



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

ΓΡΑΦΕΙΟ ΑΓΩΝΩΝ ΣΕΓΑΣ
Πληροφορίες: Φωτεινή Κασίδη
Τηλ. : 211-18.77.735
Email: competition@segas.gr
=====

Αριθμός Πρωτ.: 559

Αθήνα, 26 Ιανουαρίου 2026

Προς: Ε.Α.Σ. Σ.Ε.Γ.Α.Σ.
(Για ενημέρωση σωματείων τους)

Π Ρ Ο Κ Η Ρ Υ Ξ Η

**11^ο ΚΥΠΕΛΛΟ ΧΕΙΜΕΡΙΝΩΝ ΡΙΨΕΩΝ
ΑΝΔΡΩΝ - ΓΥΝΑΙΚΩΝ
Ε.Α.Κ.Ν. Αγίου Κοσμά**

Σάββατο, 21 Φεβρουαρίου 2026

Ο Σ.Ε.Γ.Α.Σ. προκηρύσσει το **«11^ο ΚΥΠΕΛΛΟ ΧΕΙΜΕΡΙΝΩΝ ΡΙΨΕΩΝ»**, Ανδρών – Γυναικών, που αποτελεί βασικό κριτήριο πρόκρισης για τους Διεθνείς Αγώνες Ρίψεων του 2026.

Οι αγώνες θα διεξαχθούν σύμφωνα με τους παρακάτω όρους:

1. ΗΜΕΡΟΜΗΝΙΑ – ΤΟΠΟΣ ΔΙΕΞΑΓΩΓΗΣ:

Οι αγώνες θα διεξαχθούν το **Σάββατο 21 Φεβρουαρίου 2026** στο ΕΑΚΝ Αγ. Κοσμά.

2. ΗΛΙΚΙΕΣ:

Στον αγώνα δικαίωμα συμμετοχής έχουν οι αθλητές- τριες, των παρακάτω κατηγοριών:

❖ **ΑΝΔΡΩΝ – ΓΥΝΑΙΚΩΝ:** που έχουν γεννηθεί το 2008 και μεγαλύτεροι-ες

ΜΕΓΑΛΟΙ ΧΟΡΗΓΟΙ ΣΕΓΑΣ



ΕΠΙΣΗΜΟΙ ΧΟΡΗΓΟΙ ΣΕΓΑΣ



3. ΑΓΩΝΙΣΜΑΤΑ & ΗΛΙΚΙΕΣ ΣΥΜΜΕΤΟΧΗΣ ΑΝΑ ΑΓΩΝΙΣΜΑ:

Αγώνισμα	Ανδρών	Γυναικών
Σφαιροβολία	2008 & μεγαλύτεροι	2008 & μεγαλύτερες
Δισκοβολία	2008 & μεγαλύτεροι	2008 & μεγαλύτερες
Σφυροβολία	2008 & μεγαλύτεροι	2008 & μεγαλύτερες
Ακοντισμός	2008 & μεγαλύτεροι	2008 & μεγαλύτερες

4. ΔΙΚΑΙΩΜΑ ΣΥΜΜΕΤΟΧΗΣ:

4.1 Στους Αγώνες δικαίωμα συμμετοχής έχουν αθλητές και αθλήτριες για τους οποίους έχει εκδοθεί **ΔΕΛΤΙΟ ΑΘΛΗΤΙΚΗΣ ΙΔΙΟΤΗΤΑΣ και είναι ενεργό** (έχει εκδοθεί* ή ανανεωθεί κατά την τρέχουσα αγωνιστική περίοδο σύμφωνα με τις δηλώσεις των σωματείων) και ανήκουν οπωσδήποτε στη δύναμη των Σωματείων – Μελών του Σ.Ε.Γ.Α.Σ., **που έχουν λάβει ειδική αθλητική αναγνώριση** (άρθρο 8 του ν. 2725/1999 όπως τροποποιήθηκε και ισχύει) και **είναι εγγεγραμμένα στο Ηλεκτρονικό Μητρώο Ερασιτεχνικών Αθλητικών Σωματείων της ΓΓΑ** (άρθρο 142 του ν. 4714/2020).

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

* Κάθε νέα έκδοση Δελτίου Αθλητικής Ιδιότητας αθλητή-αθλήτριας εντός του έτους, καθιστά αυτομάτως ενεργό το Δελτίο Αθλητικής Ιδιότητας για την τρέχουσα αγωνιστική περίοδο, από την ημερομηνία εγγραφής στο μητρώο της Ομοσπονδίας έως 31/12/2026 (Λήξη Δελτίου). Η επικαιροποίηση της κατάστασης (ενεργό ή ανενεργό) του Δελτίου Αθλητικής Ιδιότητας αθλητή-αθλήτριας γίνεται με δήλωση του σωματείου προς το τμήμα μητρώου της Ομοσπονδίας, εντός της προθεσμίας που ορίζεται με απόφαση του Διοικητικού Συμβουλίου. Ενεργό Δελτίο Αθλητικής Ιδιότητας για την τρέχουσα αγωνιστική περίοδο, αθλητών και αθλητριών για τους οποίους έχουν καταχωρηθεί αποτελέσματα αγώνων, δεν μπορεί να καταστεί ανενεργό μέχρι τη λήξη του, στις 31/12/2026.

Σχόλια

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

4.2 Κάθε αθλητής-τρια μπορεί να δηλωθεί και να αγωνισθεί το πολύ σε **ΔΥΟ** (2) αγωνίσματα.

4.3 Συμμετοχή σε αθλητές ΕΚΤΟΣ ΣΥΝΑΓΩΝΙΣΜΟΥ δεν επιτρέπεται.

4.4 Αλλοδαποί αθλητές, μπορούν να αγωνισθούν, μετά από σχετικό αίτημα της Ομοσπονδίας της χώρας τους και τη σχετική έγκριση του Σ.Ε.Γ.Α.Σ.

5. ΚΡΙΤΗΡΙΟ ΣΥΜΜΕΤΟΧΗΣ:

Στο **"11^ο ΚΥΠΕΛΛΟ ΧΕΙΜΕΡΙΝΩΝ ΡΙΨΕΩΝ"** θα έχουν τη δυνατότητα να συμμετέχουν οι αθλητές-τριες που οι επιδόσεις τους βρίσκονται στις **12 καλύτερες για τις κατηγορίες Ανδρών – Γυναικών** του αγωνίσματος που συμμετέχουν, **για τα έτη 2025 - 2026.**

ΠΡΟΣΟΧΗ: οι σύλλογοι θα έχουν τη δυνατότητα να δηλώσουν και αθλητές-τριες πέραν της **12αδας**, αλλά η οριστικοποίηση της συμμετοχής τους θα πραγματοποιηθεί μετά την επεξεργασία των δηλώσεων συμμετοχής.

6. ΕΠΙΒΕΒΑΙΩΣΗ ΣΥΜΜΕΤΟΧΗΣ

Μετά την επεξεργασία των δηλώσεων η οριστικοποίηση των συμμετοχών θα αναρτάται στην επίσημη ιστοσελίδα του ΣΕΓΑΣ και σύμφωνα με τα παρακάτω:

- Αγωνίσματα **Ανδρών – Γυναικών: μέχρι 12 αθλητές-τριες**

7. ΔΗΛΩΣΕΙΣ ΣΥΜΜΕΤΟΧΗΣ:

Οι δηλώσεις συμμετοχής πρέπει να σταλούν, στο ειδικό συνημμένο έντυπο, στον Σ.Ε.Γ.Α.Σ. με email, το αργότερο μέχρι και τη **Δευτέρα 16 Φεβρουαρίου 2026** και ώρα 14:00 στην ηλεκτρονική διεύθυνση **entries@seqas.gr**.

Μετά την παρέλευση αυτής της προθεσμίας δεν θα γίνεται δεκτή καμία δήλωση συμμετοχής.

Σημείωση: σε περίπτωση προβλήματος θα πρέπει να επικοινωνήσετε με την κ. **Λία Λέκκα** στο τηλέφωνο **211-18.77.737.**

Προσοχή: το ειδικό έντυπο συμμετοχής θα πρέπει να είναι πλήρως συμπληρωμένο και θα υπογράφεται από τον Πρόεδρο και τον Γεν. Γραμματέα του συλλόγου.

8. ΔΙΑΔΙΚΑΣΙΑ ΔΙΕΞΑΓΩΓΗΣ ΑΓΩΝΙΣΜΑΤΩΝ:

Όλοι οι συμμετέχοντες αθλητές-τριες θα έχουν δικαίωμα **3 (τριών) προσπαθειών** και οι αθλητές – τριες με τις **8 (οκτώ) καλύτερες επιδόσεις**, θα έχουν δικαίωμα επιπλέον **3 (τριών) προσπαθειών**.

9. ΑΙΘΟΥΣΑ ΚΛΗΣΗΣ – ΔΗΛΩΣΕΙΣ ΣΥΜΜΕΤΟΧΗΣ:

Οι αθλητές-αθλήτριες θα προσέρχονται **ΑΥΤΟΠΡΟΣΩΠΩΣ** στην ΑΙΘΟΥΣΑ ΚΛΗΣΕΩΣ **60'** πριν από την ώρα διεξαγωγής κάθε αγωνίσματος, προκειμένου να δηλώσουν την παρουσία τους, προσκομίζοντας απαραίτητα το δελτίο αθλητικής ιδιότητας σε έντυπη ή ηλεκτρονική μορφή καθώς και την κάρτα υγείας αθλητή.

Σε περίπτωση που έχει εκδοθεί το δελτίο αθλητικής ιδιότητας αλλά δεν είναι στην κατοχή του αθλητή – αθλήτριας, τότε ο αριθμός δελτίου «Α.Μ. Σ.Ε.Γ.Α.Σ.» αναγράφεται υποχρεωτικά επάνω στην κάρτα υγείας του αθλητή - αθλήτριας

ΣΕ ΔΙΑΦΟΡΕΤΙΚΗ ΠΕΡΙΠΤΩΣΗ ΔΕΝ ΘΑ ΤΟΥΣ ΕΠΙΤΡΕΠΕΤΑΙ ΝΑ ΣΥΜΜΕΤΕΧΟΥΝ.

Οι υπεύθυνοι της αίθουσας κλήσης θα καταχωρούν στα πινάκια **ΜΟΝΟ** τους αθλητές – αθλήτριες οι οποίοι θα καταθέσουν στην αίθουσα κλήσης το αθλητικό τους δελτίο και την κάρτα υγείας αθλητή.

10. ΙΑΤΡΙΚΕΣ ΕΞΕΤΑΣΕΙΣ – ΚΑΡΤΑ ΥΓΕΙΑΣ ΑΘΛΗΤΗ:

Με τη φροντίδα και την ευθύνη των συλλόγων οι αθλητές και οι αθλήτριες θα πρέπει να έχουν εξετασθεί ιατρικώς πριν από τους αγώνες και να έχουν στην κατοχή τους την Κάρτα Υγείας Αθλητή, θεωρημένη σύμφωνα με την ισχύουσα νομοθεσία.

Η έκδοση της Κάρτας Υγείας Αθλητή (πιστοποίηση της υγείας των αθλητών και αθλητριών) είναι υποχρεωτική και αποτελεί προϋπόθεση για τη συμμετοχή τους σε προπονήσεις και αγώνες, σύμφωνα με τα οριζόμενα στο άρθρο 16 του νόμου 4479/2017 και τον Γενικό Κανονισμό Οργάνωσης και Διεξαγωγής Πρωταθλημάτων και Αγώνων του Σ.Ε.Γ.Α.Σ.

Η Κάρτα Υγείας Αθλητή ισχύει για ένα (1) έτος από την θεώρησή της.

ΣΕ ΚΑΘΕ ΠΕΡΙΠΤΩΣΗ ΓΙΑ ΘΕΜΑΤΑ ΠΟΥ ΑΦΟΡΟΥΝ ΤΗΝ ΥΓΕΙΑ ΤΩΝ ΑΘΛΗΤΩΝ – ΤΡΙΩΝ ΑΛΛΑ ΚΑΙ ΓΙΑ ΚΑΘΕ ΠΙΘΑΝΟ ΠΡΟΒΛΗΜΑ ΠΟΥ ΘΑ ΠΑΡΟΥΣΙΑΣΤΕΙ ΚΑΤΑ ΤΗ ΔΙΑΡΚΕΙΑ ΤΩΝ ΑΓΩΝΩΝ ΚΑΙ ΟΦΕΙΛΕΤΑΙ ΣΕ ΕΛΜΕΙΨΗ ΠΡΟΛΗΠΤΙΚΟΥ ΙΑΤΡΙΚΟΥ ΕΛΕΓΧΟΥ, ΥΠΕΥΘΥΝΟΙ ΕΙΝΑΙ Ο ΕΚΠΡΟΣΩΠΟΣ ΤΟΥ ΣΩΜΑΤΕΙΟΥ ΚΑΘΩΣ ΚΑΙ Ο ΠΡΟΠΟΝΗΤΗΣ ΠΟΥ ΔΗΛΩΝΟΥΝ ΑΥΤΟΥΣ ΤΟΥΣ ΑΘΛΗΤΕΣ ΚΑΙ ΣΕ ΚΑΜΜΙΑ ΠΕΡΙΠΤΩΣΗ Η ΔΙΟΡΓΑΝΩΤΡΙΑ ΑΡΧΗ ΠΟΥ ΕΙΝΑΙ Ο ΣΕΓΑΣ.

11. ΕΠΑΘΛΑ:

Στους τρεις (3) πρώτους-ες νικητές-τριες θα απονεμηθούν Μετάλλια και Διπλώματα.

12. ΟΙΚΟΝΟΜΙΚΑ:

Στους συμμετέχοντες αθλητές-τριες **δεν θα δοθούν έξοδα μετακίνησης.**

13. ΓΕΝΙΚΕΣ ΤΕΧΝΙΚΕΣ ΔΙΑΤΑΞΕΙΣ:

13.1 Βάρη οργάνων

ΚΑΤΗΓΟΡΙΑ	ΣΦΑΙΡΟΒΟΛΙΑ	ΔΙΣΚΟΒΟΛΙΑ	ΑΚΟΝΤΙΣΜΟΣ	ΣΦΥΡΟΒΟΛΙΑ
ΑΝΔΡΩΝ	7.260γρ.	2κ.	800γρ.	7.260γρ.
ΓΥΝΑΙΚΩΝ	4κ.	1κ.	600γρ.	4κ.

13.2 Ατομικά όργανα

Ατομικά όργανα Ρίψεων μπορούν να χρησιμοποιηθούν μόνο με την προϋπόθεση ότι θα προσκομιστούν στην Αίθουσα Κλήσεως **μία (1) ώρα πριν από την ώρα διεξαγωγής του αγωνίσματος για έλεγχο και στη συνέχεια να παραδοθούν στον Έφορο του Αγωνίσματος.**

13.3 Αγωνιστική στολή-εμφάνιση (παράδειγμα στον Πίνακα 1)

Οι αθλητές-τριες θα πρέπει να φορούν και να αγωνίζονται **ΜΟΝΟ** με την επίσημη στολή (φανέλα, σορτς) του συλλόγου στον οποίο ανήκουν. Οι υπεύθυνοι των συλλόγων θα πρέπει να βεβαιωθούν ότι οι Κανονισμοί της Παγκόσμιας Ομοσπονδίας Στίβου (World Athletics) καθώς και του ΣΕΓΑΣ που αφορούν τη Διαφήμιση θα εφαρμόζονται και οι οποίοι είναι διαθέσιμοι στην επίσημη ιστοσελίδα του ΣΕΓΑΣ στην ηλεκτρονική διεύθυνση:

<https://www.worldathletics.org/about-iaaf/documents/book-of-rules>

Στην περίπτωση που η αγωνιστική εμφάνιση συλλόγου δεν είναι σύμφωνα με όσα ορίζουν οι Κανονισμοί, οι υπεύθυνοι των συλλόγων με δική τους ευθύνη και πριν την είσοδο των αθλητών στην Αίθουσα Κλήσης, θα πρέπει να φροντίσουν να καλύψουν τα μέρη εκείνα της στολής που είναι αντίθετα με τον κανονισμό με κατάλληλο υλικό το οποίο κατά τη διάρκεια του αγώνα δεν θα αποκολλάται.

ΣΤΟΥΣ ΑΘΛΗΤΕΣ-ΤΡΙΕΣ ΠΟΥ Η ΣΤΟΛΗ ΕΙΝΑΙ ΔΙΑΦΟΡΕΤΙΚΗ ΑΠΟ ΑΥΤΗ ΤΗΣ ΕΠΙΣΗΜΗΣ ΣΤΟΛΗΣ ΤΟΥ ΣΥΛΛΟΓΟΥ ΤΟΥΣ ή ΔΕΝ ΣΥΜΜΟΡΦΩΝΟΝΤΑΙ ΜΕ ΟΣΑ ΑΝΑΦΕΡΟΝΤΑΙ ΠΑΡΑΠΑΝΩ ΓΙΑ ΤΗ ΔΙΑΦΗΜΙΣΗ ΔΕΝ ΘΑ ΤΟΥΣ ΕΠΙΤΡΕΠΕΤΑΙ ΝΑ ΑΓΩΝΙΣΤΟΥΝ.

Ο κανονισμός αυτός θα έχει εφαρμογή εκτός από την αγωνιστική εμφάνιση και για τη φόρμα του αθλητή-τριας.

13.4 Αγωνιστικά παπούτσια Άρθρο 5 (πρώην 143) παράγραφοι 5.3, 5.4, 5.5, 5.6 / Βλέπε και Πίνακα 3

Όλα τα αγωνιστικά παπούτσια πρέπει να είναι σύμφωνα με το Άρθρο 5 (TR5) των Τεχνικών Κανονισμών της Παγκόσμιας Ομοσπονδίας Στίβου (World Athletics), συμπεριλαμβανομένων των διαστάσεων της σόλας, του τακουινιού καθώς και των καρφιών (spikes). Είναι ευθύνη των αθλητών να διασφαλίσουν ότι τα παπούτσια που θα χρησιμοποιηθούν στον αγώνα περιέχονται στην τρέχουσα λίστα των εγκεκριμένων μοντέλων παπουτσιών της World Athletics

<https://certcheck.worldathletics.org>

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

Για τον λόγο αυτό:

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

13.5 Αριθμοί συμμετοχής

Κάθε αθλητής θα λαμβάνει έναν (1) προσωπικό αριθμό και ο οποίος θα πρέπει να τοποθετείται στο μπροστινό μέρος της αγωνιστικής ενδυμασίας.

Ο αριθμός συμμετοχής πρέπει να συγκρατείται με τις 4 παραμένες, μία σε κάθε γωνία, με τέτοιο τρόπο ώστε να μην πέφτουν και επιπλέον, πρέπει να τοποθετούνται με τέτοιο τρόπο ώστε να είναι απολύτως ορατοί κατά τη διάρκεια του αγώνα.

ΠΡΟΣΟΧΗ: ΟΙ ΑΡΙΘΜΟΙ ΣΥΜΜΕΤΟΧΗΣ ΔΕΝ ΠΡΕΠΕΙ ΝΑ ΚΟΒΟΝΤΑΙ, ΝΑ ΔΙΠΛΩΝΟΝΤΑΙ ΚΑΘΩΣ ΚΑΙ ΝΑ ΚΑΛΥΠΤΟΝΤΑΙ ΜΕ ΟΠΟΙΟΝΔΗΠΟΤΕ ΤΡΟΠΟ.

13.6 Κανονισμοί διεξαγωγής διοργάνωσης:

Τα αγωνίσματα θα διεξαχθούν σύμφωνα με τους ισχύοντες κανονισμούς στίβου της World Athletics καθώς και του Σ.Ε.Γ.Α.Σ.

13.7 Ενστάσεις και εφέσεις (άρθρο 8 Τεχνικών Κανονισμών πρώην 146)

Οι ενστάσεις - διαμαρτυρίες (protests) και οι εφέσεις (appeals) επιτρέπονται και θα διεκπεραιώνονται σύμφωνα με τον Κανονισμό 8 της World Athletics.

Αναλυτικά:

- Αρχικά, οι ενστάσεις θα πρέπει να υποβάλλονται **προφορικά** στον Έφορο από έναν αθλητή ή από κάποιον που ενεργεί για λογαριασμό του ή από έναν επίσημο εκπρόσωπο μιας ομάδας (άρθρο 8.3 πρώην 146.3). Το

πρόσωπο ή η ομάδα αυτή θα μπορεί να υποβάλλει ένσταση μόνον αν αγωνίζεται στον ίδιο γύρο του αγωνίσματος με το οποίο η ένσταση (ή η επακόλουθη έφεση) σχετίζεται (ή αγωνίζεται σε έναν αγώνα στον οποίο εφαρμόζεται ομαδική βαθμολογία).

- Στην περίπτωση που ο συγκεκριμένος Έφορος δεν είναι προσβάσιμος ή διαθέσιμος, η ένσταση θα πρέπει να υποβάλλεται σε αυτόν μέσω του Κέντρου Τεχνικών Πληροφοριών (αν υπάρχει) ή μέσω του Αλυτάρχη. Ενστάσεις που αφορούν το αποτέλεσμα ή τη διεξαγωγή ενός αγωνίσματος θα υποβάλλονται **εντός 30 λεπτών από την επίσημη αναγγελία του αποτελέσματος** του αγωνίσματος αυτού.
- Αν η απόφαση του Εφόρου δεν ικανοποιεί τον αθλητή ή την ομάδα τότε μπορεί να υποβάλλεται γραπτή έφεση προς την Ελλανόδικο Επιτροπή είτε μέσω του Κέντρου Τεχνικών Πληροφοριών (αν υπάρχει) ή μέσω του Αλυτάρχη.
- Κάθε γραπτή έφεση προς την Ελλανόδικο Επιτροπή θα πρέπει να γίνεται με βάση το άρθρο 8.7 (πρώην 146.7) και να υπογράφεται από τον εκπρόσωπο της ομάδας, εκ μέρους του αθλητή και να υποβάλλεται **εντός 30 λεπτών από την επίσημη ανακοίνωση της απόφασης του Εφόρου** ή από την ενημέρωση που δόθηκε προς εκείνους που υπέβαλαν την ένσταση, όταν δεν υπάρχει διόρθωση κανενός αποτελέσματος.
- Η γραπτή έφεση **θα συνοδεύεται από το ποσό των 75€** το οποίο θα παρακρατείται εάν η έφεση δεν γίνει δεκτή. Η απόφαση της Ελλανοδίκου Επιτροπής θα παρέχεται γραπτώς.

13.8 Επίλυση τεχνικών θεμάτων:

Ότι δεν προβλέπεται από την Προκήρυξη θα ρυθμίζεται από τους Τεχνικούς Υπευθύνους των Αγώνων, σε συνεργασία με τον Αλυτάρχη, σύμφωνα με τους κανονισμούς.

14. ΤΕΧΝΙΚΟΣ ΥΠΕΥΘΥΝΟΣ:

Τεχνικός Υπεύθυνος της ημερίδας ορίζεται ο Τεχνικός Διευθυντής Αγώνων **κ. Ανδρέας Γκόγκας**, με καθήκοντα και αρμοδιότητες που αναφέρονται στο άρθρο 4 (πρώην άρθρο 121) των ισχυόντων Κανονισμών Αγώνων Στίβου της Παγκόσμιας Ομοσπονδίας Στίβου (World Athletics) καθώς και στο άρθρο 16 του Γενικού Κανονισμού Οργάνωσης και Διεξαγωγής Πρωταθλημάτων και Αγώνων Στίβου (έκδοση 2015), σε συνεργασία με τον Αλυτάρχη των αγώνων.

15.ΤΕΧΝΙΚΟΣ ΥΠΕΥΘΥΝΟΣ ΕΓΚΑΤΑΣΤΑΣΗΣ ΚΑΙ ΑΘΛΗΤΙΚΟΥ ΕΞΟΠΛΙΣΜΟΥ:

Τεχνικός Υπεύθυνος Εγκατάστασης ορίζεται ο Επιτελικός Τεχνικός του ΣΕΓΑΣ **κ. Δημήτρης Χαλβατζάρας**, ο οποίος θα συνεργάζεται με τον Τεχνικό Υπεύθυνο, τον Αλυτάρχη και τον Γυμνασάρχο επί θεμάτων προετοιμασίας του αγωνιστικού χώρου και καταλληλότητας του χρησιμοποιούμενου αθλητικού εξοπλισμού.

16.ΤΕΧΝΙΚΟΙ ΥΠΕΥΘΥΝΟΙ ΣΥΝΤΟΝΙΣΜΟΥ ΡΟΗΣ ΩΡΟΛΟΓΙΟΥ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΟΣ:

Τεχνικοί Υπεύθυνοι Συντονισμού της Ροής του Ωρολογίου Προγράμματος

ορίζονται οι Τεχνικοί Αγώνων σε Δημόσιο Δρόμο και Βουνό **κ.κ. Άγγελος Προβατάς** και **κ. Παναγιώτης Παπούλιας** και ο Υπεύθυνος του Κέντρου Υψηλού Αθλητισμού Αγ. Κοσμά **κ. Οικονομίδης Γεώργιος** οι οποίοι θα συνεργάζονται με τον Τεχνικό Υπεύθυνο και τον Αλυτάρχη.

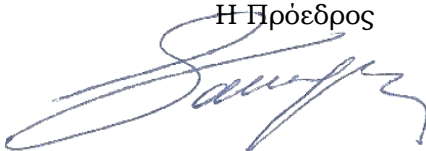
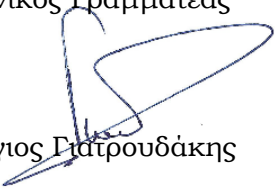
17. ΥΠΕΥΘΥΝΟΣ ΑΣΦΑΛΕΙΑΣ:

Υπεύθυνος ασφαλείας ορίζεται ο Εμμανουήλ Δουρβετάκης, Αντιστράτηγος ΕΛ.ΑΣ. ε.α.

18. ΥΠΕΥΘΥΝΟΣ ΥΓΕΙΟΝΟΜΙΚΗΣ ΥΠΗΡΕΣΙΑΣ:

Ο Υπεύθυνος Ιατρός της Υγειονομικής Υπηρεσίας θα οριστεί από την Υγειονομική Επιτροπή του ΣΕΓΑΣ.

Με αθλητικούς χαιρετισμούς

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

Συνημμένα: Ωρολόγιο Πρόγραμμα & Έντυπα Δηλώσεων Συμμετοχής

Κοινοποίηση: Ε.Α.Κ.Ν. Αγίου Κοσμά - ΕΟΚΑΝ - Γραφείο Τύπου Σ.Ε.Γ.Α.Σ. - Υγειονομική Υπηρεσία Σ.Ε.Γ.Α.Σ. - Γραφείο Υψηλού Αθλητισμού – Γραφείο Ανάπτυξης - Κ.Ε.Κ. Σ.Ε.Γ.Α.Σ.

ΩΡΟΛΟΓΙΟ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ*

“11° ΚΥΠΕΛΛΟ ΧΕΙΜΕΡΙΝΩΝ ΡΙΨΕΩΝ”

Ε.Α.Κ.Ν. Αγίου Κοσμά

Σάββατο, 21 Φεβρουαρίου 2026

ΩΡΑ	ΑΓΩΝΙΣΜΑΤΑ ΡΙΨΕΩΝ	ΧΩΡΟΣ ΔΙΕΞΑΓΩΓΗΣ
12:00	<i>Δισκοβολία Γυναικών</i>	
14:00	<i>Δισκοβολία Ανδρών</i>	
14:15	<i>Σφαιροβολία Γυναικών</i>	
14:30	<i>Ακοντισμός Ανδρών</i>	<i>Κεντρικό Στάδιο</i>
15:45	<i>Σφυροβολία Γυναικών</i>	
16:00	<i>Σφαιροβολία Ανδρών</i>	
16:30	<i>Ακοντισμός Γυναικών</i>	<i>Κεντρικό Στάδιο</i>
17:00	<i>Σφυροβολία Ανδρών</i>	

***Το οριστικό ωρολόγιο πρόγραμμα θα ανακοινωθεί μετά την επεξεργασία των δηλώσεων συμμετοχής**

ΑΓΩΝΙΣΤΙΚΗ ΕΜΦΑΝΙΣΗ ΣΥΛΛΟΓΟΥ ΣΤΑ ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΑ & ΔΙΑΣΥΛΛΟΓΙΚΑ ΠΡΩΤΑΘΛΗΜΑΤΑ

ΠΡΟΔΙΑΓΡΑΦΕΣ

ΑΝΩ ΙΜΑΤΙΣΜΟΣ

ΣΥΝΟΛΟ ΜΕΧΡΙ 4 ΛΟΓΟΤΥΠΑ

1x ΣΗΜΑ ΣΥΛΛΟΓΟΥ

1x ΛΟΓΟΤΥΠΟ ΚΑΤΑΣΚΕΥΑΣΤΗ

2x ΕΜΠΟΡΙΚΟΙ ΧΟΡΗΓΟΙ

μέχρι 5εκ ύψος ή μέχρι 10εκ πλάτος με μέγιστο εμβαδό 40εκ² (π.χ. 5x8 ή 4x10)

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

ΟΝΟΜΑ ΣΥΛΛΟΓΟΥ

Μπροστά ή πίσω

Κατακόρυφο μεγ. πλάτος 10cm; Οριζόντιο μεγ. ύψος 10cm

ΚΑΤΩ ΙΜΑΤΙΣΜΟΣ

ΣΥΝΟΛΟ ΜΕΧΡΙ 4 ΛΟΓΟΤΥΠΑ

1x ΣΗΜΑ ΣΥΛΛΟΓΟΥ

1x ΛΟΓΟΤΥΠΟ ΚΑΤΑΣΚΕΥΑΣΤΗ

μέχρι 5εκ ύψος ή μέχρι 10εκ πλάτος με μέγιστο εμβαδό 40εκ² (π.χ. 5x8 ή 4x10)

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

ΟΝΟΜΑ ΣΥΛΛΟΓΟΥ

Μπροστά ή πίσω

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

ΌΛΑ ΤΑ ΑΛΛΑ ΡΟΥΧΑ / ACCESSORIES

ΣΥΝΟΛΟ ΜΕΧΡΙ 2 ΛΟΓΟΤΥΠΑ

1x ΣΗΜΑ/ΟΝΟΜΑ ΣΥΛΛΟΓΟΥ

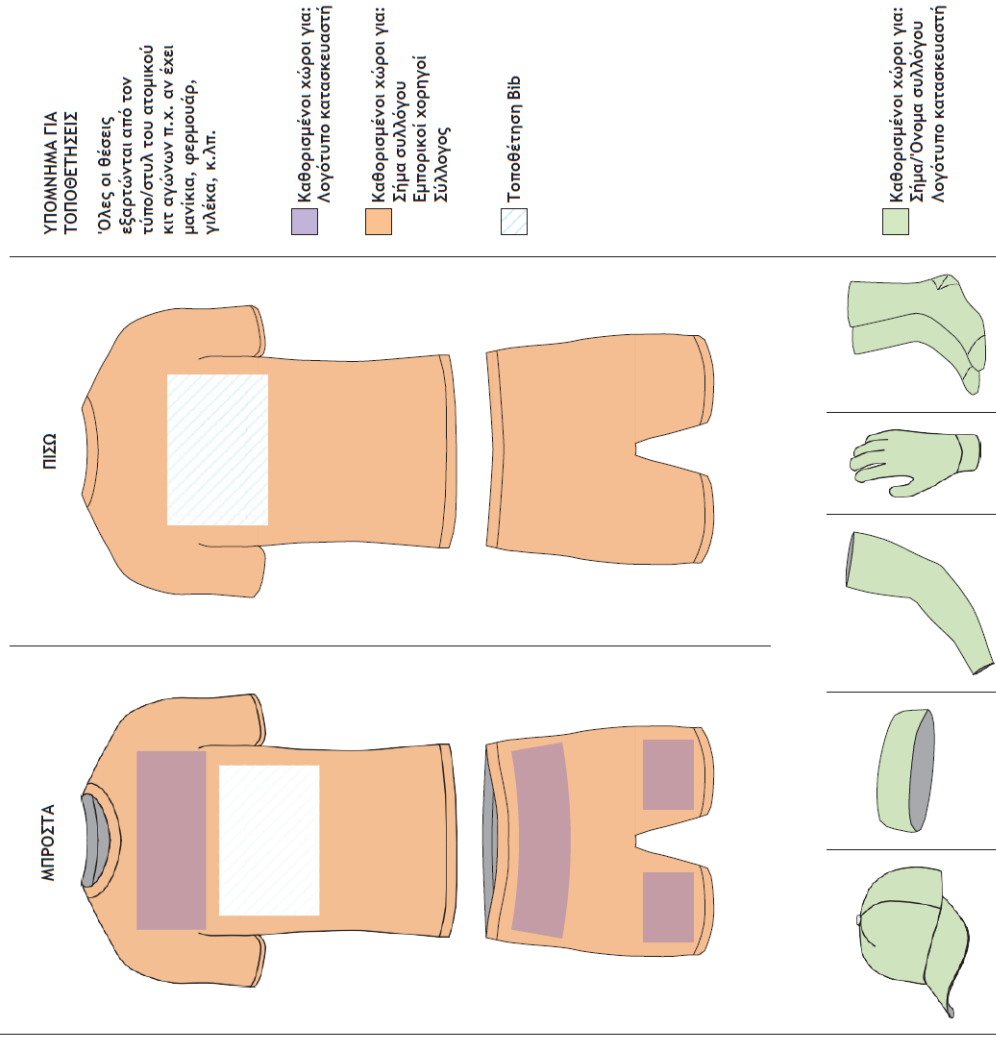
1x ΚΑΤΑΣΚΕΥΑΣΤΗΣ

Σήμα/όνομα συλλόγου μεγ. 5cm ύψος

Σήμα κατασκευαστή 4cm ύψος ή πλάτος, μεγ. 10cm²

ΠΙΝΑΚΑΣ 1

ΤΟΠΟΘΕΤΗΣΗ



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
Αγωνίσματα 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 αγωνίσματα Βάδην εντός Σταδίου, το μέγιστο πάχος της σόλας είναι το ίδιο με αυτό των Αγωνισμάτων Δρόμου.
Αγωνίσματα Κονίστρας	20mm αγωνιστικά υποδήματα με καρφιά ή υποδήματα χωρίς καρφιά	Για όλα τα Αγωνίσματα 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).
Αγωνίσματα Δρόμων Εκτός Σταδίου (Δρομικά και Αγωνίσματα 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 αγωνίσματα 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	