



ΑΘΛΗΤΙΚΟΣ ΟΜΙΛΟΣ  
«ΠΟΣΕΙΔΩΝ» ΙΩΑΝΝΙΝΩΝ  
Κλασική Κολύμβηση - Τεχνική Κολύμβηση  
-Δρομείς μεγάλων αποστάσεων

Ο Α.Ο ΠΟΣΕΙΔΩΝ ΙΩΑΝΝΙΝΩΝ διοργανώνει διασυλλογικό αγώνα κολύμβησης για τις ηλικίες 9 έως 12 ετών με την επωνυμία:

**« 12<sup>α</sup> Ποσειδώνια "Easter Swimming Cup" 2019 9 - 12 ετών»**

Σκοπός της προσπάθειας αυτής είναι η διάδοση του αθλητικού πνεύματος και η δημιουργία ενός όμορφου αγώνα, με πλήρες πρόγραμμα προαγωνιστικών κατηγοριών.

Οι αγώνες θα διεξαχθούν στο κλειστό κολυμβητήριο Ιωαννίνων (50μ.) στις 20 & 21 Απριλίου 2019.

Η οργανωτική Επιτροπή των αγώνων θέλοντας να στηρίξει την προσπάθεια των μικρών αθλητών-τριών από όλη την Ελλάδα δίνει τη ευκαιρία στους Επίλεκτους Αθλητές-τριες, γεννημένους το 2007, που συμπεριλαμβάνονται στους σχετικούς πίνακες της ΚΟΕ, να λάβουν μέρος στους αγώνες με δωρεάν την συμμετοχή τους. **Επίσης η διοργάνωση θα καλύψει και την διαμονή τους σε δίκλινα ή τρίκλινα δωμάτια.**

Παρακαλούνται οι ομάδες οι οποίες στην αποστολή τους θα έχουν επίλεκτους αθλητές-τριες να ενημερώσουν εγκαίρως στο e-mail: [posioan@otenet.gr](mailto:posioan@otenet.gr) με τα στοιχεία των αθλητών τους καθώς επίσης και τα ξενοδοχεία διαμονής αυτών.

Για περισσότερες πληροφορίες ως προς την διοργάνωση του αγώνα μπορείτε:

- να επισκεφθείτε την ιστοσελίδα μας [www.poseidonia.gr](http://www.poseidonia.gr),
- να απευθυνθείτε στο γραφείο της ομάδας στο τηλέφωνο και fax 2651025818 (17:00-20:00 καθημερινά) και στο e-mail: [posioan@otenet.gr](mailto:posioan@otenet.gr) , ή
- να επικοινωνήσετε με την προπονήτρια της ομάδας μας, κ. ΜΑΥΡΟΠΟΥΛΟΥ ΕΥΤΥΧΙΑ στο τηλέφωνο 6980688593

Η συμμετοχή σας θα αποτελέσει ιδιαίτερη τιμή τόσο για την πόλη μας όσο και για το σωματείο μας, ενώ συγχρόνως θα μας δώσει δύναμη για την συνέχιση αυτού του θεσμού.

*Με αθλητικούς χαιρετισμούς*

Για το ΔΣ

Η ΠΡΟΕΔΡΟΣ

Ο ΓΕΝ. ΓΡΑΜΜΑΤΕΑΣ

ΔΡΙΜΤΖΙΑ ΑΓΝΗ

ΚΑΡΒΟΥΝΗΣ ΧΡΙΣΤΟΔΟΥΛΟΣ



ΑΘΛΗΤΙΚΟΣ ΟΜΙΛΟΣ  
«ΠΟΣΕΙΔΩΝ» ΙΩΑΝΝΙΝΩΝ  
Κλασική Κολύμβηση - Τεχνική Κολύμβηση  
-Δρομείς μεγάλων αποστάσεων

ΠΡΟΚΗΡΥΞΗ ΑΓΩΝΩΝ

**« 12<sup>α</sup> Ποσειδώνια “Easter Swimming Cup” 2019 9 - 12 ετών»**

- **ΔΙΚΑΙΩΜΑ ΣΥΜΜΕΤΟΧΗΣ:** Όλα τα σωματεία που ανήκουν στην δύναμη της Κ.Ο.Ε.- LEN  
Αθλητές - τριες 9 έως 12 ετών με Αθλητικό Δελτίο Υγείας της Κ.Ο.Ε.,  
εκτός των αθλητών - τριών από αλλοδαπά σωματεία
- **ΤΟΠΟΣ ΔΙΕΞΑΓΩΓΗΣ:** Κλειστό Κολυμβητήριο Ε.Α.Ν.Κ Ιωαννίνων (50μ) 8 διαδρομές.
- **ΗΜΕΡΟΜΗΝΙΑ ΔΙΕΞΑΓΩΓΗΣ:** 20-21/04/2019
- **ΩΡΑ ΑΓΩΝΩΝ:**

**Σάββατο 20/04/2019**

Τελετή Έναρξης 16:50

Προθέρμανση 16:00 - Έναρξη Αγώνα 17:15

**Κυριακή 21/04/2019**

**Α' Αγωνιστική:** Προθέρμανση 08:00 - Έναρξη Αγώνα 09:00

**Β' Αγωνιστική:** Προθέρμανση 16:00 - Έναρξη Αγώνα 17:00

- **ΓΚΡΟΥΠ ΠΡΟΘΕΡΜΑΝΣΗΣ:** θα ανακοινωθούν στην ιστοσελίδα [www.poseidonia.gr](http://www.poseidonia.gr)
- **ΧΡΟΝΟΜΕΤΡΗΣΗ:** Ηλεκτρονική υπό την αιγίδα της Κ.Ο.Ε -Ε' Περιφερειακή Επιτροπή Κολύμβησης.
- **ΧΡΟΝΟΙ-ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ:** Οι χρόνοι θα θεωρηθούν επίσημοι από την Κ.Ο.Ε.
- Οι σειρές των αγωνισμάτων θα διεξαχθούν σε μορφή open για τις ηλικίες 10-11-12 ετών ενώ τα αποτελέσματα θα ανακοινώνονται ανά κατηγορία. Οι αθλητές-τριες 9 ετών θα αγωνιστούν ξεχωριστά.
- **ΕΠΑΘΛΑ:**
  - Κύπελλο στον 1<sup>ο</sup> νικητή -τρια ανά αγώνισμα και κατηγορία.
  - Μετάλλιο και δίπλωμα στους τρεις πρώτους νικητές -τριες ανά αγώνισμα και κατηγορία.
  - Αναμνηστικό δίπλωμα σε όλους τους αθλητές- τριες.



ΑΘΛΗΤΙΚΟΣ ΟΜΙΛΟΣ  
«ΠΟΣΕΙΔΩΝ» ΙΩΑΝΝΙΝΩΝ  
Κλασική Κολύμβηση - Τεχνική Κολύμβηση  
-Δρομείς μεγάλων αποστάσεων

**- ΟΡΟΙ ΣΥΜΜΕΤΟΧΗΣ:**

Κάθε σύλλογος θα συμμετάσχει στους αγώνες:

- Με απεριόριστο αριθμό αθλητών- τριών ανά αγώνισμα στην κατηγορία 9 ετών.
- Με 8 αθλητές -τριες ανά αγώνισμα στην κατηγορία 10 ετών
- Με 6 αθλητές -τριες ανά αγώνισμα στις κατηγορίες 11 &12 ετών.
- Εκτός από τα 800μ. Ελεύθερο, που θα διεξαχθεί σε 1 σειρά με τις καλύτερες επιδόσεις.

***Παρακαλούμε στην δήλωση συμμετοχής της ομάδας σας, να συμπεριλάβετε και τις σκυταλοδρομίες.***

Κάθε αθλητής - τρια:

- 9-10 ετών θα μετέχει σε 2 αγωνίσματα, ένα σε κάθε αγωνιστική και στις σκυταλοδρομίες.
- 11 ετών θα μετέχει σε 3 αγωνίσματα, όχι πάνω από 2 αγωνίσματα σε μία αγωνιστική και στις σκυταλοδρομίες (το ένα αγώνισμα δεν θα είναι ελεύθερο).
- 12 ετών θα μετέχει σε 3 αγωνίσματα, όχι πάνω από 2 αγωνίσματα σε μία αγωνιστική και στις σκυταλοδρομίες (ένα μόνο αγώνισμα 50μ.).

**Ο διοργανωτής σύλλογος δεσμεύεται ως προς τον αριθμό των αγωνισμάτων των αθλητών-τριών του, αλλά θα μετέχει με απεριόριστο αριθμό αθλητών -τριών.**

**- ΔΗΛΩΣΕΙΣ ΣΥΜΜΕΤΟΧΗΣ: Μέχρι την Δευτέρα 15/04/2019**

στο τηλ-FAX: 2651025818 και e-mail: [posioan@otenet.gr](mailto:posioan@otenet.gr)

***Παρακαλούμε για την καλύτερη οργάνωση των αγώνων να μας δηλώσετε την πρόθεση συμμετοχής έως 01/04/2019.***

**- ΚΟΣΤΟΣ ΣΥΜΜΕΤΟΧΗΣ :**

Το κόστος συμμετοχής για κάθε αθλητή -τρια ορίζεται στα 10 Ευρώ και 3 ευρώ για την ΚΟΕ, σύνολο 13 ευρώ.



ΑΘΛΗΤΙΚΟΣ ΟΜΙΛΟΣ  
«ΠΟΣΕΙΔΩΝ» ΙΩΑΝΝΙΝΩΝ  
Κλασική Κολύμβηση - Τεχνική Κολύμβηση  
-Δρομείς μεγάλων αποστάσεων

ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΑΓΩΝΩΝ

(Α' Αγωνιστική) Σάββατο 20/04/2019	(Β' Αγωνιστική) Κυριακή 21/04/2019 Πρωί	(Γ' Αγωνιστική) Κυριακή 21/04/2019 Απόγευμα
<b>ΠΡΟΘΕΡΜΑΝΣΗ: 16:00</b> <b>ΤΕΛΕΤΗ ΕΝΑΡΞΗΣ :16:50</b> <b>ΕΝΑΡΞΗ ΑΓΩΝΑ: 17:15</b>	<b>ΠΡΟΘΕΡΜΑΝΣΗ: 08:00</b> <b>ΕΝΑΡΞΗ ΑΓΩΝΩΝ: 09:00</b>	<b>ΠΡΟΘΕΡΜΑΝΣΗ: 16:00</b> <b>ΕΝΑΡΞΗ ΑΓΩΝΩΝ: 17:00</b>
50μ Πρόσθιο Αγόρια 9-10-11-12	50μ Ελεύθερο Κορίτσια 9- 10-11-12	50μ Ύπτιο Αγόρια 9-10-11-12
50μ Πρόσθιο Κορίτσια 9- 10-11-12	50μ Ελεύθερο Αγόρια 9-10-11-12	50μ Ύπτιο Κορίτσια 9-10-11-12
100μ Ελεύθερο Αγόρια 9-10-11-12	100μ Πεταλούδα Κορίτσια 11 -12	50μ Πεταλούδα Αγόρια 9-10-11-12
100μ Ελεύθερο Κορίτσια 9-10-11-12	100μ Πεταλούδα Αγόρια 11-12	50μ Πεταλούδα Κορίτσια 9-10-11-12
200μ Ύπτιο Αγόρια 11-12	100μ Πρόσθιο Κορίτσια 10-11-12	200μ Πρόσθιο Αγόρια 11-12
200μ Ύπτιο Κορίτσια 11 -12	100μ Πρόσθιο Αγόρια 10-11-12	200μ Πρόσθιο Κορίτσια 11-12
200μ. Μ.Α Αγόρια 10-11-12	100μ Ύπτιο Κορίτσια 10- 11-12	200μ Ελεύθερο Αγόρια 10-11-12
200μ. Μ.Α Κορίτσια 10-11-12	100μ Ύπτιο Αγόρια 10-11-12	200μ Ελεύθερο Κορίτσια 10-11-12
800μ Ελεύθερο Αγόρια 12	400μ Ελεύθερο Κορίτσια 11-12	400μ Μ.Α. Αγόρια 12
800μ Ελεύθερο Κορίτσια 12	400μ Ελεύθερο Αγόρια 11-12	400μ Μ.Α. Κορίτσια 12
4Χ50μ Μ.Ο. Αγόρια 9-10-11-12	4Χ50μ Ελεύθερο Κορίτσια 9-10	4Χ50μ Ελεύθερο Αγόρια 11-12
4Χ50μ Μ.Ο. Κορίτσια 9-10-11-12	4Χ50μ Ελεύθερο Αγόρια 9-10	4Χ50μ Ελεύθερο Κορίτσια 11-12