙΩΝ	
1η Ημέρα	2η Ημέρα	1η Ημέρα	2η Ημέρα
150μ.	80μ.	150μ.	80μ.
300μ.		300μ.	
600μ.		600μ.	
1.000μ.		1.000μ.	
2.000μ.	2.000μ Φ.Ε.	2.000μ.	2.000μ Φ.Ε.
300μ.Εμπ	100μ.Εμπ	300μ.Εμπ	80μ.Εμπ
5.000μ.Βάδην		3.000μ.Βάδην	
Άλμα σε Ύψος	Άλμα Επί Κοντώ	Άλμα Επί Κοντώ	Άλμα σε Ύψος
Άλμα Τετραπλούν	Άλμα σε Μήκος	Άλμα Τετραπλούν	Άλμα σε Μήκος
Σφαιροβολία	Δισκοβολία	Δισκοβολία	Σφαιροβολία
Σφυροβολία	Ακοντισμός	Ακοντισμός	Σφυροβολία
4 x 80μ.	4 x 300μ. ΜΙΚΤΗ	4 x 80μ.	4 x 300μ. ΜΙΚΤΗ
Όκταθλο	Όκταθλο	Έξαθλο	Έξαθλο

* Στα αγωνίσματα των σκυταλοδρομιών 4 x 80μ. και 4 x 300μ. (Μικτή) και στα Σύνθετα αγωνίσματα Όκταθλο – Έξαθλο, δεν υπάρχουν όρια – προϋποθέσεις πρόκρισης.

► Τα αγωνίσματα του Βάδην, των καθέτων αλμάτων και των ρίψεων, μπορούν να διεξάγονται την Α΄ ή την Β΄ ημέρα, ανάλογα με τον όμιλο, την πόλη διεξαγωγής και τις συμμετοχές, έτσι ώστε να μην υπάρχουν άσκοπες μετακινήσεις και καθυστερήσεις στα ωρολόγια προγράμματα.

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

5B) ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΟ ΠΡΩΤΑΘΛΗΜΑ Κ16 - ΤΕΛΙΚΗ ΦΑΣΗ (1 ΟΜΙΛΟΣ)

Το Πανελλήνιο Πρωτάθλημα Κ16 διεξάγεται σε ΕΝΑΝ όμιλο και προκρίνονται στα ατομικά αγωνίσματα 12 οι αθλητές – αθλήτριες και στα αγωνίσματα των σκυταλοδρομιών 12 ομάδες και από τους δύο ομίλους της Α΄ φάσης, σύμφωνα με τα παρακάτω:

Οι 3 πρώτοι από κάθε όμιλο και οι 6 καλλίτερες επιδόσεις και από τους δύο ομίλους και οι αντίστοιχες ομάδες σκυταλοδρομίας.

Οι 3 πρώτοι από κάθε όμιλο προκρίνονται, σε κάθε περίπτωση.

Για την επιλογή των 6 καλύτερων επιδόσεων και από τους δύο ομίλους και όταν αυτό είναι δυνατόν, θα λαμβάνονται υπ' όψιν οι προδιαγραφές της W.A., σε σχέση με τον άνεμο κ.λπ. και ανεξάρτητα σε ποιόν όμιλο αγωνίστηκε ο κάθε αθλητής – αθλήτρια.

Στην ακραία περίπτωση της απόλυτης ισοπαλίας στην 3^η θέση ενός ομίλου και αφού εξαντληθούν όλες οι περιπτώσεις επίλυσης της ισοπαλίας σύμφωνα με τους κανονισμούς, τότε θα προκρίνονται οι 2 ισόπαλοι αθλητές – αθλήτριες και στη συνέχεια θα προκρίνεται ένας λιγότερος αθλητής – αθλήτρια από τους αθλητές – αθλήτριες με την καλύτερη επίδοση.

ΣΗΜΕΙΩΣΗ 1: Σε περίπτωση που δεν δηλωθεί ένας προκρινόμενος αθλητής – αθλήτρια, αυτός αντικαθίσταται από τον αμέσως επόμενο της αντίστοιχης κατάταξης (π.χ. εάν είναι ο 3^{ος} της κατάταξης ενός ομίλου αυτός αντικαθίσταται από τον 4^ο της κατάταξης του ίδιου ομίλου).

ΣΗΜΕΙΩΣΗ 2: Όλες τεχνικές διατάξεις που ισχύουν στην Α΄ Φάση (δύο όμιλοι) ισχύουν και για το Πανελλήνιο Πρωτάθλημα Κ16 (ένας όμιλος). Κεφ. Η΄- 5Α - παράγραφος 2 (αγωνίσματα) και παράγραφος 3 (κατανομή αγωνισμάτων ανά ημέρα), σελίδες 52 – 53.

6). ΣΥΝΘΕΤΑ ΑΓΩΝΙΣΜΑΤΑ ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΩΝ ΠΡΩΤΑΘΛΗΜΑΤΩΝ:

1) Τα σύνθετα αγωνίσματα διεξάγονται σε ξεχωριστή ημερομηνία, από τα υπόλοιπα αγωνίσματα «κορμού» σε κάθε κατηγορία.

2) Οι αθλητές – αθλήτριες που συμμετέχουν εξαντλούν το ένα από τα αγωνίσματα που έχουν δικαίωμα συμμετοχής στο αντίστοιχο Πανελλήνιο Πρωτάθλημα.

3) Στα αγωνίσματα συνθέτων (Όκταθλο Αγοριών και Έξαθλο Κοριτσιών) της Α΄ Φάσης του Πανελληνίου Αναπτυξιακού Πρωταθλήματος Κ16, τα σωματεία θα χωρίζονται σε δύο Ομίλους (Βόρειο – Νότιο). Οι αγώνες θα διεξάγονται σε κοινό οργανωτικό, στο ίδιο στάδιο και την ίδια ημερομηνία, ταυτόχρονα και για τους δύο όμιλους.

Η κατανομή των σωματείων-αθλητών ανά όμιλο θα είναι η ίδια με την κατανομή των σωματείων-αθλητών στο αντίστοιχο Πανελλήνιο Πρωτάθλημα Κ16 ατομικών αγωνισμάτων.

Στα σύνθετα αγωνίσματα των δύο ομίλων οι αθλητές-τριες θα αγωνίζονται σε ενιαίο πρόγραμμα αλλά με χωριστή τελική κατάταξη, απονομή επάθλων, καταβολή εξόδων και ξεχωριστή βαθμολόγηση ανά όμιλο.

Το πλαίσιο βαθμολόγησης ανά όμιλο θα είναι το ίδιο με τους όμιλους των ατομικών αγωνισμάτων: 1η – 3η θέση: 6 βαθμούς, 4^η – 8^η θέση: 4 βαθμούς και 9^η – 16^η θέση: 2 βαθμούς με την προϋπόθεση ότι θα πετύχουν τα όρια βαθμολόγησης (βλ. κεφάλαιο Θ. παράγραφος 1.β, σελ.56)

4) Τα επιμέρους αγωνίσματα στα Πανελλήνια Πρωταθλήματα συνθέτων αγωνισμάτων είναι τα παρακάτω:

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

Α΄ ΗΜΕΡΑ: 100μ. – ΜΗΚΟΣ – ΣΦΑΙΡΟΒΟΛΙΑ – ΥΨΟΣ – 400μ.

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

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

Α΄ ΗΜΕΡΑ: 100μ.ΕΜΠ – ΥΨΟΣ – ΣΦΑΙΡΟΒΟΛΙΑ – 200μ.

Β΄ ΗΜΕΡΑ: ΜΗΚΟΣ – ΑΚΟΝΤΙΣΜΟΣ – 800μ.

► ΟΚΤΑΘΛΟ:Κ16 (ΑΓΟΡΙΩΝ):

Α΄ ΗΜΕΡΑ: 80μ. – ΜΗΚΟΣ – ΣΦΑΙΡΟΒΟΛΙΑ – ΥΨΟΣ

Β΄ ΗΜΕΡΑ: 100μ.ΕΜΠ – ΔΙΣΚΟΒΟΛΙΑ – ΑΚΟΝΤΙΣΜΟΣ – 1.000μ.

► ΕΞΑΘΛΟ:Κ16 (ΚΟΡΙΤΣΙΩΝ):

Α΄ ΗΜΕΡΑ: 80μ.ΕΜΠ - ΥΨΟΣ- ΜΗΚΟΣ - ΣΦΑΙΡΟΒΟΛΙΑ

Β΄ ΗΜΕΡΑ: ΑΚΟΝΤΙΣΜΟΣ - 600μ.

ΚΕΦΑΛΑΙΟ Θ΄**ΓΕΝΙΚΕΣ ΔΙΑΤΑΞΕΙΣ ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΩΝ ΠΡΩΤΑΘΛΗΜΑΤΩΝ:****1α) ΒΑΘΜΟΛΟΓΙΑ – ΑΞΙΟΛΟΓΗΣΗ: Α/Γ – Κ23 – Κ20 – Κ18:**

α) Η βαθμολογία στα ατομικά αγωνίσματα θα είναι:

13 – 11 – 10 – 9 – 8 – 7 – 6 – 5 – 4 – 3 – 2 – 1 – 1 – 1 – 1 – 1.

β) Η βαθμολογία στις σκυταλοδρομίες θα είναι:

26 – 22 – 20 – 18 – 16 – 14 – 12 – 10 – 8 – 6 – 4 – 2 – 2 – 2 – 2 – 2.

Σημείωση 1: Το αγώνισμα των 10.000μ. Βάδην στην κατηγορία Ανδρών – Γυναικών ΔΕΝ βαθμολογείται – αξιολογείται αφού δεν είναι επίσημο αγώνισμα της WA. Οι αθλητές – αθλήτριες που θα συμμετάσχουν υπολογίζονται για την κάλυψη των εξόδων μετακίνησης, σύμφωνα με το αντίστοιχο πλαίσιο.
Το αγώνισμα των 10.000μ. Βάδην στην κατηγορία Κ23 (Ανδρών – Γυναικών) βαθμολογείται – αξιολογείται αφού είναι επίσημο αγώνισμα από την WA.

Σημείωση 2:

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

1β) ΒΑΘΜΟΛΟΓΙΑ – ΑΞΙΟΛΟΓΗΣΗ: Α΄ ΦΑΣΗΣ ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΟΥ ΑΝΑΠΤΥΞΙΑΚΟΥ ΠΡΩΤ/ΤΟΣ Κ16:

Η βαθμολογία για τον καθένα από τους δύο ομίλους του Αναπτυξιακού Πρωταθλήματος Κ16 στα ατομικά και στα σύνθετα αγωνίσματα θα είναι:

Βαθμολογούνται οι 16 πρώτοι αθλητές – αθλήτριες και οι 16 πρώτες ομάδες σκυταλοδρομίας με την προϋπόθεση ότι θα πετύχουν τα όρια βαθμολόγησης.

Από την 1^η – 3^η θέση, με σταθερή βαθμολογία «6 βαθμούς»

Από την 4^η – 8^η θέση, με σταθερή βαθμολογία «4 βαθμούς»

Από την 9^η – 16^η θέση, με σταθερή βαθμολογία «2 βαθμούς»

Οι σκυταλοδρομίες με διπλή βαθμολογία «12, 8 και 4 βαθμούς» αντίστοιχα.

Η συνολική βαθμολογία και κατάταξη των σωματείων θα ισχύει και θα ανακοινώνεται ξεχωριστά για κάθε όμιλο.

1γ) ΒΑΘΜΟΛΟΓΙΑ – ΑΞΙΟΛΟΓΗΣΗ: ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΟ ΠΡΩΤΑΘΛΗΜΑ Κ16 – ΤΕΛΙΚΗ ΦΑΣΗ

(Ένας όμιλος):

Βαθμολογούνται οι 12 πρώτοι αθλητές – αθλήτριες και οι 12 πρώτες ομάδες σκυταλοδρομίας (με την προϋπόθεση ότι θα πετύχουν τα όρια βαθμολόγησης):

Ατομικά αγωνίσματα: 11-9-8-7-6-5-4-3-2-1-1-1

Σύνθετα αγωνίσματα: 17-15-14-13-12-11-10-9-8-7-6-5

Σκυταλοδρομίες: 22-18-16-14-12-10-8-6-4-2-2-2

ΚΟΙΝΕΣ ΔΙΑΤΑΞΕΙΣ ΓΙΑ ΤΗΝ ΒΑΘΜΟΛΟΓΗΣΗ ΤΩΝ ΑΘΛΗΤΩΝ – ΣΩΜΑΤΕΙΩΝ ΣΤΑ ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΑ ΠΡΩΤΑΘΛΗΜΑΤΑ:

Για τα αγωνίσματα που διεξάγεται προκριματικός και στη συνέχεια τελικός, για τους αθλητές – αθλήτριες που πέτυχαν το όριο βαθμολόγησης στον προκριματικό και προκρίθηκαν για να αγωνιστούν στον τελικό, ισχύουν τα παρακάτω:

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

2). Όταν στον τελικό ένας ή περισσότεροι αθλητές -τριες συμμετείχαν κανονικά, αλλά δεν τερμάτισαν ή έκαναν άκυρες προσπάθειες, έχουν όμως πετύχει το όριο στον προκριματικό, τότε και σε αυτή την περίπτωση βαθμολογούνται κανονικά με τους βαθμούς που αντιστοιχούν στην τελευταία θέση κατάταξης. Εάν είναι ένας ο αθλητής, τότε βαθμολογείται με τους βαθμούς που αντιστοιχούν στην τελευταία θέση κατάταξης του τελικού, ενώ εάν είναι περισσότεροι από ένας τότε οι αθλητές αυτοί μοιράζονται τους βαθμούς στις αντίστοιχες τελευταίες θέσεις του τελικού.

Παράδειγμα 1: Στον τελικό των 200μ., συμμετείχαν 8 αθλητές, τερμάτισαν και οι 8, αλλά το όριο στον τελικό το πέτυχαν μόνο οι 6 (ο 7ος και 8ος το είχαν πετύχει στον προκριματικό).

Η βαθμολογία έχει ως εξής: 13-11-10-9-8-7 – 6 - 5 για τους αθλητές του τελικού και 4-3-2-1-1-1-1-1 για τους καλύτερους αθλητές του προκριματικού που δεν προκρίθηκαν στον τελικό και κατέλαβαν τις θέσεις 9-16 από την επίδοσή τους στον προκριματικό.

Παράδειγμα 2: Στον τελικό των 400μ., ενώ συμμετείχαν 8 αθλητές, που πέτυχαν το όριο βαθμολόγησης στον προκριματικό, εγκατέλειψαν ή έκαναν άκυρες εκκινήσεις οι 2, με αποτέλεσμα να τερματίσουν 6. Η βαθμολογία έχει ως εξής: 13–11–10–9–8–7– 5,5 – 5,5 για τους αθλητές του τελικού και 4–3–2–1–1–1–1–1 για τους καλύτερους αθλητές του προκριματικού που δεν προκρίθηκαν στον τελικό και κατέλαβαν τις θέσεις 9–16 από την επίδοσή τους στον προκριματικό.

Παράδειγμα 3: Στον τελικό άλματος σε ύψος, από τους 12 αθλητές που προκρίθηκαν για να αγωνιστούν στον τελικό και έχουν πετύχει το όριο βαθμολόγησης στον προκριματικό, είχαμε τα παρακάτω αποτελέσματα στον τελικό:

Δύο αθλητές έκαναν έγκυρες προσπάθειες αλλά δεν πέτυχαν το όριο, δύο αθλητές έκαναν μόνο άκυρες προσπάθειες, ένας αθλητής δεν συμμετείχε και οι υπόλοιποι επτά (7) πέτυχαν το όριο βαθμολόγησης.

Βαθμολογούνται οι (11) αθλητές του τελικού με την κλίμακα: 13-11-10-9-8-7-6-5-4 - 2,5 – 2,5 και με την κλίμακα 1–1–1–1, οι καλύτεροι αθλητές του προκριματικού που δεν προκρίθηκαν στον τελικό και κατέλαβαν τις θέσεις 13 –16.

Δεν βαθμολογείται ο αθλητής του τελικού, ο οποίος ενώ πέτυχε το όριο στον προκριματικό και προκρίθηκε στον τελικό δεν συμμετείχε στον τελικό για οποιονδήποτε λόγο.

Ο αθλητής αυτός εμφανίζεται στα αποτελέσματα τελικού ότι δεν συμμετείχε και δεν θα βαθμολογείται. Αναφέρεται μόνο στον προκριματικό με την επίδοση που πέτυχε.

Παράδειγμα 4: Στο Πανελλήνιο Πρωτάθλημα Α/Γ και Κ23, προκρίθηκαν στον τελικό του άλματος τριπλούν Γυναικών, 4 αθλήτριες Κ23 και 8 αθλήτριες Γυναικών και πέτυχαν όλες τα όρια βαθμολόγησης στον προκριματικό.

Στον τελικό η μία αθλήτρια Κ23 έκανε 3 άκυρες προσπάθειες ενώ οι άλλες 11 έγκυρες προσπάθειες.

Η αθλήτρια Κ23 με το όριο βαθμολόγησης από τον προκριματικό, θα βαθμολογηθεί με 9 βαθμούς για το Κ23 και 1 βαθμό για την κατηγορία Γυναικών.

Παράδειγμα 5: Στον απευθείας τελικό των 10.000μ., από τους 18 αθλητές που τερμάτισαν, πέτυχαν το όριο βαθμολόγησης και καταβολής εξόδων ΜΟΝΟ οι 10.

Η βαθμολογία τότε θα έχει ως εξής : 13 – 11 – 10 – 9 – 8 – 7 – 6 – 5 – 4 – 3.

2) ΣΥΝΟΛΙΚΗ ΒΑΘΜΟΛΟΓΙΑ ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΩΝ ΠΡΩΤΑΘΛΗΜΑΤΩΝ:

Η συνολική βαθμολογία κάθε κατηγορίας Πανελληνίου Πρωταθλήματος υπολογίζεται από τη βαθμολογία όλων των επί μέρους αγωνισμάτων που συμπεριλαμβάνονται στο συγκεκριμένο πρωτάθλημα (π.χ. μαραθώνιος, βάδην, σύνθετα) και διεξάγονται από 01/01/2026 – 31/12/2026.

Σημείωση:

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

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

3) ΠΡΙΜΟΔΟΤΗΣΗ - ΑΞΙΟΛΟΓΗΣΗ ΣΩΜΑΤΕΙΩΝ ΑΠΟ ΔΙΕΘΝΕΙΣ ΣΥΜΜΕΤΟΧΕΣ:

Τα σωματεία θα πριμοδοτούνται - αξιολογούνται μέσω της συμμετοχής και διάκρισης των αθλητών τους σε Παγκόσμια και Ευρωπαϊκά Πρωταθλήματα και γενικότερα σε Διεθνείς Διοργανώσεις, σύμφωνα με τον συνημμένο πίνακα. (π.χ. Εάν συμμετέχει στο Παγκόσμιο Πρωτάθλημα K20, τότε η αξιολόγηση που θα πάρει θα είναι αντίστοιχης αξίας με την αξιολόγηση του Πανελληνίου Πρωταθλήματος K20.

4) ΔΙΑΔΟΧΙΚΑ ΎΨΗ:

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

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

Για τα σύνθετα αγωνίσματα:

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

5) ΕΠΑΘΛΑ:

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

Στους δεύτερους – ρες δίπλωμα – μετάλλιο πανελληνιονίκη αργυρό.

Στους τρίτους – τες δίπλωμα – μετάλλιο πανελληνιονίκη χάλκινο.

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

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

6) ΟΙΚΟΝΟΜΙΚΑ:**Α) ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΑ ΠΡΩΤΑΘΛΗΜΑΤΑ ΑΝΟΙΧΤΟΥ ΣΤΙΒΟΥ:**

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

1) Α/Γ – Κ23 – Κ20 – Κ18 – Κ16 (Τελική Φάση):

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

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

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

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

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

Κάλυψη Εξόδων Συνοδών:

α) Εάν το σωματείο έχει από 1 μέχρι 10 αθλητές – αθλήτριες στις 10 πρώτες θέσεις (με την προϋπόθεση ότι έχουν πετύχει τα όρια βαθμολόγησης – καταβολής εξόδων):
ΕΝΑΝ ΣΥΝΟΔΟ με 100%, εάν έχει ΕΝΑΝ τουλάχιστον από τους παραπάνω αθλητές στις θέσεις 1 – 5 ή

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

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

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

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

2). Α΄ ΦΑΣΗ ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΟΥ ΑΝΑΠΤΥΞΙΑΚΟΥ ΠΡΩΤΑΘΛΗΜΑΤΟΣ Κ16 ΒΟΡΕΙΟΥ και ΝΟΤΙΟΥ ΟΜΙΛΟΥ (ΓΙΑ ΚΑΘΕ ΕΝΑΝ ΑΠΟ ΤΟΥΣ ΔΥΟ ΟΜΙΛΟΥΣ ΞΕΧΩΡΙΣΤΑ).

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

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

Αθλητής - τρία που προκρίνεται σε τελικό και δεν συμμετέχει λόγω τραυματισμού ή άλλης αιτίας ή δεν τερματίζει ή ακυρώνεται ή κάνει άκυρες προσπάθειες, δικαιούται τα χρήματα που προβλέπονται από την προκήρυξη, ανάλογα φυσικά και με τον αριθμό των αθλητών – τριών που συμμετέχουν στον

τελικό, με την προϋπόθεση να έχει διεξαχθεί προκριματικός, στον οποίο έχει συμμετάσχει, προκριθεί και έχει επιτύχει το όριο βαθμολόγησης και καταβολής εξόδων μετακίνησης (π.χ. εφόσον στον τελικό συμμετέχουν μέχρι 7 αθλητές – τρεις, στην περίπτωση αυτή καταβάλλεται το $\frac{1}{2}$ του ποσού).

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

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

Κάλυψη Εξόδων Συνοδών:

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

ΕΝΑΝ ΣΥΝΟΔΟ με 100%, εάν έχει ΕΝΑΝ τουλάχιστον από τους παραπάνω αθλητές στις θέσεις 1 – 3 ή

ΕΝΑΝ ΣΥΝΟΔΟ με 50%, εάν όλοι οι παραπάνω αθλητές – αθλήτριες έχουν καταταγεί στις θέσεις 4 – 8.

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

ΔΥΟ ΣΥΝΟΔΟΥΣ με 100%, εάν έχει ΕΝΑΝ τουλάχιστον από τους παραπάνω αθλητές στις θέσεις 1 – 3 ή

ΔΥΟ ΣΥΝΟΔΟΥΣ με 50%, εάν όλοι οι παραπάνω αθλητές – αθλήτριες έχουν καταταγεί στις θέσεις 4 – 8.

ΓΕΝΙΚΗ ΣΗΜΕΙΩΣΗ ΓΙΑ ΤΗΝ ΚΑΛΥΨΗ ΤΩΝ ΕΞΟΔΩΝ ΜΕΤΑΚΙΝΗΣΗΣ: Σε αγωνίσματα που διεξάγονται ξεχωριστά από τα υπόλοιπα αγωνίσματα κορμού της αντίστοιχης κατηγορίας (π.χ. Μαραθώνιος Βάδην Α/Γ), είναι δυνατόν στην ειδική προκήρυξη των αγώνων να προβλέπεται διαφορετικό πλαίσιο κάλυψης των εξόδων μετακίνησης των αθλητών – αθλητριών και συνοδών.

3) ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΟ ΠΡΩΤΑΘΛΗΜΑ ΚΛΕΙΣΤΟΥ ΣΤΙΒΟΥ:

Στο Πανελλήνιο Πρωτάθλημα Κλειστού Στίβου δεν υπάρχει κάλυψη εξόδων μετακίνησης.

4) ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΟ ΠΡΩΤΑΘΛΗΜΑ ΔΡΟΜΟΥ ΣΕ ΑΝΩΜΑΛΟ ΕΔΑΦΟΣ:

1) ΑΓΩΝΙΣΜΑΤΑ:

ΑΝΔΡΩΝ:	10.000μ.	ΓΥΝΑΙΚΩΝ:	8.000μ.
K23 (Ανδρών):	8.000μ.	K23 (Γυναικών):	6.000μ.
K20 (Ανδρών):	6.000μ.	K20 (Γυναικών):	4.000μ.
K18 (Ανδρών):	4.000μ.	K18 (Γυναικών):	3.000μ.
K16 (Αγοριών):	3.000μ.	K16 (Κοριτσιών):	2.000μ.

2) ΒΑΘΜΟΛΟΓΙΑ – ΑΞΙΟΛΟΓΗΣΗ:

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

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

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

Οι βαθμοί του πρώτου νικητή - τριάς, ίδιοι σε κάθε κατηγορία, είναι ο αριθμός που μας δίνει το σύνολο των αξιολογηθέντων στην πολυπληθέστερη κατηγορία (ως πολυπληθέστερη κατηγορία υπολογίζουμε αυτή με τους περισσότερους τερματίσαντες). π.χ. Πολυπληθέστερη είναι η κατηγορία των ανδρών. Τερμάτισαν 103: Το 60% του 103 είναι $61,8 = 62$. (Στον υπολογισμό του 60% κάθε κατηγορίας, πιθανά δεκαδικά υπόλοιπα στρογγυλοποιούνται στην επόμενη ακέραια μονάδα).

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

Επίσης ο 13ος στην πολυπληθέστερη κατηγορία ΜΟΝΟ (στο παράδειγμα είναι των ανδρών) παίρνει 50 βαθμούς. Για τις υπόλοιπες θέσεις μετά τη δωδέκατη ισχύουν τα παρακάτω:

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

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

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

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

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

Στην κατηγορία ΓΥΝΑΙΚΩΝ τερμάτισαν 46 αθλήτριες.

Το 60% του 46 είναι $27,6 = 28$.

Αξιολογούνται δηλαδή οι 28 πρώτες αθλήτριες.

Οι 12 πρώτες αθλήτριες (ΓΥΝΑΙΚΕΣ) παίρνουν τους ίδιους βαθμούς με την κατηγορία των ανδρών (πολυπληθέστερη), η 13η ΓΥΝΑΙΚΑ βαθμολογείται με τη διαφορά που προκύπτει όταν από τους βαθμούς της 12ης αθλήτριας της κατηγορίας γυναικών (που είναι ίδιοι σε όλες τις κατηγορίες), δηλ. τους 51, αφαιρέσουμε το ΣΥΝΤΕΛΕΣΤΗ φθίνουσας κλίμακας βαθμολογίας, που για τη συγκεκριμένη κατηγορία είναι $3,12$ ($50 : 16 = 3,12$)

«50 είναι οι βαθμοί του 13ου αθλητή της πολυπληθέστερης κατηγορίας και 16 είναι ο αριθμός των υπολοίπων τερματισάντων της συγκεκριμένης κατηγορίας που αξιολογούμε (γυναικών), αφού αφαιρέσουμε τον αριθμό 12 (12 πρώτες).

Επομένως η 13η αθλήτρια παίρνει $51 - 3,12 = 47,88$ βαθμούς, η 14η παίρνει $47,88 - 3,12 = 44,76$... η 28η παίρνει 1 βαθμό.

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

3) ΟΙΚΟΝΟΜΙΚΑ – ΕΞΟΔΑ ΜΕΤΑΚΙΝΗΣΗΣ:

Στο Πανελλήνιο Πρωτάθλημα Δρόμου σε Ανώμαλο Έδαφος, καταβάλλονται (στα σωματεία) έξοδα μετακίνησης για τους αθλητές-τριες τους σύμφωνα με τα παρακάτω:

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

B) Επίσης θα καταβάλλεται το $\frac{1}{2}$ (50%) των αντίστοιχων ποσών σύμφωνα με τα παρακάτω:

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

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

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

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

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

5). ΠΕΡΙΦΕΡΕΙΑΚΟΙ ΑΓΩΝΕΣ ΔΡΟΜΟΥ ΣΕ ΑΝΩΜΑΛΟ ΕΔΑΦΟΣ ΚΑΙ ΔΗΜΟΣΙΑ ΟΔΟ 2025 – 2026 / ΒΑΘΜΟΛΟΓΗΣ ΤΩΝ ΑΘΛΗΤΩΝ – ΑΘΛΗΤΡΙΩΝ ΚΑΙ ΑΞΙΟΛΟΓΗΣΗ ΣΩΜΑΤΕΙΩΝ

(Εντάσσεται στο ποσοστό αξιολόγησης 4% του Πανελληνίου Πρωταθλήματος Δρόμου σε Ανώμαλο Έδαφος):

Οι περιφερειακοί αγώνες δρόμου σε ανώμαλο έδαφος και δημόσια οδό εντάσσονται από το 2026 στο πλαίσιο της βαθμολόγησης - αξιολόγησης του αντιστοίχου Πανελληνίου Πρωταθλήματος Δρόμου σε Ανώμαλο Έδαφος.

Σε κάθε Ε.Α.Σ. για τις ηλικιακές κατηγορίες: Κ16 – Κ18 – Κ20 – Κ23 & Α/Γ, εντάσσονται στο πλαίσιο των περιφερειακών - αξιολογούμενων αγώνων από **έναν** μέχρι τρεις αγώνες το ανώτερο, ανάλογα με την απόφαση κάθε Ε.Α.Σ. και την έγκριση του Σ.Ε.Γ.Α.Σ.

Η χρονική περίοδος διεξαγωγής των περιφερειακών αγώνων δρόμου σε ανώμαλο έδαφος 2025 - 2026, θα είναι σε χρονικό διάστημα δύο μηνών και συγκεκριμένα από τις 22 Νοεμβρίου 2025 μέχρι και τις 25 Ιανουαρίου 2026.

Οι ηλικιακές κατηγορίες και τα έτη γέννησης θα υπολογίζονται όπως θα ισχύουν για το 2026 και συγκεκριμένα:

Κ16: 2011 – 2012

Κ18: 2009 – 2010

Κ20: 2007 – 2008

Κ23: 2004 – 2005 – 2006

Ανδρών – Γυναικών: 2003 – 2002 και οι μεγαλύτεροι – μεγαλύτερες.

Οι Ε.Α.Σ. χωρίζονται σε 4 κατηγορίες, ανάλογα με τη βαθμολογία τους στο Πανελλήνιο Πρωτάθλημα Δρόμου σε Ανώμαλο Έδαφος της προηγούμενης χρονιάς (2025).

Α΄ Κατηγορία: Αθήνα (6.330 Βαθμοί) – Πειραιάς (3.154) – Βόρεια Πελοπόννησος (2.870). Στους αγώνες που εντάσσονται στο θεσμό των περιφερειακών αγώνων δρόμου σε ανώμαλο έδαφος και διεξάγονται στις παραπάνω τρεις Ε.Α.Σ. βαθμολογούνται **οι 14 πρώτοι αθλητές – αθλήτριες σε κάθε κατηγορία, με τη σταθερή βαθμολογία: 13-11-10-9-8-7-6-5-4-3-2-1-1-1.**

Β΄ Κατηγορία: Κρήτη (1.344) – Ήπειρος & Κέρκυρα (1.331)– Θεσσαλονίκη (1.308) Στους αγώνες που εντάσσονται στο θεσμό των περιφερειακών αγώνων δρόμου σε ανώμαλο έδαφος και διεξάγονται στις παραπάνω τρεις (ομίλους) Ε.Α.Σ. βαθμολογούνται **οι 10 πρώτοι αθλητές – αθλήτριες σε κάθε κατηγορία, με τη σταθερή βαθμολογία: 13-11-10-9-8-7-6-5-4-3.**

Γ΄ Κατηγορία: Ανατολική Στερεά & Εύβοια (779) – Θεσσαλία (644) – Ανατολική Μακεδονία & Θράκη (612) – Κεντρική Μακεδονία (511) – Περιφέρεια Πελοποννήσου (406). Στους αγώνες που εντάσσονται στο θεσμό των περιφερειακών αγώνων δρόμου σε ανώμαλο έδαφος και διεξάγονται στις παραπάνω πέντε Ε.Α.Σ. βαθμολογούνται **οι 8 πρώτοι αθλητές – αθλήτριες σε κάθε κατηγορία, με τη σταθερή βαθμολογία: 13-11-10-9-8-7-6-5.**

Δ΄ Κατηγορία: Κυκλάδες (285) – Χίος & Σάμος (179) – Δωδεκάνησα (105) – Δυτική Μακεδονία (69) – Λέσβος (39). Στους αγώνες που εντάσσονται στον θεσμό των περιφερειακών αγώνων δρόμου σε ανώμαλο έδαφος και διεξάγονται στις παραπάνω πέντε Ε.Α.Σ. βαθμολογούνται **οι 6 πρώτοι αθλητές – αθλήτριες σε κάθε κατηγορία, με τη σταθερή βαθμολογία: 13-11-10-9-8-7.**

Μετά τη διεξαγωγή όλων των Περιφερειακών αγώνων, οι αθλητές - αθλήτριες κατατάσσονται, σύμφωνα με τη συνολική βαθμολογία που συγκέντρωσαν από **ένα (1) μέχρι και δύο (2) το ανώτερο αγώνες, ανεξάρτητα σε ποια Ε.Α.Σ. διεξήχθησαν και συμμετείχαν.**

Παράδειγμα 1: Ένας αθλητής συμμετείχε συνολικά σε 4 αγώνες

Σε έναν αγώνα της Αθήνας που ήταν πρώτος (13 βαθμοί), σε έναν αγώνα του Πειραιά που ήταν δεύτερος (11 βαθμοί), σε έναν αγώνα της Ανατολικής Στερεάς που ήταν επίσης δεύτερος (11 βαθμοί) και σε έναν αγώνα της Κρήτης που ήταν τρίτος (10 βαθμοί).

Το σύνολο βαθμών του παραπάνω αθλητή από τους 2 καλύτερους αγώνες που συμμετείχε είναι $13+11 = 24$ βαθμοί.

Παράδειγμα 2: Ένας αθλητής συμμετείχε συνολικά σε 2 αγώνες της Ε.Α.Σ. Ηπείρου. Στον ένα αγώνα ήταν δεύτερος (11 βαθμοί) και στον άλλον αγώνων ήταν επίσης δεύτερος (11 βαθμοί).

Το σύνολο βαθμών του παραπάνω αθλητή από τους 2 αγώνες που συμμετείχε στην Ε.Α.Σ. Ηπείρου είναι $11+11 = 22$ βαθμοί.

Παράδειγμα 3: Ένας αθλητής συμμετείχε συνολικά σε έναν αγώνα.

Σε έναν αγώνα στην Ανατολική Μακεδονία & Θράκη που ήταν τρίτος (10 βαθμοί).

Το σύνολο βαθμών του παραπάνω αθλητή από τον έναν αγώνα που συμμετείχε είναι 10 βαθμοί.

Μετά την αρχική βαθμολόγηση των αθλητών – αθλητριών από τους 2 καλύτερους αγώνες που συμμετείχαν, από το σύνολο των περιφερειακών αγώνων δρόμου σε ανώμαλο έδαφος όλων των Ε.Α.Σ. και ανάλογα με το σύνολο των παραπάνω βαθμών, κατατάσσονται στις θέσεις 1^η – 12^η, ξεχωριστά για κάθε ηλικιακή κατηγορία.

Οι 12 πρώτοι αθλητές – αθλήτριες της συνολικής κατάταξης από τους περιφερειακούς αγώνες και για κάθε κατηγορία ξεχωριστά, βαθμολογούνται με βαθμούς Πανελληνίου Πρωταθλήματος Ανωμάλου της φετινής χρονιάς (2026) στην αντίστοιχη κατηγορία.

Ο πρώτος νικητής της κατάταξης των περιφερειακών αγώνων, σε κάθε κατηγορία βαθμολογείται με το 33% της αξιολόγησης του 1^{ου} πανελληνιονίκη δρόμου σε ανώμαλο έδαφος, στρογγυλεμένο προς τα πάνω και στη συνέχεια φθίνουσα βαθμολόγηση – αξιολόγηση ανά μονάδα προς τα κάτω για τους άλλους 11 αθλητές.

π.χ. Εάν ο 1^{ος} νικητής στο Πανελλήνιο Πρωτάθλημα Ανωμάλου στην κατηγορία Ανδρών βαθμολογείται με 85 βαθμούς, τότε ο 1^{ος} νικητής της συνολικής κατάταξης στους περιφερειακούς αγώνες ανωμάλου δρόμου στην κατηγορία ανδρών βαθμολογείται με 29 βαθμούς, ο 2^{ος} της συνολικής κατάταξης με 28 βαθμούς, ο 3^{ος} με 27 βαθμούς κ.λπ.

Οι παραπάνω βαθμοί των αθλητών – αθλητριών (π.χ. 29 βαθμοί ο 1^{ος} στη συνολική κατάταξη Ανδρών) προστίθενται και συνυπολογίζονται για την ΑΞΙΟΛΟΓΗΣΗ του σωματείου στο Πανελλήνιο Πρωτάθλημα Δρόμου σε Ανώμαλο Έδαφος και όχι στη βαθμολογία – κατάταξη των σωματείων από τους αθλητές – αθλήτριες τους που συμμετείχαν στο Πανελλήνιο Ανωμάλου.

Σε περίπτωση ισοπαλίας στις θέσεις 1^η – 12^η, εφαρμόζουμε τις διατάξεις που ισχύουν σε όλα τα πρωταθλήματα.

π.χ. Ισοπαλία δύο αθλητών στη 2^η θέση, μοιράζονται τους βαθμούς της 2^{ης} και της 3^{ης} θέσης. Ισοπαλία τριών αθλητών στη 12^η θέση μοιράζονται (δια 3) τους βαθμούς της 12^{ης} θέσης.

Με τον παραπάνω τρόπο αξιολόγησης από τους συνολικούς βαθμούς του Πανελληνίου Πρωταθλήματος και των περιφερειακών αγώνων, το 12,5% περίπου αντιστοιχεί στους αθλητές – αθλήτριες που θα αξιολογηθούν από τους περιφερειακούς αγώνες και το 87,5% περίπου στους αθλητές – αθλήτριες από το Πανελλήνιο Ανωμάλου.

Οι αθλητές – αθλήτριες για να αξιολογηθούν από τους περιφερειακούς αγώνες δρόμου σε ανώμαλο έδαφος 2025 - 2026 με βαθμούς αξιολόγησης του Πανελληνίου Ανωμάλου, θα πρέπει να συμμετάσχουν και στο Πανελλήνιο Πρωτάθλημα δρόμου σε ανώμαλο έδαφος του 2026.

Όλες διατάξεις που ίσχυαν το 2025 σχετικά με τις προϋποθέσεις συμμετοχής των αθλητών – αθλητριών στο Πανελλήνιο Πρωτάθλημα Ανωμάλου, ισχύουν και για το 2026.

ΚΕΦΑΛΑΙΟ Ι΄**ΚΟΙΝΕΣ ΓΕΝΙΚΕΣ ΔΙΑΤΑΞΕΙΣ ΔΙΑΣΥΛΛΟΓΙΚΩΝ ΑΓΩΝΩΝ ΚΑΙ ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΩΝ ΠΡΩΤΑΘΛΗΜΑΤΩΝ:****1) ΟΡΓΑΝΑ ΡΙΨΕΩΝ – ΥΨΗ – ΑΠΟΣΤΑΣΕΙΣ ΕΜΠΟΔΙΩΝ:**

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

ΒΑΡΗ ΟΡΓΑΝΩΝ ΡΙΨΕΩΝ				
ΚΑΤΗΓΟΡΙΑ	ΣΦΑΙΡΑ	ΔΙΣΚΟΣ	ΑΚΟΝΤΙΟ	ΣΦΥΡΑ
K14 - ΑΓΟΡΙΩΝ	3 κ.	750γρ.	Μπαλάκι 200 γρ. – Turbo jav 300 γρ. Vortex 130γρ - Ακόντιο 500 γρ	3 κ.
K16 - ΑΓΟΡΙΩΝ	4 κ.	1 κ.	600 γρ.	4 κ.
K18 - ΑΝΔΡΩΝ	5 κ.	1.500 γρ.	700 γρ.	5 κ.
K20 - ΑΝΔΡΩΝ	6 κ.	1.750 γρ.	800 γρ.	6 κ.
K23 - ΑΝΔΡΩΝ	7.260γρ.	2 κ.	800 γρ.	7.260γρ.
ΑΝΔΡΩΝ	7.260γρ.	2 κ.	800 γρ.	7.260γρ.
K14 - ΚΟΡΙΤΣΙΩΝ	3 κ.	750 γρ.	Μπαλάκι 200 γρ. – Turbo jav 300γρ Vortex 130γρ -Ακόντιο 500 γρ	3 κ.
K16 - ΚΟΡΙΤΣΙΩΝ	3 κ	1 κ.	500 γρ.	3 κ.
K18 - ΓΥΝΑΙΚΩΝ	3 κ.	1 κ.	500 γρ.	3 κ.
K20 - ΓΥΝΑΙΚΩΝ	4 κ.	1 κ.	600 γρ.	4 κ.
K23 - ΓΥΝΑΙΚΩΝ	4 κ.	1 κ.	600 γρ.	4 κ.
ΓΥΝΑΙΚΩΝ	4 κ.	1 κ.	600 γρ.	4 κ.

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

ΥΨΗ – ΑΠΟΣΤΑΣΕΙΣ ΕΜΠΟΔΙΩΝ						
ΚΑΤΗΓΟΡΙΑ	ΑΓΩΝΙΣΜΑ	ΑΡΙΘΜΟΣ ΕΜΠΟΔΙΩΝ	ΥΨΟΣ ΕΜΠΟΔΙΟΥ	ΑΠΟΣΤΑΣΗ ΑΦΕΤΗΡΙΑΣ 1ου ΕΜΠ	ΕΝΔΙΑΜΕΣΗ ΑΠΟΣΤΑΣΗ	ΤΕΛΕΥΤΑΙΟ ΕΩΣ ΤΕΡΜΑΤΙΣΜΟ
K14 - ΑΓΟΡΙΩΝ	60μ ΕΜΠ	6	0,50	12	7,50	10,50
K16 - ΑΓΟΡΙΩΝ	100μ ΕΜΠ	10	0,84	13	8,50	10,50
	300μ ΕΜΠ	7	0,76	50	35	40
K18 - ΑΝΔΡΩΝ	110μ ΕΜΠ	10	0,91	13,72	9,14	14,02
	400μ ΕΜΠ	10	0,84	45	35	40
K20 - ΑΝΔΡΩΝ	110μ ΕΜΠ	10	0,99	13,72	9,14	14,02
	400μ ΕΜΠ	10	0,91	45	35	40
K23 - ΑΝΔΡΩΝ	110μ ΕΜΠ	10	1,067	13,72	9,14	14,02
	400μ ΕΜΠ	10	0,91	45	35	40
K16 - ΑΓΟΡΙΩΝ	2000μ. Φ.Ε. (Χ.Λ.)	18	0,76			
K18 - ΑΝΔΡΩΝ	2000μ. Φ.Ε	18 + 5	0,84			
K20 – K23 ΑΝΔΡΩΝ	3000μ. Φ.Ε.	28 + 7	0,91			
K14ΚΟΡΙΤΣΙΩΝ	60μ ΕΜΠ	6	0,50	12	7	13
K16- ΚΟΡΙΤΣΙΩΝ	80μ ΕΜΠ	8	0,76	13	8	11
	300μ ΕΜΠ	7	0,76	50	35	40
K18 - ΓΥΝΑΙΚΩΝ	100μ ΕΜΠ	10	0,76	13	8,50	10,50
	400μ ΕΜΠ		0,76	45	35	40
K20 - ΓΥΝΑΙΚΩΝ	100μ ΕΜΠ	10	0,84	13	8,50	10,50
	400μ ΕΜΠ		0,76	45	35	40
K23 (ΓΥΝΑΙΚΩΝ) & ΓΥΝΑΙΚΩΝ)	100μ ΕΜΠ	10	0,84	13	8,50	10,50
	400μ ΕΜΠ		0,76	45	35	40
K16 ΚΟΡΙΤΣΙΩΝ	2000μ. Φ.Ε.(Χ.Λ.)	18	0,76			
K18 ΓΥΝΑΙΚΩΝ	2000μ.Φ.Ε.	18 + 5	0,76			
K20 – K23 ΓΥΝΑΙΚΩΝ	3000μ.Φ.Ε.	28 + 7	0,76			

ΥΨΗ – ΑΠΟΣΤΑΣΕΙΣ ΕΜΠΟΔΙΩΝ ΣΤΟΝ ΚΛΕΙΣΤΟ ΣΤΙΒΟ						
ΚΑΤΗΓΟΡΙΑ	ΑΓΩΝΙΣΜΑ	ΑΡΙΘΜΟΣ ΕΜΠΟΔΙΩΝ	ΥΨΟΣ ΕΜΠΟΔΙΟΥ	ΑΠΟΣΤΑΣΗ ΑΦΕΤΗΡΙΑΣ 1ου ΕΜΠ.	ΕΝΔΙΑΜΕΣΗ ΑΠΟΣΤΑΣΗ	ΤΕΛΕΥΤΑΙΟ ΜΕΧΡΙ ΤΕΡΜΑΤΙΣΜΟ
Κ14-ΑΓΟΡΙΩΝ	60 μ.	6	0,50	12	7,50	10,50
Κ14 - ΚΟΡΙΤΣΙΩΝ		6	0,50	12	7	13
Κ16 - ΑΓΟΡΙΩΝ		5	0,84	13	8,50	13
Κ16 - ΚΟΡΙΤΣΙΩΝ		5	0,76	13	8	15
Κ18 - ΑΝΔΡΩΝ		5	0,91	13,72	9,14	9,72
Κ18 - ΓΥΝΑΙΚΩΝ		5	0,76	13	8,50	13
Κ20 - ΑΝΔΡΩΝ		5	0,99	13,72	9,14	9,72
Κ20 - ΓΥΝΑΙΚΩΝ		5	0,84	13	8,50	13
ΑΝΔΡΩΝ		5	1,067	13,72	9,14	9,72
ΓΥΝΑΙΚΩΝ		5	0,84	13	8,50	13

2) ΧΡΟΝΙΚΗ ΠΕΡΙΟΔΟΣ ΚΑΙ ΑΓΩΝΕΣ ΠΟΥ ΑΞΙΟΛΟΓΟΥΝΤΑΙ:

Για την αξιολόγηση των σωματείων κάθε χρονιάς και συγκεκριμένα για το χρονικό διάστημα από 1/1 μέχρι 31/12 του τρέχοντος έτους, υπολογίζονται οι διασυλλογικοί αγώνες (και όσοι ακόμα αγώνες βαθμολογικά εντάσσονται στο πλαίσιο των διασυλλογικών π.χ. 12άδα – διοργάνωση αγώνων από τα σωματεία), τα Πανελλήνια Πρωταθλήματα ανοιχτού στίβου, δρόμου σε ανώμαλο έδαφος (και οι περιφερειακοί αγώνες δρόμου σε ανώμαλο έδαφος και δημόσια οδό που εντάσσονται στο πλαίσιο του Πανελληνίου πρωταθλήματος ανωμάλου) και οι συμμετοχές και διακρίσεις των αθλητών – αθλητριών στους διεθνείς αγώνες.

3) ΠΟΣΟΣΤΙΑΙΑ ΚΑΤΑΝΟΜΗ ΤΗΣ ΑΞΙΟΛΟΓΗΣΗΣ ΔΙΑΣΥΛΛΟΓΙΚΩΝ ΚΑΙ ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΩΝ ΠΡΩΤ/ΤΩΝ

ΚΑΤΗΓΟΡΙΑ ΠΡΩΤΑΘΛΗΜΑΤΟΣ ΚΑΙ ΑΓΩΝΩΝ	ΠΟΣΟΣΤΟ (%)
ΔΙΑΣΥΛΛΟΓΙΚΟΙ ΑΓΩΝΕΣ – 12αδα – ΔΙΟΡΓΑΝ. ΑΓΩΝΩΝ ΑΠΟ ΣΩΜΑΤΕΙΑ	25 %
Α΄ ΦΑΣΗ ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΟΥ ΑΝΑΠΤΥΞΙΑΚΟΥ Κ16 (2 ΟΜΙΛΟΙ) & ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΟ ΠΡΩΤΑΘΛΗΜΑ Κ16 (1 ΟΜΙΛΟΣ)	17 %
ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΟ ΠΡΩΤΑΘΛΗΜΑ Κ18	15 %
ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΟ ΠΡΩΤΑΘΛΗΜΑ Κ20	15 %
ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΟ ΠΡΩΤΑΘΛΗΜΑ ΑΝΔΡΩΝ – ΓΥΝΑΙΚΩΝ	14 %
ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΟ ΠΡΩΤΑΘΛΗΜΑ Κ23	10 %
ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΟ ΠΡΩΤΑΘΛΗΜΑ ΔΡΟΜΟΥ ΣΕ ΑΝΩΜΑΛΟ ΕΔΑΦΟΣ & ΠΕΡΙΦΕΡΕΙΑΚΟΙ ΑΓΩΝΕΣ ΔΡΟΜΟΥ ΣΕ ΑΝΩΜΑΛΟ ΕΔΑΦΟΣ	4 %
ΣΥΝΟΛΟ	100 %

4) ΑΞΙΟΛΟΓΗΣΗ ΣΩΜΑΤΕΙΩΝ ΑΠΟ ΜΕΤΑΓΡΑΦΕΣ ΑΘΛΗΤΩΝ:

Σχετικά με το «μοίρασμα» των βαθμών αξιολόγησης των σωματείων από τις μεταγραφές των αθλητών - αθλητριών, θα ισχύουν όλα όσα αναφέρονται στον εγκεκριμένο κανονισμό εγγραφών – μεταγραφών.

5) ΑΞΙΟΛΟΓΗΣΗ ΣΩΜΑΤΕΙΩΝ ΑΠΟ ΔΙΕΘΝΕΙΣ ΑΓΩΝΕΣ:

Η αξιολόγηση που συγκεντρώνουν τα σωματεία στα Πανελλήνια Πρωταθλήματα και επιπλέον η αξιολόγηση που θα πάρουν οι αθλητές – τριες (Α/Γ – Κ23 – Κ20 και Κ18) από τη συμμετοχή και διάκριση σε Ολυμπιακούς αγώνες, Παγκόσμια και Ευρωπαϊκά πρωταθλήματα και γενικότερα σε Διεθνείς αγώνες, σύμφωνα με τον συνημμένο πίνακα, υπολογίζονται ξεχωριστά στην αξιολόγηση ανάλογα με τα ποσοστά του κάθε Πανελληνίου Πρωταθλήματος.

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

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

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

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

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

γ) Αν διεξάγονται Πανελλήνιοι αγώνες της κατηγορίας και του αγωνίσματος του αθλητή-τριας, τότε το σωματείο πριμοδοτείται με **δεκατρείς (13)** βαθμούς του αντιστοίχου Πανελληνίου Πρωταθλήματος.

δ) Αν διεξάγονται Πανελλήνιοι αγώνες του αγωνίσματος του αθλητή-τριας αλλά της αμέσως ανώτερης ηλικιακής κατηγορίας, τότε το σωματείο πριμοδοτείται με επτά (7) βαθμούς του αντιστοίχου Πανελληνίου Πρωταθλήματος.

ε) Αν διεξάγονται Πανελλήνιοι αγώνες του αγωνίσματος του αθλητή-τριας αλλά ανώτερης κατά δύο ηλικιακές κατηγορίες, τότε το σωματείο πριμοδοτείται με τέσσερις (4) βαθμούς του αντιστοίχου Πανελληνίου πρωταθλήματος (π.χ. αθλητής Κ20 συμμετέχει σε διεθνή αγώνα της κατηγορίας του και ταυτόχρονα διεξάγεται το Πανελλήνιο Πρωτάθλημα Ανδρών).

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

ζ) Αν διεξάγονται Πανελλήνιοι αγώνες της κατηγορίας και του αγωνίσματος του αθλητή-τριας και αυτός συμμετέχει με την Εθνική ομάδα σε αγώνες ανώτερης ηλικιακής κατηγορίας (ανεξάρτητα εάν συμμετέχει σε ατομικό αγώνισμα ή σκυταλοδρομία «βασικός ή αναπληρωματικός»), τότε το σωματείο πριμοδοτείται με **δεκατρείς (13)** βαθμούς του αντιστοίχου Πανελληνίου Πρωταθλήματος.

η) Οι παραπάνω βαθμοί δίνονται, ΜΟΝΟ εάν το αγώνισμα ή τα

αγωνίσματα που συμμετέχει ο αθλητής – τρία με την Εθνική ομάδα συμπεριλαμβάνονται στο αντίστοιχο πρόγραμμα του αξιολογούμενου πρωταθλήματος.

Σε κάθε περίπτωση ο ανώτερος αριθμός αγωνισμάτων που θα αξιολογείται ο αθλητής, θα είναι ο αντίστοιχος που έχει δικαίωμα να συμμετάσχει ο αθλητής, σύμφωνα με την προκήρυξη του αξιολογούμενου πρωταθλήματος.

Τα σωματεία των αθλητών – αθλητριών πριμοδοτούνται με βαθμούς αξιολόγησης σε όσα αγωνίσματα συμμετάσχει ο αθλητής – αθλήτρια τους με την εθνική ομάδα και επιπλέον σε όσα αγωνίσματα έχει πετύχει το όριο – προϋποθέσεις συμμετοχής, με ανώτερο τον αριθμό αγωνισμάτων που έχει δικαίωμα συμμετοχής στο αντίστοιχο αξιολογούμενο Πανελλήνιο Πρωτάθλημα.

Επίσης για τους αθλητές – αθλήτριες που συμμετέχουν με την εθνική ομάδα σε αγώνες ανώτερης κατηγορίας που δεν υπάρχουν όρια συμμετοχής (π.χ. ανήκουν στην K23 και συμμετέχουν στο ευρωπαϊκό πρωτάθλημα ομάδων A/Γ) παίρνουν βαθμούς σε όσα αγωνίσματα έχουν δικαίωμα συμμετοχής στο αξιολογούμενο πρωτάθλημα, με την προϋπόθεση ότι την προηγούμενη χρονιά συμμετείχαν στο αντίστοιχο πρωτάθλημα (K23) και στα συγκεκριμένα τα αγωνίσματα και είχαν καταταγεί στις θέσεις 1^η – 8^η.

θ) Οι αθλητές – τρεις που συμμετέχουν με την Εθνική ομάδα σε Σύνθετα Αγωνίσματα και ταυτόχρονα διεξάγεται αξιολογημένο πρωτάθλημα, αξιολογούνται σύμφωνα με όλα όσα αναφέρονται στις παραπάνω παραγράφους (α, β, γ, δ, ε και στ), αλλά σε ΕΝΑ ΜΟΝΟ ΑΓΩΝΙΣΜΑ (ανεξάρτητα εάν στο αξιολογούμενο πρωτάθλημα διεξάγονται σύνθετα αγωνίσματα ή όχι) και με την προϋπόθεση φυσικά ότι δεν έχουν εξαντλήσει τη συμμετοχή τους στα αγωνίσματα που έχουν δικαίωμα συμμετοχής στο συγκεκριμένο αξιολογούμενο πρωτάθλημα.

ι) Αντίστοιχα με όλα τα παραπάνω σε ότι έχει σχέση με τη βαθμολογία – αξιολόγηση, θα ισχύουν και για το Πανελλήνιο Πρωτάθλημα Δρόμου σε Ανώμαλο Έδαφος.

7) ΓΡΑΜΜΑΤΙΑ ΕΙΣΠΡΑΞΗΣ ΣΩΜΑΤΕΙΩΝ:

Τα σωματεία εάν δεν καταθέσουν τα γραμμάτια είσπραξης στην υπηρεσία του Σ.Ε.Γ.Α.Σ. κατά την διάρκεια των αγώνων, για οποιοδήποτε λόγο, **θα πρέπει να τα στείλουν στον Σ.Ε.Γ.Α.Σ. το αργότερο σε τριάντα (30) ημέρες από την ημερομηνία διεξαγωγής του κάθε πρωταθλήματος.** Σε διαφορετική περίπτωση δεν θα καταβάλλονται τα έξοδα μετακίνησης των σωματείων.

8) ΕΙΔΙΚΕΣ ΔΙΑΤΑΞΕΙΣ:

Όλοι οι αθλητές – τρεις θα πρέπει τουλάχιστον 1 ώρα & 15' – 1ώρα & 30' πριν από τους προκριματικούς, τους αγώνες επιλογής και τους τελικούς, να παρουσιάζονται στην αίθουσα κλήσης ΑΥΤΟΠΡΟΣΩΠΩΣ, για να δηλώσουν την παρουσία τους, προσκομίζοντας το αθλητικό τους δελτίο και την κάρτα υγείας αθλητή σύμφωνα με όσα αναφέρονται στην σελίδα 3-παράγραφος 3^α(εκτός εάν αναφέρεται διαφορετική ώρα παρουσίασης στην ειδική προκήρυξη του πρωταθλήματος, οπότε ισχύουν τα ωράρια της ειδικής προκήρυξης).

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

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

Οι αγώνες θα διεξαχθούν σύμφωνα με τους κανονισμούς στίβου της WA, καθώς και του Σ.Ε.Γ.Α.Σ.

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

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

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

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

Μετά τη διεξαγωγή κάθε τελικού αγωνίσματος, οι 3 πρώτοι νικητές – τρεις πρέπει να προσέρχονται στον χώρο απονομής των επάθλων. Τα αγωνίσματα των ΣΚΥΤΑΛΟΔΡΟΜΙΩΝ στα Πανελλήνια Πρωταθλήματα διεξάγονται όλα σε ΤΕΛΙΚΕΣ ΣΕΙΡΕΣ.

9) ΑΙΘΟΥΣΑ ΚΛΗΣΗΣ:

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

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

2) Απαγορεύεται η είσοδος σε οποιονδήποτε προπονητή ή συνοδό στην αίθουσα κλήσης, εκτός από τον επίσημο εκπρόσωπο του συλλόγου.

3) Οι τελικές δηλώσεις των συλλόγων για τις σκυταλοδρομίες θα γίνονται από τον εκπρόσωπο του συλλόγου, ο οποίος θα δηλώνει και τη σειρά των αθλητών που θα τρέξουν.

4) Σε χώρο της αίθουσας κλήσης ειδικά διαμορφωμένο οι εκπρόσωποι των σωματείων θα μπορούν να καταθέτουν γραπτώς αίτηση προς τον τεχνικό υπεύθυνο των αγώνων, για εξέταση τυχόν παραλείψεων (π.χ. δηλωμένος αθλητής που δεν υπάρχει ο αριθμός του) ή άλλων προβλημάτων, την παραμονή των αγώνων.

5) Οι υπεύθυνοι της αίθουσας κλήσης θα ελέγχουν τα δελτία των αγωνιζομένων και δεν θα καταχωρούν στα πινάκια κανένα αθλητή του οποίου η κάρτα υγείας αθλητή δεν είναι θεωρημένη ιατρικώς, σύμφωνα με την ισχύουσα νομοθεσία.

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

Για τους υπόλοιπους αγώνες θα εξετάζεται κατά περίπτωση, ανάλογα και με το στάδιο διεξαγωγής των αγώνων και το προσωπικό «εθελοντές» που θα υπάρχει.

10) ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ ΑΓΩΝΩΝ:

Τα αποτελέσματα των αγώνων θα ανακοινώνονται ηλεκτρονικά μέσα από την ιστοσελίδα του Σ.Ε.Γ.Α.Σ., ή των Ε.Α.Σ. ή γενικότερα της διοργάνωσης.

11) ΤΕΧΝΙΚΟΣ ΥΠΕΥΘΥΝΟΣ - ΔΙΕΥΘΥΝΤΗΣ ΑΓΩΝΩΝ:

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

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

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

12) ΤΕΧΝΙΚΗ ΣΥΣΚΕΨΗ ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΩΝ ΠΡΩΤΑΘΛΗΜΑΤΩΝ:

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

1. Ο εκπρόσωπος του Δ.Σ. του Σ.Ε.Γ.Α.Σ., - Οργανωτικός εκπρόσωπος, ως πρόεδρος.
2. Ο πρόεδρος της οργανωτικής επιτροπής.
3. Ο τεχνικός διευθυντής των αγώνων του Σ.Ε.Γ.Α.Σ.
4. Ο αντίστοιχος τεχνικός σύμβουλος ανάπτυξης
5. Ο αντίστοιχος τεχνικός διευθυντής εθνικών ομάδων
6. Η διευθύντρια αγωνιστικού αθλητισμού, επικεφαλής διοικητικού προσωπικού
7. Ο τεχνικός σύμβουλος της τοπικής Ε.Α.Σ.
8. Ο τεχνικός υπεύθυνος εγκατάστασης
9. Ο Αλυτάρχης.
10. Ο τεχνικός διευθυντής - Γυμνασίαρχος
11. Ο πρόεδρος των κριτών της περιοχής που γίνεται το πρωτάθλημα.

13) ΠΙΣΤΟΠΟΙΗΣΗ ΥΓΕΙΑΣ ΑΘΛΗΤΩΝ - ΤΡΙΩΝ – ΙΑΤΡΙΚΗ ΚΑΛΥΨΗ ΑΓΩΝΩΝ:

A) Με τη φροντίδα και την ευθύνη των συλλόγων τους οι αθλητές –τριες πρέπει να έχουν εξετασθεί ιατρικώς πριν από τους αγώνες. Η πιστοποίηση της υγείας στην κάρτα υγείας των αθλητών και αθλητριών είναι υποχρεωτική και αποτελεί προϋπόθεση για τη συμμετοχή τους σε προπονήσεις και αγώνες.

ΣΕ ΔΙΑΦΟΡΕΤΙΚΗ ΠΕΡΙΠΤΩΣΗ ΔΕΝ ΘΑ ΤΟΥΣ ΕΠΙΤΡΕΠΕΤΑΙ ΝΑ ΣΥΜΜΕΤΕΧΟΥΝ και οι υπεύθυνοι της αίθουσας κλήσης θα καταχωρούν στα πινάκια ΜΟΝΟ τους αθλητές των οποίων η κάρτα υγείας αθλητή είναι θεωρημένη σύμφωνα με τις ισχύουσες διατάξεις.

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

14) ΕΛΕΓΧΟΣ DOPING:

1) Οι αθλητές που διαθέτουν δελτίο αθλητικής ιδιότητας, υπόκεινται σε έλεγχο ντόπινγκ εντός και εκτός αγώνων.

2) Η διενέργεια ελέγχου ντόπινγκ εντός αγώνων, Πανελληνίου ή τοπικού επιπέδου, γίνεται από τον Ε.Ο.ΚΑ.Ν.

3) Στα Πανελλήνια Πρωταθλήματα Ανδρών-Γυναικών, K23, K20 και K18, θα γίνεται έλεγχος doping, σύμφωνα με τους όρους και τις διατάξεις της Παγκόσμιας Ομοσπονδίας Κλασικού Αθλητισμού

15) ΣΥΜΜΕΤΟΧΗ ΚΥΠΡΙΩΝ ΑΘΛΗΤΩΝ – ΑΘΛΗΤΡΙΩΝ (ΦΟΙΤΗΤΩΝ):

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

Σε αντίθετη περίπτωση δεν θα γίνεται δεκτή η συμμετοχή τους.

Τη σχετική βεβαίωση (για το ακαδημαϊκό έτος 2025 – 2026) καταθέτουν τα σωματεία για τους αθλητές – αθλήτριες που έχουν πάρει μετεγγραφή μέχρι και το 2025. Για τους αθλητές – αθλήτριες που έχουν πάρει μετεγγραφή για το 2026 (τελευταία περίοδος μεταγραφών), η σχετική βεβαίωση έχει ήδη κατατεθεί με τα δικαιολογητικά για την έγκριση της μετεγγραφής.

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

Τα σωματεία των οποίων οι αθλητές – αθλήτριες τους συμμετέχουν σε διεθνείς αγώνες αξιολογούνται επιπλέον και με τους παρακάτω βαθμούς αξιολόγησης.

Α) ΠΙΝΑΚΑΣ ΣΥΜΜΕΤΟΧΗΣ

ΟΛΥΜΠΙΑΚΟΙ ΑΓΩΝΕΣ ΠΑΓΚΟΣΜΙΟ ΠΡΩΤΑΘΛΗΜΑ Α / Γ	14
ΠΑΓΚΟΣΜΙΟ ΠΡΩΤΑΘΛΗΜΑ (ΚΛΕΙΣΤΟΥ) Α/Γ	12
ΕΥΡΩΠΑΙΚΟ ΠΡΩΤΑΘΛΗΜΑ Α/Γ	10
ΕΥΡΩΠΑΪΚΟ ΠΡΩΤΑΘΛΗΜΑ (ΚΛΕΙΣΤΟΥ) Α / Γ ΕΥΡΩΠΑΪΚΟ ΠΡΩΤΑΘΛΗΜΑ K23 (ΝΕΩΝ) ΕΥΡΩΠΑΪΚΟ ΠΡΩΤΑΘΛΗΜΑ ΟΜΑΔΩΝ 1 ^η ΚΑΤΗΓΟΡΙΑ ΠΑΓΚΟΣΜΙΑ ΠΡΩΤΑΘΛΗΜΑΤΑ K20 (Ε/Ν)	8
ΕΥΡΩΠΑΪΚΑ ΠΡΩΤΑΘΛΗΜΑΤΑ K20 - K18 ΠΑΓΚΟΣΜΙΟ ΚΥΠΕΛΟ ΒΑΔΗΝ	6
ΕΥΡΩΠΑΪΚΟ ΠΡΩΤΑΘΛΗΜΑ ΟΜΑΔΩΝ 2 ^η ΚΑΤΗΓΟΡΙΑ ΕΥΡΩΠΑΪΚΟ ΚΥΠΕΛΟ ΒΑΔΗΝ ΜΕΣΟΓΕΙΑΚΟΙ ΑΓΩΝΕΣ Α/Γ	4

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

ΘΕΣΕΙΣ ΚΑΤΑΤΑΞΗ	•ΟΛΥΜΠΙΑΚΟΙ ΑΓΩΝΕΣ •ΠΑΓΚΟΣΜΙΟ ΠΡΩΤΑΘΛΗΜΑ Α/Γ	ΠΑΓΚΟΣΜΙΟ ΠΡΩΤ/ΜΑ Α/Γ (ΚΛΕΙΣΤΟΥ)	ΕΥΡΩΠΑΪΚΟ ΠΡΩΤ/ΜΑ Α/Γ	•ΕΥΡΩΠΑΪΚΟ ΠΡΩΤ/ΜΑ Α/Γ (ΚΛΕΙΣΤΟΥ) •ΕΥΡΩΠΑΪΚΟ ΠΡΩΤ.Κ 23 •ΕΥΡΩΠΑΪΚΟ Α/Γ – 1 ^η ΚΑΤΗΓΟΡΙΑ •ΠΑΓΚΟΣΜΙΟ ΠΡΩΤ/ΜΑ Κ20	•ΕΥΡΩΠΑΪΚΑ ΠΡΩΤ/ΤΑ Κ20 – Κ18 •ΠΑΓΚΟΣΜΙΟ ΒΑΔΗΝ	•ΕΥΡΩΠΑΪΚΟ ΠΡΩΤ. ΟΜΑΔΩΝ Β΄ ΚΑΤΗΓΟΡΙΑΣ •ΕΥΡΩΠΑΪΚΟ ΚΥΠΕΛΛΟ ΒΑΔΗΝ •ΜΕΣΟΓΕΙΑΚΟΙ ΑΓΩΝΕΣ Α/Γ •ΕΥΡΩΠΑΪΚΟ ΟΛΥΜΠΙΑΚΟ ΦΕΣΤΙΒΑΛ Κ18 •ΕΥΡΩΠ. ΚΥΠΕΛΛΟ ΡΙΨΕΩΝ Α/Γ, Κ23
1η	20	18	16	14	12	10
2η	18	16	14	12	10	8
3η	16	14	12	10	8	6
4η	14	12	10	8	7	5
5η	12	10	8	7	6	4
6η	10	8	7	6	5	3
7η	8	7	6	5	4	2
8η	7	6	5	4	3	2
9η	6	5	4	3	2	1
10η	5	4	3	2	2	1
11η	4	3	2	1	1	
12η	3	2	1	1	1	
13η -14η	2	1				
15η -16η	1					

ΣΗΜΕΙΩΣΗ:

- 1) Οι βαθμοί αξιολόγησης είναι του αντίστοιχου Πανελληνίου πρωταθλήματος της κατηγορίας που συμμετέχει ο αθλητής – αθλήτρια στους διεθνείς αγώνες.
- 2) Κάθε αθλητής – αθλήτρια θα πριμοδοτείται από ένα μόνο αγώνα και από μία μόνο διοργάνωση
- 3) Οι συμμετέχοντες μόνο με τις ομάδες σκυταλοδρομίας (τακτικοί και αναπληρωματικοί), θα πριμοδοτούνται με το 50% του πριμ συμμετοχής και διάκριση

17) ΓΕΝΙΚΗ ΔΙΑΤΑΞΗ ΓΙΑ ΤΟΥΣ ΔΙΑΣΥΛΛΟΓΙΚΟΥΣ ΑΓΩΝΕΣ ΚΑΙ ΤΑ ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΑ ΠΡΩΤΑΘΛΗΜΑΤΑ: Σε κάθε περίπτωση διαφορετικής διάταξης

στις ειδικές προκηρύξεις των διασυλλογικών αγώνων και των πανελληνίων πρωταθλημάτων από τις αντίστοιχες της γενικής προκήρυξης, ισχύουν οι διατάξεις που αναφέρονται στις ειδικές προκηρύξεις των αγώνων και πρωταθλημάτων.

18) ΓΕΝΙΚΗ ΔΙΑΤΑΞΗ ΓΙΑ ΟΛΟΥΣ ΤΟΥΣ ΑΓΩΝΕΣ ΤΟΥ ΣΕΓΑΣ ΚΑΙ ΤΩΝ ΕΑΣ ΣΕΓΑΣ:

Σύμφωνα με τους τεχνικούς κανονισμούς της WA άρθρα 5.8 & 5.9, που ισχύουν για όλους τους αγώνες στίβου, οι αθλητές – αθλήτριες που συμμετέχουν σε αγώνες του Σ.Ε.Γ.Α.Σ. ή των Ε.Α.Σ. Σ.Ε.Γ.Α.Σ. θα πρέπει υποχρεωτικά να αγωνίζονται φορώντας στην αγωνιστική τους εμφάνιση (μπλουζάκι) τον αριθμό ή τους αριθμούς συμμετοχής που θα τους παραδώσουν οι οργανωτές.

Οι αριθμοί συμμετοχής επιβάλλεται να φοριούνται όπως ακριβώς δίνονται και δεν επιτρέπεται να κόβονται, να διπλώνονται ή να κρύβονται με κανέναν τρόπο

Οι αρμόδιοι Έφοροι κάθε αγωνίσματος, όπως ελέγχουν όλο τον εξοπλισμό των αθλητών (παπούτσια κ.λπ.), ελέγχουν και ότι οι αθλητές έχουν τοποθετήσει σωστά τον αριθμό συμμετοχής τους στην αγωνιστική εμφάνιση, κατά τα παραπάνω και ότι αγωνίζονται με αυτόν.

Εάν ο αθλητής – αθλήτρια δεν φορά τον αριθμό ή τους αριθμούς συμμετοχής του όπως ακριβώς δίνονται ή ο αριθμός είναι κομμένος, διπλωμένος ή κρύβεται / δεν φαίνεται, έστω και μέρος του (π.χ. οι χορηγοί των αγώνων), θα ακολουθείται η παρακάτω διαδικασία, πριν από την έναρξη του κάθε αγωνίσματος:

Αρχικά θα γίνεται υπόδειξη για το πώς πρέπει να φορεθεί ο αριθμός, ώστε να γίνει η απαραίτητη διόρθωση.

Στην συνέχεια εάν ο αθλητής δεν συμμορφώνεται με τις υποδείξεις των κριτών, θα δίνεται από τον Έφορο του αγωνίσματος παρατήρηση – κίτρινη κάρτα - προειδοποίηση αποκλεισμού.

Τέλος εάν και πάλι ο αθλητής – αθλήτρια αρνηθεί να συμμορφωθεί, τότε με απόφαση του Εφόρου του αγωνίσματος, του Αλυτάρχη και του Τεχνικού Υπευθύνου, θα αποκλείεται από τους αγώνες – κόκκινη κάρτα και θα παραπέμπεται στην δικαστική επιτροπή του Σ.Ε.Γ.Α.Σ.

Οι βοηθοί Αφέντες, οι Επόπτες και οι Κριτές, οφείλουν να βρίσκονται σε επαγρύπνηση για τα θέματα αυτά και να αναφέρουν όλες τις εμφανείς παραβάσεις προς τον αρμόδιο Έφορο.

ΚΕΦΑΛΑΙΟ Κ΄:

ΔΙΑΚΑΙΩΜΑ ΣΥΜΜΕΤΟΧΗΣ ΑΝΑΛΟΓΑ ΜΕ ΤΟ ΕΤΟΣ ΓΕΝΝΗΣΗΣ:

1). ΔΙΑΣΥΛΛΟΓΙΚΟΙ ΑΓΩΝΕΣ ΑΝΔΡΩΝ – ΓΥΝΑΙΚΩΝ / 2026

ΑΓΩΝΙΣΜΑ	ΑΝΔΡΩΝ	ΓΥΝΑΙΚΩΝ
100μ.	2006 και μεγαλύτεροι	2006 και μεγαλύτερες
200μ.	2006 και μεγαλύτεροι	2006 και μεγαλύτερες
400μ.	2006 και μεγαλύτεροι	2006 και μεγαλύτερες
800μ.	2006 και μεγαλύτεροι	2006 και μεγαλύτερες
1.500μ.	2006 και μεγαλύτεροι	2006 και μεγαλύτερες
5.000μ.	2006 και μεγαλύτεροι	2006 και μεγαλύτερες
110μ. – 100μ.Εμπ.	2006 και μεγαλύτεροι	2006 και μεγαλύτερες
400μ.Εμπ.	2006 και μεγαλύτεροι	2006 και μεγαλύτερες
3.000μ. Φ.Ε.	2006 και μεγαλύτεροι	2006 και μεγαλύτερες
10.000μ.Βάδην	2006 και μεγαλύτεροι	2006 και μεγαλύτερες
ΥΨΟΣ	2006 και μεγαλύτεροι	2006 και μεγαλύτερες
ΕΠΙ ΚΟΝΤΩ	2006 και μεγαλύτεροι	2006 και μεγαλύτερες
ΜΗΚΟΣ	2006 και μεγαλύτεροι	2006 και μεγαλύτερες
ΤΡΙΠΛΟΥΝ	2006 και μεγαλύτεροι	2006 και μεγαλύτερες
ΣΦΑΙΡΟΒΟΛΙΑ	2006 και μεγαλύτεροι	2006 και μεγαλύτερες
ΔΙΣΚΟΒΟΛΙΑ	2006 και μεγαλύτεροι	2006 και μεγαλύτερες
ΣΦΥΡΟΒΟΛΙΑ	2006 και μεγαλύτεροι	2006 και μεγαλύτερες
ΑΚΟΝΤΙΣΜΟΣ	2006 και μεγαλύτεροι	2006 και μεγαλύτερες
ΔΕΚΑΘΛΟ - ΕΠΤΑΘΛΟ	2006 και μεγαλύτεροι	2006 και μεγαλύτερες
4 X 100μ.	2010 και μεγαλύτεροι	2010 και μεγαλύτερες
4 X 400μ.	2010 και μεγαλύτεροι	2010 και μεγαλύτερες
4 X 400μ. ΜΙΚΤΗ	2010 και μεγαλύτεροι	2010 και μεγαλύτερες

2). ΔΙΑΣΥΛΛΟΓΙΚΟΙ ΑΓΩΝΕΣ Κ20 (ΑΝΔΡΩΝ – ΓΥΝΑΙΚΩΝ) 2026
ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΟ ΠΡΩΤΑΘΛΗΜΑ Κ20 (ΑΝΔΡΩΝ – ΓΥΝΑΙΚΩΝ) 2026

ΑΓΩΝΙΣΜΑ	ΑΝΔΡΩΝ	ΓΥΝΑΙΚΩΝ
100μ.	2007 - 2010	2007 - 2010
200μ.	2007 - 2010	2007 - 2010
400μ.	2007 - 2010	2007 - 2010
800μ.	2007 - 2010	2007 - 2010
1.500μ.	2007 - 2010	2007 - 2010
5.000μ.	2007 - 2010	2007 - 2010
110μ.Εμπ. (0,99 – 0,84)	2007 - 2010	2007 - 2010
400μ.Εμπ. (0,91 – 0,76)	2007 - 2010	2007 - 2010
3.000μ. Φ.Ε. (0,91 – 0,76)	2007 - 2010	2007 - 2010
5.000μ. Βάδην (Πανελλήνιο Πρωτάθλημα)	2007 - 2010	2007 - 2010
10.000μ. Βάδην (Διασυλλογικοί Αγώνες)	2007 - 2010	2007 - 2010
ΥΨΟΣ	2007 - 2010	2007 - 2010
ΕΠΙ ΚΟΝΤΩ	2007 - 2010	2007 - 2010
ΜΗΚΟΣ	2007 - 2010	2007 - 2010
ΤΡΙΠΛΟΥΝ	2007 - 2010	2007 - 2010
ΣΦΑΙΡΑ (6κ – 4κ)	2007 - 2010	2007 - 2010
ΔΙΣΚΟΣ (1.750γρ – 1κ)	2007 - 2010	2007 - 2010
ΣΦΥΡΑ (6κ – 4κ)	2007 - 2010	2007 - 2010
ΑΚΟΝΤΙΟ	2007 - 2010	2007 - 2010
ΔΕΚΑΘΛΟ - ΕΠΤΑΘΛΟ	2007 - 2010	2007 - 2010
4 Χ 100μ. (Πανελ. Πρωτ.)	2007 - 2010	2007 - 2010
4 Χ 400μ. (Πανελ. Πρωτ.)	2007 - 2010	2007 - 2010

3α). ΔΙΑΣΥΛΛΟΓΙΚΟΙ ΑΓΩΝΕΣ: Κ18 (ΑΝΔΡΩΝ – ΓΥΝΑΙΚΩΝ) - 2026

ΑΓΩΝΙΣΜΑΤΑ	ΑΝΔΡΩΝ	ΓΥΝΑΙΚΩΝ
100 μ.	2009 – 10 – 11 -12	2009 – 10 – 11 -12
200 μ.	2009 – 10 – 11 -12	2009 – 10 – 11 -12
400 μ.	2009 – 10 – 11	2009 – 10 – 11
800 μ.	2009 – 10 – 11	2009 – 10 – 11
1.500 μ.	2009 – 10 – 11 -12	2009 – 10 – 11 -12
3.000 μ.	2009 – 10 – 11 -12	2009 – 10 – 11 -12
110 μ.Εμπ.	2009 – 10 – 11	
100 μ. Εμπ.		2009 – 10 – 11
400 μ. Εμπ.	2009 – 10 – 11	2009 – 10 – 11
2.000 μ. Φ.Ε.	2009 – 10 – 11	2009 – 10 – 11
5.000 μ. Βάδην	2009 – 10 – 11 -12	2009 – 10 – 11 -12
ΥΨΟΣ	2009 – 10 – 11 -12	2009 – 10 – 11 -12
ΚΟΝΤΩ	2009 – 10 – 11 -12	2009 – 10 – 11 -12
ΜΗΚΟΣ	2009 – 10 – 11 -12	2009 – 10 – 11 -12
ΤΡΙΠΛΟΥΝ	2009 – 10 – 11	2009 – 10 – 11
ΣΦΑΙΡΟΒΟΛΙΑ	2009 – 10 – 11	2009 – 10 – 11 - 12
ΔΙΣΚΟΒΟΛΙΑ	2009 – 10 – 11	2009 – 10 – 11 - 12
ΣΦΥΡΟΒΟΛΙΑ	2009 – 10 – 11	2009 – 10 – 11 - 12
ΑΚΟΝΤΙΣΜΟΣ	2009 – 10 – 11	2009 – 10 – 11 - 12
ΔΕΚΑΘΛΟ - ΕΠΤΑΘΛΟ	2009 – 10 – 11	2009 – 10 – 11
4 X 100 μ.	2009 – 10 – 11 -12	2009 – 10 – 11 -12
4 X 400 μ.	2009 – 10 – 11	2009 – 10 – 11

3β). ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΟ ΠΡΩΤΑΘΛΗΜΑ Κ18 (ΑΝΔΡΩΝ – ΓΥΝΑΙΚΩΝ) - 2026

ΑΓΩΝΙΣΜΑΤΑ	ΑΝΔΡΩΝ	ΓΥΝΑΙΚΩΝ
100 μ.	2009 – 10 – 11	2009 – 10 – 11
200 μ.	2009 – 10 – 11	2009 – 10 – 11
400 μ.	2009 – 10 – 11	2009 – 10 – 11
800 μ.	2009 – 10 – 11	2009 – 10 – 11
1.500 μ.	2009 – 10 – 11	2009 – 10 – 11
3.000 μ.	2009 – 10 – 11 -12	2009 – 10 – 11 -12
110 μ. Εμπ.	2009 – 10 – 11	
100 μ. Εμπ.		2009 – 10 – 11
400 μ. Εμπ.	2009 – 10 – 11	2009 – 10 – 11
2.000 μ. Φ.Ε.	2009 – 10 – 11	2009 – 10 – 11
5.000 μ. Βάδην	2009 – 10 – 11 -12	2009 – 10 – 11
ΥΨΟΣ	2009 – 10 – 11 -12	2009 – 10 – 11 -12
ΚΟΝΤΩ	2009 – 10 – 11 -12	2009 – 10 – 11 -12
ΜΗΚΟΣ	2009 – 10 – 11 -12	2009 – 10 – 11 -12
ΤΡΙΠΛΟΥΝ	2009 – 10 – 11	2009 – 10 – 11
ΣΦΑΙΡΟΒΟΛΙΑ	2009 – 10 – 11	2009 – 10 – 11 -12
ΔΙΣΚΟΒΟΛΙΑ	2009 – 10 – 11	2009 – 10 – 11 -12
ΣΦΥΡΟΒΟΛΙΑ	2009 – 10 – 11	2009 – 10 – 11 -12
ΑΚΟΝΤΙΣΜΟΣ	2009 – 10 – 11	2009 – 10 – 11 -12
ΔΕΚΑΘΛΟ - ΕΠΤΑΘΛΟ	2009 – 10 – 11	2009 – 10 – 11
4 X 100 μ.	2009 – 10 – 11	2009 – 10 – 11
4 X 400 μ.	2009 – 10 – 11	2009 – 10 – 11

4). ΔΙΑΣΥΛΛΟΓΙΚΟΙ ΑΓΩΝΕΣ: Κ16 (ΑΓΟΡΙΩΝ - ΚΟΡΙΤΣΙΩΝ) - 2026
ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΟ ΠΡΩΤΑΘΛΗΜΑ (Α΄ ΚΑΙ ΤΕΛΙΚΗ ΦΑΣΗ): Κ16 (ΑΓΟΡΙΩΝ – ΚΟΡΙΤΣΙΩΝ)- 2026

ΑΓΩΝΙΣΜΑ	ΑΓΟΡΙΩΝ	ΚΟΡΙΤΣΙΩΝ
80μ.	2011 – 12 - 13	2011 – 12 - 13
150μ.	2011 – 12 - 13	2011 – 12 - 13
300μ.	2011 – 12	2011 – 12
600μ.	2011 – 12	2011 – 12
1.000μ.	2011 – 12 - 13	2011 – 12 - 13
2.000μ.	2011 – 12	2011 – 12
100μ. Εμπ - 80μ. Εμπ.	2011 – 12	2011 – 12
300μ. Εμπ.	2011 – 12	2011 – 12
2.000μ. Φ.Ε. (Χ.Λ.)	2011 – 12	2011 – 12
5.000μ. – 3.000μ. Βάδην	2011 – 12	2011 – 12 - 13
ΥΨΟΣ	2011 – 12 - 13	2011 – 12 - 13
ΕΠΙ ΚΟΝΤΩ	2011 – 12 - 13	2011 – 12 - 13
ΜΗΚΟΣ	2011 – 12 - 13	2011 – 12 - 13
ΤΕΤΡΑΠΛΟΥΝ	2011 – 12	2011 – 12
ΣΦΑΙΡΟΒΟΛΙΑ	2011 – 12 - 13	2011 – 12 - 13
ΔΙΣΚΟΒΟΛΙΑ	2011 – 12 - 13	2011 – 12 - 13
ΣΦΥΡΟΒΟΛΙΑ	2011 – 12 - 13	2011 – 12 - 13
ΑΚΟΝΤΙΣΜΟΣ	2011 – 12 - 13	2011 – 12 - 13
ΕΞΑΘΛΟ (Διασυλλογικό)	2011 – 12	2011 – 12
ΟΚΤΑΘΛΟ – ΕΞΑΘΛΟ (Όμιλοι Πανελληνίου Πρωτ.)	2011 – 12	2011 – 12
4 X 80μ.	2011 – 12 - 13	2011 – 12 - 13
4 X 300μ. Μικτή	2011 – 12	2011 – 12

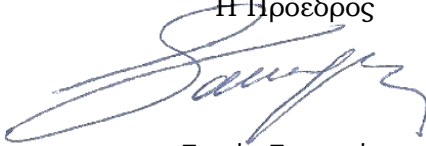
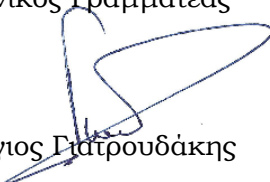
5). ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΟ ΠΡΩΤΑΘΛΗΜΑ ΑΝΔΡΩΝ – ΓΥΝΑΙΚΩΝ - 2026

ΑΓΩΝΙΣΜΑ	ΑΝΔΡΕΣ	ΓΥΝΑΙΚΕΣ
100μ.	2008 και μεγαλύτεροι	2008 και μεγαλύτερες
200μ.	2008 και μεγαλύτεροι	2008 και μεγαλύτερες
400μ.	2008 και μεγαλύτεροι	2008 και μεγαλύτερες
800μ.	2008 και μεγαλύτεροι	2008 και μεγαλύτερες
1.500μ.	2008 και μεγαλύτεροι	2008 και μεγαλύτερες
5.000μ.	2008 και μεγαλύτεροι	2008 και μεγαλύτερες
10.000μ.	2006 και μεγαλύτεροι	2006 και μεγαλύτερες
Μαραθώνιος	2006 και μεγαλύτεροι	2006 και μεγαλύτερες
Ημιμαραθώνιος	2006 και μεγαλύτεροι	2006 και μεγαλύτερες
110μ. Εμπ. – 100μ. Εμπ.	2008 και μεγαλύτεροι	2008 και μεγαλύτερες
400μ. Εμπ.	2008 και μεγαλύτεροι	2008 και μεγαλύτερες
3.000μ. Φ.Ε.	2008 και μεγαλύτεροι	2008 και μεγαλύτερες
10.000μ.Βάδην	2008 και μεγαλύτεροι	2008 και μεγαλύτερες
Ημιμαραθώνιος Βάδην	2006 και μεγαλύτεροι	2006 και μεγαλύτερες
ΜαραθώνιοςΒάδην	2006 και μεγαλύτεροι	2006 και μεγαλύτερες
ΥΨΟΣ	2008 και μεγαλύτεροι	2008 και μεγαλύτερες
ΕΠΙ ΚΟΝΤΩ	2008 και μεγαλύτεροι	2008 και μεγαλύτερες
ΜΗΚΟΣ	2008 και μεγαλύτεροι	2008 και μεγαλύτερες
ΤΡΙΠΛΟΥΝ	2008 και μεγαλύτεροι	2008 και μεγαλύτερες
ΣΦΑΙΡΟΒΟΛΙΑ	2008 και μεγαλύτεροι	2008 και μεγαλύτερες
ΔΙΣΚΟΒΟΛΙΑ	2008 και μεγαλύτεροι	2008 και μεγαλύτερες
ΣΦΥΡΟΒΟΛΙΑ	2008 και μεγαλύτεροι	2008 και μεγαλύτερες
ΑΚΟΝΤΙΣΜΟΣ	2008 και μεγαλύτεροι	2008 και μεγαλύτερες
ΔΕΚΑΘΛΟ - ΕΠΤΑΘΛΟ	2008 και μεγαλύτεροι	2008 και μεγαλύτερες
4 X 100μ.	2008 και μεγαλύτεροι	2008 και μεγαλύτερες
4 X 400μ.	2008 και μεγαλύτεροι	2008 και μεγαλύτερες

6). ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΟ ΠΡΩΤΑΘΛΗΜΑ Κ23 - 2026

ΑΓΩΝΙΣΜΑ	Κ23 ΑΝΔΡΩΝ	Κ23 ΓΥΝΑΙΚΩΝ
100μ.	2004 - 2008	2004 - 2008
200μ.	2004 - 2008	2004 - 2008
400μ.	2004 - 2008	2004 - 2008
800μ.	2004 - 2008	2004 - 2008
1.500μ.	2004 - 2008	2004 - 2008
5.000μ.	2004 - 2008	2004 - 2008
10.000μ.	2004 – 2007	2004 – 2007
110μ.Εμπ. – 100μ.Εμπ.	2004 - 2008	2004 - 2008
400μ.Εμπ.	2004 - 2008	2004 - 2008
3.000μ. Φ.Ε.	2004 - 2008	2004 - 2008
10.000μ. ΒΑΔΗΝ	2004 - 2008	2004 - 2008
ΗΜΙΜΑΡΑΘΩΝΙΟΣ ΒΑΔΗΝ	2004 – 2006	2004 – 2006
ΥΨΟΣ	2004 - 2008	2004 - 2008
ΚΟΝΤΩ	2004 – 2008	2004 – 2008
ΜΗΚΟΣ	2004 - 2008	2004 - 2008
ΤΡΙΠΛΟΥΝ	2004 – 2008	2004 – 2008
ΣΦΑΙΡΟΒΟΛΙΑ	2004 - 2008	2004 - 2008
ΔΙΣΚΟΒΟΛΙΑ	2004 – 2008	2004 – 2008
ΣΦΥΡΟΒΟΛΙΑ	2004 - 2008	2004 - 2008
ΑΚΟΝΤΙΣΜΟΣ	2004 – 2008	2004 – 2008
Δέκαθλο / Έπταθλο	2004 – 2008	2004 – 2008
4 X 100μ.	2004 - 2009	2004 - 2009
4 X 400μ.	2004 - 2009	2004 - 2009

Με αθλητικούς χαιρετισμούς

Η Πρόεδρος  Σοφία Σακοράφα		Ο Γενικός Γραμματέας  Γεώργιος Γιατρουδάκης
---	---	---

Συνημμένα:

Πίνακες Ορίων Βαθμολόγησης & Πρόκρισης

Αγωνιστική εμφάνιση αθλητών – αθλητριών συλλόγων

Κατάλογος αντικειμένων που δεν επιτρέπονται στον αγωνιστικό χώρο

Πάχος σόλας αγωνιστικού παπουτσιού

ΒΑΘΜΟΛΟΓΙΑ ΤΡΙΑΘΛΩΝ Κ 14

ΚΟΡΙΤΣΙΑ

ΒΑΘΜΟΙ	60μ		800 μ		60m ΕΜΠ		ΥΨΟΣ	ΜΗΚΟΣ	ΣΦΑΙΡΑ	ΜΠΑΛΑΚΙ VORTEX
	Α.Α.Η.Χ	ΧΡ. ΧΕΙΡ.	Α.Α.Η.Χ	ΧΡ. ΧΕΙΡ.	Α.Α.Η.Χ	ΧΡ. ΧΕΙΡ.				
110	≤ 8.83	≤ 8.5	< 2.50.13	< 2.49.9	≤ 10.73	≤ 10.4	≥ 1.45	≥ 4.71	≥ 9.71	≥ 42.01
100	8.84 - 9.03	8.6 - 8.7	2.50.14 - 2.55.13	2.50.0 - 2.54.9	10.74 - 11.03	10.5 - 10.7	1.40	4.56 - 4.70	9.31 - 9.70	40.01 - 42.00
95	9.04 - 9.23	8.8 - 8.9	2.55.14 - 3.00.13	2.55.0 - 2.59.9	11.04 - 11.33	10.8 - 11.0		4.41 - 4.55	8.91 - 9.30	38.01 - 40.00
90	9.24 - 9.43	9.0 - 9.1	3.00.14 - 3.05.13	3.00.0 - 3.04.9	11.34 - 11.63	11.1 - 11.3	1.35	4.26 - 4.40	8.51 - 8.90	36.01 - 38.00
85	9.44 - 9.63	9.2 - 9.3	3.05.14 - 3.10.13	3.05.0 - 3.09.9	11.64 - 11.93	11.4 - 11.6		4.11 - 4.25	8.11 - 8.50	34.01 - 36.00
80	9.64 - 9.83	9.4 - 9.5	3.10.14 - 3.15.13	3.10.0 - 3.14.9	11.94 - 12.23	11.7 - 11.9	1.30	3.96 - 4.10	7.71 - 8.10	32.01 - 34.00
75	9.84 - 10.03	9.6 - 9.7	3.15.14 - 3.20.13	3.15.0 - 3.19.9	12.24 - 12.53	12.0 - 12.2		3.81 - 3.95	7.31 - 7.70	30.01 - 32.00
70	10.04 - 10.23	9.8 - 9.9	3.20.14 - 3.25.13	3.20.0 - 3.24.9	12.54 - 12.83	12.3 - 12.5	1.25	3.66 - 3.80	6.91 - 7.30	28.01 - 30.00
65	10.24 - 10.43	10.0 - 10.1	3.25.14 - 3.30.13	3.25.0 - 3.29.9	12.84 - 13.13	12.6 - 12.8		3.51 - 3.65	6.51 - 6.90	26.01 - 28.00
60	10.44 - 10.63	10.2 - 10.3	3.30.14 - 3.35.13	3.30.0 - 3.34.9	13.14 - 13.43	12.9 - 13.1	1.20	3.36 - 3.50	6.11 - 6.50	24.01 - 26.00
55	10.64 - 10.83	10.4 - 10.5	3.35.14 - 3.40.13	3.35.0 - 3.39.9	13.44 - 13.73	13.2 - 13.4		3.21 - 3.35	5.71 - 6.10	22.01 - 24.00
50	10.84 - 11.03	10.6 - 10.7	3.40.14 - 3.45.13	3.40.0 - 3.44.9	13.74 - 14.03	13.5 - 13.7	1.15	3.06 - 3.20	5.31 - 5.70	20.01 - 22.00
45	11.04 - 11.23	10.8 - 10.9	3.45.14 - 3.50.13	3.45.0 - 3.49.9	14.04 - 14.33	13.8 - 14.0		2.91 - 3.05	4.91 - 5.30	18.01 - 20.00
40	11.24 - 11.43	11.0 - 11.1	3.50.14 - 3.55.13	3.50.0 - 3.54.9	14.34 - 14.63	14.1 - 14.3	1.10	2.76 - 2.90	4.51 - 4.90	16.01 - 18.00
35	11.44 - 11.63	11.2 - 11.3	3.55.14 - 4.00.13	3.55.0 - 3.59.9	14.64 - 14.93	14.4 - 14.6		2.61 - 2.75	4.11 - 4.50	14.01 - 16.00
30	11.64 - 11.83	11.4 - 11.5	4.00.14 - 4.05.13	4.00.0 - 4.04.9	14.94 - 15.23	14.7 - 14.9	1.00	2.46 - 2.60	3.71 - 4.10	12.01 - 14.00
25	11.84 - 12.03	11.6 - 11.7	4.05.14 - 4.10.13	4.05.0 - 4.09.9	15.24 - 15.53	15.0 - 15.2		2.31 - 2.45	3.31 - 3.70	10.01 - 12.00
20	12.04 - 12.23	11.8 - 11.9	4.10.14 - 4.15.13	4.10.0 - 4.14.9	15.54 - 15.83	15.3 - 15.5	0.90	2.16 - 2.30	2.91 - 3.30	8.01 - 10.00
15	12.24 - 12.43	12.0 - 12.3	4.15.14 - 4.20.13	4.15.0 - 4.19.9	15.84 - 16.13	15.6 - 15.8		2.01 - 2.15	2.51 - 2.90	6.01 - 8.00
10	≥ 12.44	≥ 12.4	> 4.20.14	> 4.20.0	≥ 16.14	≥ 15.9	0.80	≤ 2.00	≤ 2.50	≤ 6.00

ΒΑΘΜΟΛΟΓΙΑ ΤΡΙΑΘΛΩΝ Κ 14 ΑΓΟΡΙΑ

ΒΑΘΜΟΙ	60μ		800M		60m ΕΜΠ		ΥΨΟΣ	ΜΗΚΟΣ	ΣΦΑΙΡΑ	ΜΠΑΛΑΚΙ VORTEX
	Α.Α.Η.Χ	ΧΡ. ΧΕΙΡ.	Α.Α.Η.Χ	ΧΡ. ΧΕΙΡ.	Α.Α.Η.Χ	ΧΡ. ΧΕΙΡ.				
110	≤ 8.03	≤ 7.7	<- 2.25.13	<- 2.24.9	≤ 9.83	≤ 9.5	≥ 1.60	≥ 5.51	≥ 14.01	≥ 52.51
100	8.04-8.23	7.8-7.9	2.25.14 - 2.30.13	2.25.0 - 2.29.9	9.84 - 10.13	9.6 - 9.8	1.55	5.31 - 5.50	13.51 - 14.00	50.01 - 52.50
95	8.24-8.43	8.0-8.1	2.30.14 - 2.35.13	2.30.0 - 2.34.9	10.14 - 10.43	9.9 - 10.1	1.50	5.11 - 5.30	13.01 - 13.50	47.51 - 50.00
90	8.44-8.63	8.2-8.3	2.35.14 - 2.40.13	2.35.0 - 2.39.9	10.44 - 10.73	10.2 - 10.4	1.45	4.91 - 5.10	12.51 - 13.00	45.01 - 47.50
85	8.64-8.83	8.4-8.5	2.40.14 - 2.45.13	2.40.0 - 2.44.9	10.74 - 11.03	10.5 - 10.7	1.40	4.71 - 4.90	12.01 - 12.50	42.51 - 45.00
80	8.84-9.03	8.6-8.7	2.45.14 - 2.50.13	2.45.0 - 2.49.9	11.04 - 11.33	10.8 - 11.0		4.51 - 4.70	11.51 - 12.00	40.01 - 42.50
75	9.04-9.23	8.8-8.9	2.50.14 - 2.55.13	2.50.0 - 2.54.9	11.34 - 11.63	11.1 - 11.3	1.35	4.31 - 4.50	11.01 - 11.50	37.51 - 40.00
70	9.24-9.43	9.0-9.1	2.55.14 - 3.00.13	2.55.0 - 2.59.9	11.64 - 11.93	11.4 - 11.6		4.11 - 4.30	10.51 - 11.00	35.01 - 37.50
65	9.44-9.63	9.2-9.3	3.00.14 - 3.05.13	3.00.0 - 3.04.9	11.94 - 12.23	11.7 - 11.9	1.30	3.91 - 4.10	10.01 - 10.50	32.51 - 35.00
60	9.64-9.83	9.4-9.5	3.05.14 - 3.10.13	3.05.0 - 3.09.9	12.24 - 12.53	12.0 - 12.2		3.71 - 3.90	9.51 - 10.00	30.01 - 32.50
55	9.84-10.03	9.6-9.7	3.10.14 - 3.15.13	3.10.0 - 3.14.9	12.54 - 12.83	12.3 - 12.5	1.25	3.51 - 3.70	9.01 - 9.50	27.51 - 30.00
50	10.04-10.23	9.8-9.9	3.15.14 - 3.20.13	3.15.0 - 3.19.9	12.84 - 13.13	12.6 - 12.8		3.31 - 3.50	8.51 - 9.00	25.01 - 27.50
45	10.24-10.43	10.0-10.1	3.20.14 - 3.25.13	3.20.0 - 3.24.9	13.14 - 13.43	12.9 - 13.1	1.20	3.11 - 3.30	8.01 - 8.50	22.51 - 25.00
40	10.44-10.63	10.2-10.3	3.25.14 - 3.30.13	3.25.0 - 3.29.9	13.44 - 13.73	13.2 - 13.4		2.91 - 3.10	7.51 - 8.00	20.01 - 22.50
35	10.64-10.83	10.4-10.5	3.30.14 - 3.35.13	3.30.0 - 3.34.9	13.74 - 14.03	13.5 - 13.7	1.10	2.71 - 2.90	7.01 - 7.50	17.51 - 20.00
30	10.84-11.03	10.6-10.7	3.35.14 - 3.40.13	3.35.0 - 3.39.9	14.04 - 14.33	13.8 - 14.0		2.51 - 2.70	6.51 - 7.00	15.01 - 17.50
25	11.04-11.23	10.8-10.9	3.40.14 - 3.45.13	3.40.0 - 3.44.9	14.34 - 14.63	14.1 - 14.3		2.41 - 2.50	6.01 - 6.50	12.51 - 15.00
20	11.24-11.43	11.0-11.1	3.45.14 - 3.50.13	3.45.0 - 3.49.9	14.64 - 14.93	14.4 - 14.6	1.00	2.31 - 2.40	5.51 - 6.00	10.01 - 12.50
15	11.44-11.63	11.2-11.3	3.50.14 - 3.55.13	3.50.0 - 3.54.9	14.94 - 15.23	14.7 - 14.9		2.21 - 2.30	5.01 - 5.50	7.51 - 10.00
10	≥ 11.64	≥ 11.4	>- 3.55.14	>- 3.55.0	≥ 15.24	≥ 15.0	0.90	≤ 2.20	≤ 5.00	≤ 7.50

ΟΡΙΑ Κ16 ΑΓΟΡΙΩΝ

K16	ΟΡΙΑ ΒΑΘΜΟΛΟΓΗΣΗΣ ΣΥΜΜΕΤΟΧΗΣ ΔΙΑΣΥΛΛΟΓΙΚΟΥ Κ 16 ΑΓΟΡΙΩΝ	ΟΡΙΑ ΠΡΟΚΡΙΣΗΣ ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΟΥ ΑΝΑΠΤΥΞΙΑΚΟΥ Κ16 ΑΓΟΡΙΩΝ	ΟΡΙΑ ΒΑΘΜΟΛΟΓΗΣΗΣ ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΟΥ & ΚΑΤΑΒΟΛΗΣ ΕΞΟΔΩΝ ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΟΥ ΑΝΑΠΤΥΞΙΑΚΟΥ Κ16 ΑΓΟΡΙΩΝ
	2026	2026	2026
ΑΓΩΝΙΣΜΑΤΑ	ΕΠΙΔΟΣΗ	ΕΠΙΔΟΣΗ	ΕΠΙΔΟΣΗ
80μ	10.94	9.74	10.14
150μ	20.14	18.24	18.44
300μ	45.44	40.04	42.14
600μ	1.47.14	1.34.14	1.38.14
1.000μ	3.22.14	2.55.14	3.02.14
2.000μ	7.30.14	6.46.14	6.56.14
100μ. ΕΜΠ	17.14	15.14	15.64
300μ. ΕΜΠ	50.44	44.14	46.14
2.000μ. ΦΕ	8.25.14	7.38.14	7.47.14
ΜΗΚΟΣ	5.10	5.80	5.60
ΤΕΤΡΑΠΛΟΥΝ	13.50	14.50	14.00
ΥΨΟΣ	1.52	1.62	1.60
ΕΠΙ ΚΟΝΤΩ	2.70	3.10	2.90
ΣΦΑΙΡΟΒΟΛΙΑ	9.70	12.50	11.80
ΔΙΣΚΟΒΟΛΙΑ	28.00	37.00	34.50
ΑΚΟΝΤΙΣΜΟΣ	31.00	39.00	36.50
ΣΦΥΡΟΒΟΛΙΑ	32.00	40.00	37.50
6/ΑΘΛΟ	2.800		4250
5.000μ. ΒΑΔΗΝ	33.00.00	31.00.00	31.30.00
4 Χ 80μ	42.14		40.14
4 Χ 300μ. ΜΙΚΤΗ	3.11.14		3.00.14

ΟΡΙΑ Κ16 ΚΟΡΙΤΣΙΩΝ

<i>K16</i>	ΟΡΙΑ ΒΑΘΜΟΛΟΓΗΣΗΣ ΣΥΜΜΕΤΟΧΗΣ ΔΙΑΣΥΛΛΟΓΙΚΟΥ Κ 16 ΚΟΡΙΤΣΙΩΝ	ΟΡΙΑ ΠΡΟΚΡΙΣΗΣ ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΟΥ ΑΝΑΠΤΥΞΙΑΚΟΥ Κ16 ΚΟΡΙΤΣΙΩΝ	ΟΡΙΑ ΒΑΘΜΟΛΟΓΗΣΗΣ & ΚΑΤΑΒΟΛΗΣ ΕΞΟΔΩΝ ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΟΥ ΑΝΑΠΤΥΞΙΑΚΟΥ Κ16 ΚΟΡΙΤΣΙΩΝ
	2026	2026	2026
ΑΓΩΝΙΣΜΑΤΑ	ΕΠΙΔΟΣΗ	ΕΠΙΔΟΣΗ	ΕΠΙΔΟΣΗ
80μ	11.94	10.74	10.94
150μ	22.24	20.14	20.44
300μ	48.14	45.14	46.14
600μ	2.03.14	1.49.14	1.53.14
1.000μ	3.58.14	3.23.14	3.27.14
2.000μ	8.36.14	7.43.14	7.57.14
80μ. ΕΜΠ	15.44	13.24	14.14
300μ. ΕΜΠ	53.64	51.14	52.14
2.000μ. ΦΕ	9.34.14	8.45.14	9.00.14
ΜΗΚΟΣ	4.25	5.11	4.80
ΤΕΤΡΑΠΛΟΥΝ	11.50	13.00	12.50
ΥΨΟΣ	1.33	1.46	1.45
ΕΠΙ ΚΟΝΤΩ	2.30	2.50	2.40
ΣΦΑΙΡΟΒΟΛΙΑ	7.60	10.00	9.30
ΔΙΣΚΟΒΟΛΙΑ	19.70	26.00	24.50
ΑΚΟΝΤΙΣΜΟΣ	21.50	29.00	27.50
ΣΦΥΡΟΒΟΛΙΑ	25.00	35.00	32.00
6/ΑΘΛΟ	2.850		3.300
3.000μ. ΒΑΔΗΝ	20.00.14	18.28.14	19.25.14
4 Χ 80μ	46.14		42.64
4 Χ 300μ. ΜΙΚΤΗ	3.11.14		3.00.14

ΟΡΙΑ Κ18 ΑΝΔΡΩΝ

<i>K18</i>	ΟΡΙΑ ΒΑΘΜΟΛΟΓΗΣΗΣ ΔΙΑΣΥΛΛΟΓΙΚΟΥ Κ 18 ΑΝΔΡΩΝ	ΟΡΙΑ ΥΨΗΛΗΣ ΠΡΙΜΟΔΟΤΗΣΗΣ ΠΡΟΚΡΙΣΗΣ ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΟΥ Κ18 ΑΝΔΡΩΝ	ΟΡΙΑ ΒΑΘΜΟΛΟΓΗΣΗΣ ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΟΥ & ΚΑΤΑΒΟΛΗΣ ΕΞΟΔΩΝ ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΟΥ Κ18 ΑΝΔΡΩΝ
	2026	2026	2026
ΑΓΩΝΙΣΜΑΤΑ	ΕΠΙΔΟΣΗ	ΕΠΙΔΟΣΗ	ΕΠΙΔΟΣΗ
100μ	12.64	11.54	11.74
200μ	26.14	23.54	24.04
400μ	58.14	52.14	53.14
800μ	2.16.14	2.04.14	2.08.14
1.500μ	4.44.14	4.20.14	4.26.14
3.000μ	10.21.14	9.39.14	9.49.14
2.000μΦΕ	7.45.14	7.00.14	7.19.14
110μ. ΕΜΠ	17.74	16.24	16.94
400μ. ΕΜΠ	1.06.14	1.00.14	1.02.14
ΥΨΟΣ	1.62	1.77	1.70
ΕΠΙ ΚΟΝΤΩ	3.20	3.80	3.60
ΜΗΚΟΣ	5.50	6.44	6.25
ΤΡΙΠΛΟΥΝ	11.60	13.10	12.60
ΣΦΑΙΡΟΒΟΛΙΑ	10.50	13.30	12.80
ΔΙΣΚΟΒΟΛΙΑ	33.00	39.50	38.00
ΑΚΟΝΤΙΣΜΟΣ	35.00	47.00	44.50
ΣΦΥΡΟΒΟΛΙΑ	35.00	45.00	43.50
ΔΕΚΑΘΛΟ	3.950	5.050	4.550
5.000μ.Β	29.00.14	28.00.14	28.30.14
4 Χ 100μ	49.14	45.14	46.14
4 Χ 400μ	3.56.14	3.36.14	3.43.14

ΟΡΙΑ Κ18 ΓΥΝΑΙΚΩΝ

<i>K18</i>	ΟΡΙΑ ΒΑΘΜΟΛΟΓΗΣΗΣ ΔΙΑΣΥΛΛΟΓΙΚΟΥ Κ 18 ΓΥΝΑΙΚΩΝ	ΟΡΙΑ ΥΨΗΛΗΣ ΠΡΙΜΟΔΟΤΗΣΗΣ - ΠΡΟΚΡΙΣΗΣ ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΟΥ Κ18 ΓΥΝΑΙΚΩΝ	ΟΡΙΑ ΒΑΘΜΟΛΟΓΗΣΗΣ ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΟΥ & ΚΑΤΑΒΟΛΗΣ ΕΞΟΔΩΝ ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΟΥ Κ18 ΓΥΝΑΙΚΩΝ
	2026	2026	2026
ΑΓΩΝΙΣΜΑΤΑ	ΕΠΙΔΟΣΗ	ΕΠΙΔΟΣΗ	ΕΠΙΔΟΣΗ
100μ	14.64	13.04	13.34
200μ	30.24	27.14	27.64
400μ	1.10.14	1.03.14	1.03.94
800μ	2.46.14	2.29.14	2.33.14
1.500μ	6.00.14	5.13.14	5.28.14
3.000μ	13.00.14	11.35.14	12.02.14
2.000μ. ΦΕ	9.07.14	8.35.14	8.48.14
100μ. ΕΜΠ	17.94	16.84	17.14
400μ. ΕΜΠ	1.18.14	1.14.14	1.15.14
ΥΨΟΣ	1.38	1.54	1.50
ΕΠΙ ΚΟΝΤΩ	2.50	3.00	2.80
ΜΗΚΟΣ	4.50	5.36	5.15
ΤΡΙΠΛΟΥΝ	9.60	10.80	10.50
ΣΦΑΙΡΟΒΟΛΙΑ	9.20	11.50	11.00
ΔΙΣΚΟΒΟΛΙΑ	26.00	33.00	29.50
ΑΚΟΝΤΙΣΜΟΣ	28.00	34.00	31.50
ΣΦΥΡΟΒΟΛΙΑ	32.50	42.00	38.00
ΕΠΤΑΘΛΟ	2.900	3.500	3.250
5.000μ. Β	32.00.14	30.00.14	31.00.14
4 X 100μ	57.14	51.04	54.14
4 X 400μ	4.40.14	4.20.14	4.30.14

ΟΡΙΑ Κ20 ΑΝΔΡΩΝ

K20	ΟΡΙΑ ΒΑΘΜΟΛΟΓΗΣΗΣ ΔΙΑΣΥΛΛΟΓΙΚΟΥ Κ20 ΑΝΔΡΩΝ	ΟΡΙΑ ΥΨΗΛΗΣ ΠΡΙΜΟΔΟΤΗΣΗΣ - ΠΡΟΚΡΙΣΗΣ ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΟΥ Κ20 ΑΝΔΡΩΝ	ΟΡΙΑ ΒΑΘΜΟΛΟΓΗΣΗΣ & ΚΑΤΑΒΟΛΗΣ ΕΞΟΔΩΝ ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΩΝ Κ20 ΑΝΔΡΩΝ
	2026	2026	2026
ΑΓΩΝΙΣΜΑΤΑ	ΕΠΙΔΟΣΗ	ΕΠΙΔΟΣΗ	ΕΠΙΔΟΣΗ
100μ	12.14	11.34	11.54
200μ	25.14	23.04	23.44
400μ	55.14	51.44	52.14
800μ	2.11.14	2.02.14	2.03.44
1.500μ	4.32.14	4.14.14	4.18.14
3.000μ			9.50.14
5.000μ	17.45.14	16.17.14	16.48.14
3.000μ. ΦΕ	11.40.14	10.40.14	10.53.14
110μ. ΕΜΠ	17.14	16.14	16.94
400μ. ΕΜΠ	1.05.14	1.00.14	1.02.14
ΥΨΟΣ	1.67	1.87	1.83
ΕΠΙ ΚΟΝΤΩ	3.60	4.10	3.90
ΜΗΚΟΣ	5.75	6.70	6.50
ΤΡΙΠΛΟΥΝ	12.00	13.50	13.30
ΣΦΑΙΡΟΒΟΛΙΑ	11.30	13.70	13.20
ΔΙΣΚΟΒΟΛΙΑ	35.00	40.00	38.00
ΑΚΟΝΤΙΣΜΟΣ	38.00	48.00	45.00
ΣΦΥΡΟΒΟΛΙΑ	40.00	45.00	42.00
ΔΕΚΑΘΛΟ	4.200	4950	4850
5.000μ. Β	28.00.14	27.00.14	27.30.14
4 X 100μ			45.14
4 X 400μ			3.38.14

ΟΡΙΑ Κ20 ΓΥΝΑΙΚΩΝ

K20	ΟΡΙΑ ΒΑΘΜΟΛΟΓΗΣΗΣ ΔΙΑΣΥΛΛΟΓΙΚΟΥ Κ20 ΓΥΝΑΙΚΩΝ	ΟΡΙΑ ΥΨΗΛΗΣ ΠΡΙΜΟΔΟΤΗΣΗΣ - ΠΡΟΚΡΙΣΗΣ ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΟΥ Κ20 ΓΥΝΑΙΚΩΝ	ΟΡΙΑ ΒΑΘΜΟΛΟΓΗΣΗΣ & ΚΑΤΑΒΟΛΗΣ ΕΞΟΔΩΝ ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΩΝ Κ20 ΓΥΝΑΙΚΩΝ
	2026	2026	2026
ΑΓΩΝΙΣΜΑΤΑ	ΕΠΙΔΟΣΗ	ΕΠΙΔΟΣΗ	ΕΠΙΔΟΣΗ
100μ	14.34	12.84	13.14
200μ	29.74	26.74	27.14
400μ	1.08.14	1.01.74	1.02.14
800μ	2.41.14	2.25.14	2.28.14
1.500μ	5.45.14	5.05.14	5.14.14
3.000μ			11.44.14
5.000μ	22.14.14	20.38.14	20.44.14
3.000μ. ΦΕ	13.50.14	13.25.14	13.44.14
100μ.ΕΜΠ	18.14	17.14	17.74
400μ. ΕΜΠ	1.17.14	1.13.14	1.14.14
ΥΨΟΣ	1.42	1.56	1.53
ΕΠΙ ΚΟΝΤΩ	2.80	3.20	3.00
ΜΗΚΟΣ	4.85	5.45	5.30
ΤΡΙΠΛΟΥΝ	10.30	11.35	11.00
ΣΦΑΙΡΟΒΟΛΙΑ	9.40	10.40	9.80
ΔΙΣΚΟΒΟΛΙΑ	28.50	34.00	31.00
ΑΚΟΝΤΙΣΜΟΣ	28.00	34.00	31.00
ΣΦΥΡΟΒΟΛΙΑ	32.50	38.00	34.00
ΕΠΤΑΘΛΟ	3.000	3.600	3.300
5.000μ. Β	31.00.14	29.00.14	30.00.14
4 X 100μ			52.14
4 X 400μ			4.25.14

ΟΡΙΑ Κ23 ΑΝΔΡΩΝ

K23	ΟΡΙΑ ΠΡΟΚΡΙΣΗΣ ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΟΥ Κ23 ΑΝΔΡΩΝ	ΟΡΙΑ ΒΑΘΜΟΛΟΓΗΣΗΣ & ΚΑΤΑΒΟΛΗΣ ΕΞΟΔΩΝ ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΩΝ Κ23 ΑΝΔΡΩΝ
	2026	2026
ΑΓΩΝΙΣΜΑΤΑ	ΕΠΙΔΟΣΗ	ΕΠΙΔΟΣΗ
100μ	11.24	11.44
200μ	23.04	23.24
400μ	51.04	51.94
800μ	2.00.14	2.03.04
1.500μ	4.08.14	4.15.14
5.000μ	15.24.14	15.57.14
10.000μ	33.33.14	33.53.14
3000μ. ΦΕ	10.20.14	10.34.14
110μ. ΕΜΠ	16.14	16.84
400μ. ΕΜΠ	59.14	1.01.14
ΥΨΟΣ	1.87	1.85
ΕΠΙ ΚΟΝΤΩ	4.20	4.10
ΜΗΚΟΣ	6.85	6.60
ΤΡΙΠΛΟΥΝ	13.75	13.50
ΣΦΑΙΡΟΒΟΛΙΑ	12.90	12.00
ΔΙΣΚΟΒΟΛΙΑ	39.00	37.00
ΑΚΟΝΤΙΣΜΟΣ	49.00	47.00
ΣΦΥΡΟΒΟΛΙΑ	45.00	42.00
ΔΕΚΑΘΛΟ	4.900	4.800
10.000μ. Β	52.00.14	51.45.14
ΗΜΙΜΑΡΑΘΩΝΙΟΣ Β	1.55.00.00	1.55.00.00
4 X 100μ		45.04
4 X 400μ		3:36.14

ΟΡΙΑ Κ23 ΓΥΝΑΙΚΩΝ

K23	ΟΡΙΑ ΠΡΟΚΡΙΣΗΣ ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΟΥ Κ23 ΓΥΝΑΙΚΩΝ	ΟΡΙΑ ΒΑΘΜΟΛΟΓΗΣΗΣ & ΚΑΤΑΒΟΛΗΣ ΕΞΟΔΩΝ ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΩΝ Κ23 ΓΥΝΑΙΚΩΝ
	2026	2026
ΑΓΩΝΙΣΜΑΤΑ	ΕΠΙΔΟΣΗ	ΕΠΙΔΟΣΗ
100μ	12.74	13.04
200μ	26.54	27.14
400μ	1.00.14	1.02.14
800μ	2.23.14	2.25.14
1.500μ	4.56.14	5.07.14
5.000μ	19.14.14	20.14.14
10.000 μ	43.30.14	44.30.14
3.000μ. ΦΕ	13.13.14	13.24.14
100μ. ΕΜΠ	16.94	17.74
400μ. ΕΜΠ	1.11.14	1.14.14
ΥΨΟΣ	1.59	1.55
ΕΠΙ ΚΟΝΤΩ	3.30	3.20
ΜΗΚΟΣ	5.50	5.30
ΤΡΙΠΛΟΥΝ	11.55	11.00
ΣΦΑΙΡΟΒΟΛΙΑ	10.60	9.80
ΔΙΣΚΟΒΟΛΙΑ	35.00	31.00
ΑΚΟΝΤΙΣΜΟΣ	35.00	32.00
ΣΦΥΡΟΒΟΛΙΑ	39.00	34.00
ΕΠΤΑΘΛΟ	3.650	3.300
10.000Μ. Β	1.00.00.14	1.01.00.14
ΗΜΙΜΑΡΘΩΝΙΟΣ Β	2.20.00	2.20.00
4 X 100μ		51.64
4 X 400μ		4.23.14

ΟΡΙΑ ΑΝΔΡΩΝ

ΑΝΔΡΩΝ	ΟΡΙΑ ΒΑΘΜΟΛΟΓΗΣΗΣ ΔΙΑΣΥΛΛΟΓΙΚΟΥ ΑΝΔΡΩΝ	ΟΡΙΑ ΥΨΗΛΗΣ ΠΡΙΜΟΔΟΤΗΣΗΣ ΔΙΑΣΥΛΛΟΓΙΚΟΥ ΑΝΔΡΩΝ	ΟΡΙΑ ΠΡΟΚΡΙΣΗΣ ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΟΥ ΑΝΔΡΩΝ	ΟΡΙΑ ΒΑΘΜΟΛΟΓΗΣΗΣ ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΟΥ & ΚΑΤΑΒΟΛΗΣ ΕΞΟΔΩΝ ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΟΥ ΑΝΔΡΩΝ
	2026	2026	2026	2026
ΑΓΩΝΙΣΜΑΤΑ	ΕΠΙΔΟΣΗ	ΕΠΙΔΟΣΗ	ΕΠΙΔΟΣΗ	ΕΠΙΔΟΣΗ
100μ	11.84	11.24	11.24	11.34
200μ	24.14	22.94	22.84	23.14
400μ	53.14	51.14	51.04	51.44
800μ	2:06.14	2:00.14	1:59.44	2:01.04
1.500μ	4:22.14	4:07.14	4:06.34	4:08.14
5.000μ	16:45.14	15:45.14	15:16.64	15:49.14
10.000μ			33:20.14	33:30.14
ΗΜΙΜΑΡΑΘΩΝΙΟΣ			1:15.00	1:16.00
ΜΑΡΑΘΩΝΙΟΣ			2:40.00	2:40.00
3.000μ. ΦΕ	10:40.14	10:17.14	10:02.04	10:18.14
110μ. ΕΜΠ	17.04	16.14	16.14	16.44
400μ. ΕΜΠ	1:03.14	59.14	58.14	1:00.24
ΥΨΟΣ	1.77	1.92	1.92	1.90
ΕΠΙ ΚΟΝΤΩ	4.00	4.40	4.40	4.30
ΜΗΚΟΣ	6.00	6.90	6.95	6.78
ΤΡΙΠΛΟΥΝ	12.50	14.00	14.00	13.77
ΣΦΑΙΡΟΒΟΛΙΑ	11.90	13.90	14.00	13.50
ΔΙΣΚΟΒΟΛΙΑ	36.00	43.00	43.00	42.00
ΑΚΟΝΤΙΣΜΟΣ	45.00	55.00	55.00	53.50
ΣΦΥΡΟΒΟΛΙΑ	42.00	51.00	51.00	49.50
ΔΕΚΑΘΛΟ	4.550	5.050	5.050	4.950
10.000Β ΔΙΑΣ	54:00.14	51:00.14		
ΗΜΙΜΑΡΑΘΩΝΙΟΣ Β			1:50.00	1:55.00.00
ΜΑΡΑΘΩΝΙΟΣ Β			4:20.00.00	4:20.00.00
4 X 100μ	46.04	44.04		44.44
4 X 400μ	3:40.14	3:30.14		3:33.14
4X400μ. ΜΙΚΤΗ	4:03.14	3:55.14		

** 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

ΟΡΙΑ ΓΥΝΑΙΚΩΝ

ΓΥΝΑΙΚΩΝ	ΟΡΙΑ ΒΑΘΜΟΛΟΓΗΣΗΣ ΔΙΑΣΥΛΛΟΓΙΚΟΥ ΓΥΝΑΙΚΩΝ	ΟΡΙΑ ΥΨΗΛΗΣ ΠΡΙΜΟΔΟΤΗΣΗΣ ΔΙΑΣΥΛΛΟΓΙΚΟΥ ΓΥΝΑΙΚΩΝ	ΟΡΙΑ ΠΡΟΚΡΙΣΗΣ ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΟΥ ΓΥΝΑΙΚΩΝ	ΟΡΙΑ ΒΑΘΜΟΛΟΓΗΣΗΣ ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΟΥ & ΚΑΤΑΒΟΛΗΣ ΕΞΟΔΩΝ ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΟΥ ΓΥΝΑΙΚΩΝ
	2026	2026	2026	2026
ΑΓΩΝΙΣΜΑΤΑ	ΕΠΙΔΟΣΗ	ΕΠΙΔΟΣΗ	ΕΠΙΔΟΣΗ	ΕΠΙΔΟΣΗ
100μ	13.84	12.74	12.64	12,94
200μ	28.14	26.54	26.34	27,04
400μ	1:05.44	1:01.14	59.14	1.01,84
800μ	2:32.14	2:22.14	2:22.14	2:23.14
1,500μ	5:28.14	5:00.14	4:49.34	5:03.14
5.000μ	21:14.14	19:55.14	18:46.14	19:35.14
10.000 μ			43:00.14	43:50.14
ΗΜΙΜΑΡΑΘΩΝΙΟΣ			1:34.00	1:36.00
ΜΑΡΑΘΩΝΙΟΣ			3:22.00	3:25.00
3.000μ. ΦΕ	13:52.14	13:00.14	12:58.14	13:14.14
100μ ΕΜΠ	17.74	16.74	16.74	16.94
400μ ΕΜΠ	1:14.14	1:10.14	1:10.14	1:11.14
ΥΨΟΣ	1.50	1.62	1.62	1.60
ΕΠΙ ΚΟΝΤΩ	3.00	3.40	3.40	3.30
ΜΗΚΟΣ	5.06	5.55	5.60	5.35
ΤΡΙΠΛΟΥΝ	10.35	11.65	11.65	11.00
ΣΦΑΙΡΟΒΟΛΙΑ	9.60	10.80	10.80	10.60
ΔΙΣΚΟΒΟΛΙΑ	32.00	36.20	36.20	35.50
ΑΚΟΝΤΙΣΜΟΣ	32.00	36.00	36.00	35.00
ΣΦΥΡΟΒΟΛΙΑ	36.00	41.00	40.00	39.00
ΕΠΤΑΘΛΟ	3.100	3.700	3.700	3.500
10.000Β ΔΙΑΣ	1:00.00.14	58:00.14		
ΗΜΙΜΑΡΑΘΩΝΙΟΣ Β			2:20.00.00	2:20.00.00
ΜΑΡΑΘΩΝΙΟΣ Β			5:00.00,00	5:00.00.00
4 Χ 100μ	54.14	51.14		51.44
4 Χ 400μ	4:26.14	4:20.14		4:20.14
4Χ400μ ΜΙΚΤΗ	4:03.14	3:55.14		

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

* ΕΛΕΥΘΕΡΗ
ΣΥΜΜΕΤΟΧΗ
ΧΩΡΙΣ ΟΡΙΟ
ΔΕΝ
ΕΠΙΤΡΕΠΕΤΑΙ

ΠΙΝΑΚΑΣ 1

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

ΠΙΝΑΚΑΣ 2

ΚΑΤΑΛΟΓΟΣ ΑΝΤΙΚΕΙΜΕΝΩΝ ΠΟΥ ΔΕΝ ΕΠΙΤΡΕΠΟΝΤΑΙ ΣΤΟΝ ΑΓΩΝΙΣΤΙΚΟ ΧΩΡΟ

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

ΠΙΝΑΚΑΣ 3

ΝΕΟΣ Πίνακας Πάχους Σόλας – σε ισχύ από 1 Νοεμβρίου 2024

Αγώνισμα	Μέγιστο πάχος της σόλας (σύμφωνα με το Άρθρο 10.6 των Κανονισμών).	Επιπλέον απαίτηση / Σημείωση
Αγώνισμα Δρόμων συμπεριλαμβανομένων εμποδίων και Φυσικά Εμπόδια	20mm αγωνιστικά υποδήματα με καρφιά ή υποδήματα χωρίς καρφιά	Για τις σκυταλοδρομίες, ο κανόνας ισχύει για την απόσταση που διανύεται από κάθε αθλητή. Για αγώνισμα Βάδην εντός Σταδίου, το μέγιστο πάχος της σόλας είναι το ίδιο με αυτό των Αγωνισμάτων Δρόμου.
Αγώνισμα Κονίστρας	20mm αγωνιστικά υποδήματα με καρφιά ή υποδήματα χωρίς καρφιά	Για όλα τα Αγώνισμα των Αλμάτων, η σόλα στο κέντρο του μπροστινού ποδιού του αθλητή δεν πρέπει να είναι υψηλότερη από τη σόλα στο κέντρο της φτέρνας του αθλητή που αναφέρεται στους Κανονισμούς 10.3 και 10.4 (δηλαδή στο κεντρικό σημείο του παπουτσιού στο 12% και στο 75% του εσωτερικού μήκους του παπουτσιού).
Αγώνισμα Δρόμων Εκτός Σταδίου (Δρομικά και Αγώνισμα Βάδην)	40mm	
Ανώμαλος Δρόμος	20mm για αγωνιστικά υποδήματα με καρφιά ή 40mm για υποδήματα χωρίς καρφιά	Οι αθλητές μπορούν να φορούν παπούτσια με καρφιά ή χωρίς καρφιά (δηλαδή παπούτσια για αγώνισμα σε δημόσιο δρόμο). Εάν φοράτε παπούτσια με καρφιά, το μέγιστο πάχος της σόλας δεν πρέπει να υπερβαίνει τα 20mm. Εάν φοράτε παπούτσια χωρίς καρφιά, το μέγιστο πάχος της σόλας δεν πρέπει να υπερβαίνει τα 40mm.
Δρόμοι σε Βουνό και Trail (μονοπάτια)	Οποιοδήποτε πάχος	