 **ΕΝΩΣΗ ΑΘΛΗΤΙΚΩΝ ΣΩΜΑΤΕΙΩΝ ΣΕΓΑΣ ΠΕΙΡΑΙΑ & ΝΟΤΙΟΔΥΤΙΚΗΣ ΑΤΤΙΚΗΣ**

**ΣΤΑΔΙΟ ΕΙΡΗΝΗΣ & ΦΙΛΙΑΣ, 18547 ΝΕΟ ΦΑΛΗΡΟ**

**Τ:2104834232, F: 2104834232**

|  |
| --- |
| **ΑΡ.Π ΡΩΤΟΚΟΛΛΟΥ: .........13........** |

**E: segaspeiraia@gmail.com**

Πειραιάς 16/01/2018

# *Προς: Σ.Ε.Γ.Α.Σ. - E.A.Σ Σ.Ε.Γ.Α.Σ.*

# *(Για ενημέρωση σωματείων τους)*

|  |
| --- |
| Π Ρ Ο Κ Η Ρ Υ Ξ Η **ΠΡΟΠΟΝΗΤΙΚΗΣ ΗΜΕΡΙΔΑΣ ΑΓΩΝΙΣΜΑΤΩΝ ΚΛΕΙΣΤΟΥ ΣΤΙΒΟΥ**  **ΠΑΙΔΩΝ – ΚΟΡΑΣΙΔΩΝ /**  **ΠΠ – ΠΚ Α’ / ΠΠ – ΠΚ Β’**  **Σάββατο, 27 Ιανουαρίου 2018** |

Η **Ε.Α.Σ. Σ.Ε.Γ.Α.Σ. ΠΕΙΡΑΙΑ & ΝΟΤΙΟΔΥΤΙΚΗΣ ΑΤΤΙΚΗΣ** προκηρύσσει Προπονητική Ημερίδα Κλειστού Στίβου Παίδων – Κορασίδων / ΠΠ-ΠΚ Α’ / ΠΠ-ΠΚ Β’, σύμφωνα με τους παρακάτω όρους:

**1. ΗΜΕΡΟΜΗΝΙΑ – ΤΟΠΟΣ ΔΙΕΞΑΓΩΓΗΣ:**

Η Προπονητική Ημερίδα θα διεξαχθεί το **Σάββατο 27 Ιανουαρίου 2018** στο Κλειστό Προπονητήριο του ΣΕΓΑΣ στις εγκαταστάσεις του ΕΑΚΝ Αγ. Κοσμά.

**2. ΗΛΙΚΙΕΣ:**

Δικαίωμα συμμετοχής έχουν **ΜΟΝΟ** αθλητές-τριες :

* **ΠΑΙΔΕΣ-ΚΟΡΑΣΙΔΕΣ:** που έχουν γεννηθεί το 2001 και 2002.
* **ΠΠ-ΠΚ Α΄:** που έχουν γεννηθεί το 2003 και 2004.
* **ΠΠ-ΠΚ Β’:** που έχουν γεννηθεί το 2005 και 2006.

**3. ΑΓΩΝΙΣΜΑΤΑ :**

|  |  |
| --- | --- |
| **Κατηγορία** | **Αγωνίσματα** |
| **Παίδων:** | 60μ., 150μ.,60μ. Εμπ., Άλμα σε Μήκος, Άλμα σε Ύψος, Άλμα επί Κοντώ, Σφαιροβολία |
| **Κορασίδων:** | 60μ., 150μ.,60μ. Εμπ., Άλμα σε Μήκος, Άλμα σε Ύψος, Άλμα επί Κοντώ, Σφαιροβολία |
| **ΠΠ Α΄:** | 60μ., 150μ., 60μ. Εμπ., Άλμα σε Μήκος, Άλμα σε Ύψος, Άλμα επί Κοντώ, Σφαιροβολία |
| **ΠΚ Α΄:** | 60μ., 150μ., 60μ. Εμπ., Άλμα σε Μήκος, Άλμα σε Ύψος, Άλμα επί Κοντώ, Σφαιροβολία |
| **ΠΠ Β΄:** | 60μ., 60μ. Εμπ., Άλμα σε Μήκος, Άλμα σε Ύψος, Σφαιροβολία |
| **ΠΚ Β΄:** | 60μ., 60μ. Εμπ., Άλμα σε Μήκος, Άλμα σε Ύψος, Σφαιροβολία |

**4. ΔΙΑΔΟΧΙΚΑ ΥΨH ΣΤΟ ΑΓΩΝΙΣΜΑ ΤΟΥ ΑΛΜΑΤΟΣ ΣΕ ΥΨΟΣ:**

|  |  |
| --- | --- |
| **Αγώνισμα / Κατηγορία** | **Διαδοχικά ύψη** |
| **ΑΛΜΑ ΣΕ ΥΨΟΣ ΠΠ Β’:** | Από 1,30μ. – 1,45μ. ανά 5εκ. και μετά ανά 3εκ. |
| **ΑΛΜΑ ΣΕ ΥΨΟΣ ΠΚ Β’:** | Από 1,15μ. – 1,35μ. ανά 5εκ. και μετά ανά 3εκ. |
| **ΑΛΜΑ ΣΕ ΥΨΟΣ ΠΠ Α’- Παίδων:** | Από 1,40μ. – 1,60μ. ανά 10εκ., έως 1.70μ. ανά 5εκ. και στη συνέχεια ανά 3εκ. |
| **ΑΛΜΑ ΣΕ ΥΨΟΣ ΠΚ Α’ - Κορασίδων:** | Από 1,20μ. – 1,55μ. ανά 5εκ. και μετά ανά 3εκ. |

**5. ΔΙΑΔΟΧΙΚΑ ΥΨH ΣΤΟ ΑΓΩΝΙΣΜΑ ΤΟΥ ΑΛΜΑΤΟΣ ΕΠΙ ΚΟΝΤΩ:**

|  |  |
| --- | --- |
| **ΑΛΜΑ ΕΠΙ ΚΟΝΤΩ ΠΠ Α’- Παίδων:** | 2,80μ. – 3,00μ. – 3,20μ. – 3.30μ. - 3.40μ. - 3.50μ. – 3,60μ. – 3,70μ. – 3,80 – 3,90μ. - 4.00μ. & ανά 5 εκ. |
| **ΑΛΜΑ ΕΠΙ ΚΟΝΤΩ ΠΚ Α’ - Κορασίδων:** | 2,00μ. – 2,20μ. – 2,40μ. – 2,60μ. - 2.70μ. – 2,80μ. – 2,90μ. – 3,00μ. – 3,10μ. – 3,20μ.- 3,30μ. – 3,40μ. & ανά 5 εκ. |

**6. ΔΙΚΑΙΩΜΑ ΣΥΜΜΕΤΟΧΗΣ :**

**6.1** Στους Αγώνες δικαίωμα συμμετοχής έχουν **ΜΟΝΟ** αθλητές-αθλήτριες που ανήκουν οπωσδήποτε στη δύναμη των Σωματείων – Μελών του Σ.Ε.Γ.Α.Σ. (όπως ορίζεται στην τελευταία Υπουργική απόφαση) και να τους έχει εκδοθεί Δελτίο Αθλητικής Ιδιότητας.

**6.2** **Οι αθλητές –τριες της κατηγορίας των ΠΠΒ΄- ΠΚΒ΄ & ΠΠ-ΠΚ Α΄ μπορούν να αγωνιστούν ΜΟΝΟ σε ΕΝΑ (1) αγώνισμα, στις κατηγορίες των Παίδων – Κορασίδων σε ΔΥΟ (2) αγωνίσματα**.

**7. ΔΗΛΩΣΕΙΣ ΣΥΜΜΕΤΟΧΗΣ:**

*Οι δηλώσεις συμμετοχής (συνημμένη φόρμα) πρέπει να σταλούν με email μέχρι τη* ***Τετάρτη 24 Ιανουαρίου 2018 και ώρα 14:00*** *στην Ε.Α.Σ. Σ.Ε.Γ.Α.Σ. Πειραιά και Νοτιοδυτικής Αττικής, στις ηλεκτρονικές διευθύνσεις* [***segaspeiraia@gmail.com***](mailto:segaspeiraia@gmail.com) ***και*** [***smatakis@gmail.com***](mailto:smatakis@gmail.com)***,*** *προκειμένου να οριστικοποιηθεί και κοινοποιηθεί το ωρολόγιο πρόγραμμα της Ημερίδας.* ***Μετά την παρέλευση της προθεσμίας αυτής δε θα γίνεται δεκτή καμία δήλωση συμμετοχής.***

***Σημείωση:*** *Σε περίπτωση προβλήματος θα πρέπει να επικοινωνήσετε με τον Τεχνικό Σύμβουλο της Ε.Α.Σ. Σ.Ε.Γ.Α.Σ. κ. Στέφανο Ματάκη, στο τηλέφωνο 6946953858.*

**8. ΑΙΘΟΥΣΑ ΚΛΗΣΗΣ:**

Οι αθλητές-αθλήτριες θα προσέρχονται αυτοπροσώπως στην ΑΙΘΟΥΣΑ ΚΛΗΣΕΩΣ, **60΄** πριν από την ώρα διεξαγωγής κάθε αγωνίσματος, προκειμένου να δηλώσουν τη συμμετοχή τους, προσκομίζοντας **ΑΠΑΡΑΙΤΗΤΑ ΤΟ ΔΕΛΤΙΟ ΑΘΛΗΤΙΚΗΣ ΙΔΙΟΤΗΤΑΣ**.

**ΣΕ ΔΙΑΦΟΡΕΤΙΚΗ ΠΕΡΙΠΤΩΣΗ ΔΕΝ ΘΑ ΤΟΥΣ ΕΠΙΤΡΕΠΕΤΑΙ ΝΑ ΣΥΜΜΕΤΕΧΟΥΝ.**

**Προσοχή:** Οι αθλητές - τριες που είναι υπό ΜΕΤΑΓΡΑΦΗ της τελευταίας περιόδου (2017) και δεν έχουν εκδοθεί τα δελτία τους από το Σ.Ε.Γ.Α.Σ. θα πρέπει να έχουν μαζί τους αστυνομική ταυτότητα ή άλλο αποδεικτικό στοιχείο ταυτοπροσωπίας και ηλικίας.

**9. ΙΑΤΡΙΚΕΣ ΕΞΕΤΑΣΕΙΣ**

Με τη φροντίδα και την ευθύνη των Συλλόγων οι αθλητές –τριες πρέπει να έχουν εξετασθεί Ιατρικώς πριν από τους αγώνες, όπως προβλέπει ο Νόμος 2725/99.

**ΣΕ ΔΙΑΦΟΡΕΤΙΚΗ ΠΕΡΙΠΤΩΣΗ ΔΕΝ ΘΑ ΤΟΥΣ ΕΠΙΤΡΕΠΕΤΑΙ ΝΑ ΣΥΜΜΕΤΕΧΟΥΝ.**

Οι υπεύθυνοι της αίθουσας κλήσης θα καταχωρούν στα πινάκια **ΜΟΝΟ** τους αθλητές των οποίων το δελτίο θα είναι θεωρημένο σύμφωνα με το νόμο.

Το Δελτίο Υγείας ισχύει για ένα (1) έτος από τη θεώρησή του.

**10. ΓΕΝΙΚΕΣ ΤΕΧΝΙΚΕΣ ΔΙΑΤΑΞΕΙΣ:**

**10.1 Βάρος οργάνου στο αγώνισμα της Σφαιροβολίας**

|  |  |
| --- | --- |
| **Κατηγορία** | **Βάρος οργάνου** |
| **ΠΠ Β΄** | **3Kg** |
| **ΠΚ Β΄** | **3Kg** |
| **ΠΠ Α’:** | **4Kg** |
| **ΠΚ A’:** | **3Kg** |
| **Παίδες:** | **5Kg** |
| **Κορασίδες:** | **3Kg** |

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.

**10.2 Αριθμός – Ύψη και Αποστάσεις εμποδίων**

|  |  |
| --- | --- |
| **Κατηγορία** | **Αριθμός – Ύψη - Αποστάσεις** |
| **60μ. Εμπ. ΠΠ Β΄:** | 6 εμπ., Ύψος εμπ. 0,76, 1ο εμπ. από αφετηρία 12,00 μ. ενδιάμεση απόσταση 7,50 μ. τελευταίο από τερματισμό 10,50μ. |
| **60μ. Εμπ. ΠΚ Β΄:** | 6 εμπ., Ύψος εμπ. 0,76, 1ο εμπ. από αφετηρία 12,00 μ. ενδιάμεση απόσταση 7,00 μ. τελευταίο από τερματισμό 13,00μ. |
| **60μ. Εμπ. ΠΠ Α΄:** | 5 εμπ., Ύψος εμπ. 0,84, 1ο εμπ. από αφετηρία 13,00 μ. ενδιάμεση απόσταση 8,50 μ. τελευταίο από τερματισμό 13,00μ. |
| **60μ. Εμπ. ΠΚ Α΄:** | 5 εμπ., Ύψος εμπ. 0,76, 1ο εμπ. από αφετηρία 13,00 μ. ενδιάμεση απόσταση 8 μ. τελευταίο από τερματισμό 15,00μ. |
| **60μ. Εμπ. ΠΑΙΔΩΝ:** | 5 εμπ. Ύψος 0,91μ. , 1ο εμπ. από αφετηρία 13,72μ. ενδιάμεση απόσταση 9,14 μ. τελευταίο από τερματισμό 9,72μ. |
| **60μ. Εμπ. ΚΟΡΑΣΙΔΩΝ:** | 5 εμπ. Ύψος 0,76 μ. , 1ο εμπ. από αφετηρία 13,00 μ. ενδιάμεση απόσταση 8,50 μ. τελευταίο από τερματισμό 13,00μ. |

**10.3 Κανονισμοί διεξαγωγής Ημερίδας**

Οι Αγώνες θα διεξαχθούν σύμφωνα με τους κανονισμούς στίβου της IAAF και του Σ.Ε.Γ.Α.Σ.

***ΠΡΟΣΟΧΗ: ΣΤΑ ΟΡΙΖΟΝΤΙΑ ΑΛΜΑΤΑ ΚΑΙ ΤΙΣ ΡΙΨΕΙΣ ΟΙ ΑΘΛΗΤΕΣ-ΤΡΙΕΣ ΤΩΝ ΚΑΤΗΓΟΡΙΩΝ ΠΠ-ΠΚ Β’ ΚΑΙ ΠΠ-ΠΚ Α΄ ΘΑ ΈΧΟΥΝ ΔΙΚΑΙΩΜΑ 3 ΠΡΟΣΠΑΘΕΙΩΝ ΕΝΩ ΤΩΝ ΠΑΙΔΩΝ-ΚΟΡΑΣΙΔΩΝ 4 ΠΡΟΣΠΑΘΕΙΩΝ.***

**10.4 Επίλυση τεχνικών θεμάτων**

Ότι δεν προβλέπεται από την Προκήρυξη θα ρυθμίζεται από τον Τεχνικό Υπεύθυνο της Ημερίδας σε συνεργασία με τον Αλυτάρχη, σύμφωνα με τους κανονισμούς.

**10.5 Επίτευξη Ορίων Πρόκρισης και Συμμετοχή με την Εθνική Ομάδα σε Διεθνείς Διοργανώσεις.**

**ΠΡΟΣΟΧΗ: ΟΙ ΕΠΙΔΟΣΕΙΣ ΤΩΝ ΑΘΛΗΤΩΝ-ΤΡΙΩΝ ΣΤΙΣ ΠΡΟΠΟΝΗΤΙΚΕΣ ΗΜΕΡΙΔΕΣ ΔΕΝ ΘΑ ΑΝΑΓΝΩΡΙΖΟΝΤΑΙ ΣΑΝ ΕΠΙΤΕΥΞΗ ΟΡΙΩΝ ΠΡΟΚΡΙΣΗΣ ΚΑΙ ΣΥΜΜΕΤΟΧΗΣ ΜΕ ΤΗΝ ΕΘΝΙΚΗ ΟΜΑΔΑ ΣΕ ΔΙΕΘΝΕΙΣ ΔΙΟΡΓΑΝΩΣΕΙΣ.**

**11. ΤΕΧΝΙΚΟΙ ΥΠΕΥΘΥΝΟΙ:**

Τεχνικοί Υπεύθυνοι της Ημερίδας ορίζονται οι Τεχνικοί Σύμβουλοι κ.κ. Χρύσανθος Καρούζος και Στέφανος Ματάκης,, καθώς και ο Τεχνικός Υπεύθυνος της εγκατάστασης και μέλος της Επιτροπής Ανάπτυξης κ. Δημήτρης Χαλβατζάρας και με καθήκοντα και αρμοδιότητες που αναφέρονται στο άρθρο 112 των Κανονισμών Στίβου Σ.Ε.Γ.Α.Σ.

**Ο ΠΡΟΕΔΡΟΣ Η ΓΕΝ. ΓΡΑΜΜΑΤΕΑΣ**

**Γ. ΚΑΡΔΑΡΑΣ ΧΡ. ΜΑΡΙΝΑΚΗ**

**Συνημμένα: Κοινοποίηση:**

* Ωρολόγιο Πρόγραμμα Γραφείο Τύπου Σ.Ε.Γ.Α.Σ.
* Έντυπα Συμμετοχής Υγειονομική Υπηρεσία Σ.Ε.Γ.Α.Σ.

Επιτροπή Ανάπτυξης

**ΠΡΟΠΟΝΗΤΙΚΗ ΗΜΕΡΙΔΑ ΚΛΕΙΣΤΟΥ ΣΤΙΒΟΥ**

**ΠΑΙΔΩΝ – ΚΟΡΑΣΙΔΩΝ / ΠΠΑ-ΠΚΑ / ΠΠΒ-ΠΚΒ**

**ΚΛΕΙΣΤΟ ΠΡΟΠΟΝΗΤΗΡΙΟ ΣΕΓΑΣ / ΕΑΚΝ ΑΓ. ΚΟΣΜΑ**

**Σάββατο, 27 Ιανουαρίου 2018**

**ΩΡΟΛΟΓΙΟ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **ΩΡΑ** | **ΔΡΟΜΟΙ** | **ΑΛΜΑΤΑ** | **ΡΙΨΕΙΣ** |
| **14:00** | 60μ. ΠΠ Β΄ | ΑΛΜΑ ΣΕ ΥΨΟΣ ΠΚ Β΄- ΠΚ Α΄  ΑΛΜΑ ΣΕ ΜΗΚΟΣ ΠΚ Β΄ ΑΛΜΑ ΕΠΙ ΚΟΝΤΩ ΠΠ Α΄- Π | ΣΦΑΙΡΟΒΟΛΙΑ ΠΠ Β΄ |
| **14:30** | 60μ. ΠΚ Β΄ |  |  |
| **15:00** |  |  | ΣΦΑΙΡΟΒΟΛΙΑ ΠΚ Β΄-ΠΚΑ΄ |
| **15:15** | 60μ. ΠΠ Α΄ | ΑΛΜΑ ΣΕ ΜΗΚΟΣ ΠΠ Β΄ |  |
| **15:30** |  |  |  |
| **15:45** | 60μ. ΠΚ Α΄ |  |  |
| **16:00** |  | ΑΛΜΑ ΣΕ ΥΨΟΣ ΠΠΒ’ – ΠΠΑ΄ | ΣΦΑΙΡΟΒΟΛΙΑ ΠΠ Α΄ |
| **16:15** | 60μ. Π |  |  |
| **16:30** |  | ΑΛΜΑ ΣΕ ΜΗΚΟΣ ΠΚ Α΄ |  |
| **16:40** | 60μ. Κ |  |  |
| **17:00** |  | ΑΛΜΑ ΕΠΙ ΚΟΝΤΩ ΠΚ Α΄- Κ | ΣΦΑΙΡΟΒΟΛΙΑ Κ |
| **17:10** | 60μ. Εμπόδια ΠΚΒ’ |  |  |
| **17:15** |  | ΑΛΜΑ ΣΕ ΥΨΟΣ Κ |  |
| **17:20** | 60μ. Εμπόδια ΠΠΒ’ |  |  |
| **17:25** | 60μ. Εμπόδια ΠΚΑ’ |  |  |
| **17:35** | 60μ. Εμπόδια ΠΠΑ’ |  |  |
| **17:40** | 60μ. Εμπόδια K |  |  |
| **17:50** | 60μ. Εμπόδια Π | ΑΛΜΑ ΣΕ ΜΗΚΟΣ Κ |  |
| **18:00** |  |  | ΣΦΑΙΡΟΒΟΛΙΑ Π |
| **18:15** | 150 ΠΠΑ’ – Π |  |  |
| **18:30** |  | ΑΛΜΑ ΣΕ ΥΨΟΣ Π |  |
| **18:40** | 150 ΠΚΑ’ - Κ |  |  |
| **19:00** |  | ΑΛΜΑ ΣΕ ΜΗΚΟΣ ΠΠΑ΄ - Π |  |