



# ΑΘΛΗΤΙΚΟΣ ΟΜΙΛΟΣ ΠΟΣΕΙΔΩΝ ΙΩΑΝΝΙΝΩΝ

*Εκμάθηση & Αγωνιστική Κολύμβηση - Τεχνική Κολύμβηση*  
*Τμήμα δρομέων μεγάλων αποστάσεων*

Ο Α.Ο ΠΟΣΕΙΔΩΝ ΙΩΑΝΝΙΝΩΝ διοργανώνει διασυλλογικούς αγώνες κολύμβησης προαγωνιστικής κατηγορίας, **9 έως 12 ετών**, με την επωνυμία:

## ***13<sup>α</sup> Ποσειδώνια “Easter Swimming Cup 2020”***

Σκοπός είναι να δοθεί η δυνατότητα συμμετοχής σε μικρούς αθλητές ,ώστε να αποκτήσουν εμπειρίες και να δοκιμαστούν μέσα από έναν άρτιο αγώνα.

Οι αγώνες θα διεξαχθούν στο κλειστό κολυμβητήριο Ιωαννίνων (50μ.) στις 12-13 Απριλίου 2020.

Η οργανωτική επιτροπή των αγώνων θέλοντας να στηρίξει την προσπάθεια των μικρών αθλητών-τριών από όλη την Ελλάδα δίνει την ευκαιρία στους Επίλεκτους Αθλητές-τριες, γεννημένους το 2008 που συμπεριλαμβάνονται στους σχετικούς πίνακες της ΚΟΕ, **αποφάσισε τη δωρεάν συμμετοχή τους στους αγώνες καθώς επίσης και την κάλυψη του κόστους διαμονής.**

**Προσοχή** οι ομάδες οι οποίες στην αποστολή τους θα έχουν επίλεκτους αθλητές-τριες και θέλουν να κάνουν χρήση του παραπάνω δικαιώματος να ενημερώσουν εγκαίρως (τουλάχιστον ένα μήνα πριν - μέχρι 11 Μαρτίου 2020 ) τα στοιχεία των αθλητών τους καθώς επίσης και τα ξενοδοχεία διαμονής αυτών στο email: [posioan@otenet.gr](mailto:posioan@otenet.gr) ή στο fax 2651025818.

Γενικές πληροφορίες ως προς την διοργάνωση του αγώνα:

- Στο [www.poseidonia.gr](http://www.poseidonia.gr) και [www.facebook.com/poseidonia.gr/](https://www.facebook.com/poseidonia.gr/)
- Γραμματεία συλλόγου τηλ & fax 2651025818 (18:00-21:00 καθημερινά) και στο
- email: [posioan@otenet.gr](mailto:posioan@otenet.gr), ή
- Για αγωνιστικά θέματα κ. ΕΥΤΥΧΙΑ ΜΑΥΡΟΠΟΥΛΟΥ τηλ: 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 σημαντικού θεσμού.

**Για την Ο.Ε**

**Η Πρόεδρος**

**ΔΡΙΜΤΖΙΑ ΑΓΝΗ**

**ΠΡΟΚΗΡΥΞΗ ΑΓΩΝΩΝ**



# ΑΘΛΗΤΙΚΟΣ ΟΜΙΛΟΣ ΠΟΣΕΙΔΩΝ ΙΩΑΝΝΙΝΩΝ

*Εκμάθηση & Αγωνιστική Κολύμβηση - Τεχνική Κολύμβηση*

*Τμήμα δρομέων μεγάλων αποστάσεων*

## **13<sup>α</sup> Ποσειδώνια “Easter Swimming Cup 2020”**

- **ΔΙΚΑΙΩΜΑ ΣΥΜΜΕΤΟΧΗΣ:**

- Όλα τα σωματεία που ανήκουν στην δύναμη της ΚΟΕ-LEN. Αθλητές-τριες 9 έως 12 ετών με Αθλητικό Δελτίο Υγείας της ΚΟΕ, Εκτός των αθλητών-τριων από αλλοδαπά σωματεία.

- **ΤΟΠΟΣ ΔΙΑΞΑΓΩΓΗΣ:** Κλειστό κολυμβητήριο Ε.Α.Ν.Κ.Ι Ιωαννίνων (50μ) 8 διαδρομές.

- **ΗΜΕΡΟΜΗΝΙΑ ΔΙΑΞΑΓΩΓΗΣ:** 12-13/04/2020

- **ΩΡΑ ΑΓΩΝΩΝ:**

**Κυριακή 12/04/2020**

Τελετή έναρξης 16:50

Προθέρμανση 15:50 - Έναρξη αγώνων 17:10

**Δευτέρα 13/04/2020**

Α' Αγωνιστική: Προθέρμανση 08:00 – Έναρξη αγώνων 09:10

Β' Αγωνιστική Προθέρμανση 15:50 – Έναρξη αγώνων 17:00

- **ΓΚΡΟΥΠ ΠΡΟΘΕΡΜΑΝΣΗΣ:** θα ανακοινωθούν στην ιστοσελίδα [www.poseidonia.gr](http://www.poseidonia.gr)

- **ΧΡΟΝΟΜΕΤΡΗΣΗ:** Ηλεκτρονική υπό την αιγίδα της ΚΟΕ- Ε' Περιφερειακή Επιτροπή Κολύμβησης.

- **ΧΡΟΝΟΙ-ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ:** Οι χρόνοι θα θεωρηθούν επίσημοι από την ΚΟΕ.

- 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

*Εκμάθηση & Αγωνιστική Κολύμβηση - Τεχνική Κολύμβηση  
Τμήμα δρομέων μεγάλων αποστάσεων*

## - ΟΡΟΙ ΣΥΜΜΕΤΟΧΗΣ:

Κάθε σύλλογος θα συμμετάσχει στους αγώνες:

- Με απεριοριστο αριθμό αθλητών-τριων ανά αγώνισμα στην κατηγορία των 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-τριων του, αλλά θα μετέχει με απεριοριστο αριθμό αθλητών-τριών.**

**-ΔΗΛΩΣΕΙΣ ΣΥΜΜΕΤΟΧΗΣ:** Μέχρι την Δευτέρα 06/04/2020 στο τηλ-FAX: 2651025818 και με email: [posioan@otenet.gr](mailto:posioan@otenet.gr). **ΣΗΜΕΙΩΣΗ:** Παρακαλείσθε όπως αποστείλετε μαζί με τις δηλώσεις συμμετοχών των αθλητών-τριών και την κατά κλάδο άθλησης Ειδική Αθλητική Αναγνώριση του σωματείου από τη Γ.Γ.Α.

**Παρακαλούμε για την καλύτερη οργάνωση των αγώνων να μας δηλώσετε την πρόθεση συμμετοχής σας έως 23/03/2020.**

**-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

Εκμάθηση & Αγωνιστική Κολύμβηση - Τεχνική Κολύμβηση

Τμήμα δρομέων μεγάλων αποστάσεων

(Α' Αγωνιστική)	(Β' Αγωνιστική)	(Γ' Αγωνιστική)
<b>Κυριακή 12/04/2020</b> <b>ΠΡΟΘΕΡΜΑΝΣΗ: 15:50</b> <b>ΤΕΛΕΤΗ ΕΝΑΡΞΗΣ: 16:50</b> <b>ΕΝΑΡΞΗ ΑΓΩΝΑ: 17:10</b>	<b>Δευτέρα 13/04/2020</b> <b>ΠΡΟΘΕΡΜΑΝΣΗ: 08:00</b> <b>ΕΝΑΡΞΗ ΑΓΩΝΑ: 09:10</b>	<b>Δευτέρα 13/04/2020</b> <b>ΠΡΟΘΕΡΜΑΝΣΗ: 15:50</b> <b>ΕΝΑΡΞΗ ΑΓΩΝΩΝ: 17:00</b>
50μ Πρόσθιο Αγόρια 9-10-11-12	50μ Ύπτιο Κορίτσια 9-10-1-12	50μ Ελεύθερο Αγόρια 9-10-11-12
50μ Πρόσθιο Κορίτσια 9-10-11-12	50μ Ύπτιο Αγόρια 9-10-1-12	50μ Ελεύθερο Κορίτσια 9-10-11-12
100μ Ελεύθερο Αγόρια 9-10-11-12	50μ Πεταλούδα Κορίτσια 9-10-11-12	100μ Πεταλούδα Αγόρια 11-12
100μ Ελεύθερο Κορίτσια 9-10-11-12	50μ Πεταλούδα Αγόρια 9-10-11-12	100μ Πεταλούδα Κορίτσια 11-12
200μ Ύπτιο Αγόρια 11-12	200μ Ελεύθερο Κορίτσια 10-11-12	100μ Ύπτιο Αγόρια 10-11-12
200μ Ύπτιο Κορίτσια 11-12	200μ Ελεύθερο Αγόρια 10-11-12	100μ Ύπτιο Κορίτσια 10-11-12
800μ Ελεύθερο Αγόρια 12	400μ Μ.Α Κορίτσια 12	400μ Ελεύθερο Αγόρια 11-12
800μ Ελεύθερο Κορίτσια 12	400μ Μ.Α Αγόρια 12	400μ Ελεύθερο Κορίτσια 11-12
200μ Μ.Α Αγόρια 10-11-12	100μ Πρόσθιο Κορίτσια 10-11-12	200μ Πρόσθιο Αγόρια 11-12
200μ Μ.Α Κορίτσια 10-11-12	100μ Πρόσθιο Αγόρια 10-11-12	200μ Πρόσθιο Κορίτσια 11-12
4X50 Ελεύθερο Αγόρια 11-12	4 X 50μ Ελεύθερο Κορίτσια 9-10	4 X 50μ Μ.Ο Αγόρια 9-10-11-12
4X50 Ελεύθερο Κορίτσια 11-12	4 X 50μ Ελεύθερο Αγόρια 9-10	4 X 50μ Μ.Ο Κορίτσια 9-10-11-12