



ΤΕΧΝΙΚΕΣ ΔΙΑΤΑΞΕΙΣ 2019

ΕΠΙΤΡΟΠΗ ΑΘΛΗΤΙΚΟΥ ΣΧΕΔΙΑΣΜΟΥ

Επενδύουμε στο παρόν και στο μέλλον των αθλητών μας

ΔΙΟΙΚΗΤΙΚΟ ΣΥΜΒΟΥΛΙΟ ΣΕΓΑΣ ΘΗΤΕΙΑΣ 2016 - 2020

ΠΑΝΑΓΟΠΟΥΛΟΣ ΚΩΣΤΑΣ	ΠΡΟΕΔΡΟΣ
ΔΗΜΑΚΟΣ ΠΑΝΑΓΙΩΤΗΣ	Α' ΑΝΤΙΠΡΟΕΔΡΟΣ
ΑΡΓΕΙΤΑΚΗ ΠΟΛΥΞΕΝΗ	Β' ΑΝΤΙΠΡΟΕΔΡΟΣ
ΛΙΟΥΜΠΑΣ ΙΩΑΝΝΗΣ	Γ' ΑΝΤΙΠΡΟΕΔΡΟΣ
ΣΕΒΑΣΤΗΣ ΒΑΣΙΛΕΙΟΣ	ΓΕΝΙΚΟΣ ΓΡΑΜΜΑΤΕΑΣ
ΡΑΠΤΗΣ ΑΘΑΝΑΣΙΟΣ	Α' ΕΙΔΙΚΟΣ ΓΡΑΜΜΑΤΕΑΣ
ΚΑΡΔΑΡΑ ΜΑΡΙΚΑ	Β' ΕΙΔΙΚΟΣ ΓΡΑΜΜΑΤΕΑΣ
ΨΩΜΙΑΔΗΣ ΙΩΑΝΝΗΣ	ΤΑΜΙΑΣ
ΧΑΧΑΜΗΣ ΔΗΜΗΤΡΙΟΣ	ΑΝΑΠΛΗΡΩΤΗΣ ΤΑΜΙΑΣ
ΚΑΛΟΖΟΥΜΗΣ ΣΠΥΡΟΣ	ΕΦΟΡΟΣ
ΑΝΤΩΝΑΚΑΚΗΣ ΠΑΝΑΓΙΩΤΗΣ	ΜΕΛΟΣ
ΑΠΟΣΤΟΛΟΠΟΥΛΟΣ ΔΗΜΗΤΡΙΟΣ	ΜΕΛΟΣ
ΒΟΣΣΟΣ ΒΑΣΙΛΕΙΟΣ	ΜΕΛΟΣ
ΚΕΛΛΗΣ ΣΠΥΡΟΣ	ΜΕΛΟΣ
ΜΠΟΛΛΑΣ ΙΩΑΝΝΗΣ	ΜΕΛΟΣ
ΝΙΚΟΛΑΪΔΗΣ ΣΑΒΒΑΣ	ΜΕΛΟΣ
ΠΑΥΛΟΥΣ ΜΙΧΑΗΛ	ΜΕΛΟΣ
ΠΑΧΑΤΟΥΡΙΔΟΥ ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ	ΜΕΛΟΣ
ΠΕΤΣΟΥΛΑΣ ΙΑΚΩΒΟΣ	ΜΕΛΟΣ
ΠΟΥΛΟΠΟΥΛΟΣ ΔΗΜΗΤΡΙΟΣ	ΜΕΛΟΣ
ΦΙΛΙΠΠΑΣ ΒΑΣΙΛΕΙΟΣ	ΜΕΛΟΣ

ΟΜΑΔΑ ΣΥΝΤΑΞΗΣ

Μάρκος Καλούδης

Τεχνικός Υπεύθυνος Ανάπτυξης Σ.Ε.Γ.Α.Σ. (Κρήτη, Δωδεκάνησα, Κυκλάδες, Λέσβος, Χίος-Σάμος).

Στέφανος Ματάκης

Τεχνικός Υπεύθυνος Ανάπτυξης Σ.Ε.Γ.Α.Σ. (Πειραιάς & Νοτιοδυτική Αττική, Αθήνα, Ανατολική Στερεά - Εύβοια, Βόρεια Πελοπόννησος, Περιφέρεια Πελοποννήσου).

Χρήστος Χατζηβασιλείου

Τεχνικός Υπεύθυνος Ανάπτυξης Σ.Ε.Γ.Α.Σ. (Ανατολική Μακεδονία & Θράκη, Θεσσαλονίκη, Κεντρική Μακεδονία).

Χάρης Βαρυτιμιόδης

Τεχνικός Υπεύθυνος Ανάπτυξης Σ.Ε.Γ.Α.Σ. (Δυτική Μακεδονία, Ήπειρος, Θεσσαλία, Κέρκυρα).

ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΑ

ΘΕΜΑ	ΣΕΛΙΔΕΣ
ΔΙΟΙΚΗΤΙΚΟ ΣΥΜΒΟΥΛΙΟ Σ.Ε.Γ.Α.Σ.	2
ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΑ	3
ΠΡΟΛΟΓΟΣ	4 - 5
ΓΕΝΙΚΕΣ ΔΙΑΤΑΞΕΙΣ ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΩΝ ΠΡΩΤΑΘΛΗΜΑΤΩΝ & ΔΙΑΣΥΛΛΟΓΙΚΩΝ ΑΓΩΝΩΝ	6 - 7
ΔΙΑΣΥΛΛΟΓΙΚΟΙ ΑΓΩΝΕΣ ΑΝΑ ΚΑΤΗΓΟΡΙΑ	8 - 18
ΑΓΩΝΙΣΤΙΚΕΣ ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΕΣ Κ12	18 - 19
ΔΙΑΣΥΛΛΟΓΙΚΟΙ ΑΓΩΝΕΣ - ΓΕΝΙΚΕΣ ΔΙΑΤΑΞΕΙΣ	19 - 20
ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΑ ΠΡΩΤΑΘΛΗΜΑΤΑ - ΚΕΝΤΡΙΚΕΣ ΔΙΑΤΑΞΕΙΣ	21 - 24
ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΑ ΠΡΩΤΑΘΛΗΜΑΤΑ ΑΝΑ ΚΑΤΗΓΟΡΙΑ	24 - 29
ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΑ ΠΡΩΤΑΘΛΗΜΑΤΑ - ΓΕΝΙΚΕΣ ΔΙΑΤΑΞΕΙΣ	29 - 33
ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΟ ΠΡΩΤΑΘΛΗΜΑ ΔΡΟΜΟΥ ΣΕ ΑΝΩΜΑΛΟ ΕΔΑΦΟΣ	33 - 34
ΚΟΙΝΕΣ ΓΕΝΙΚΕΣ ΔΙΑΤΑΞΕΙΣ ΔΙΑΣΥΛΛΟΓΙΚΩΝ & ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΩΝ ΠΡΩΤΑΘΛΗΜΑΤΩΝ	34 - 39
ΠΡΙΜΟΔΟΤΗΣΗ ΣΩΜΑΤΕΙΩΝ ΑΠΟ ΕΘΝΙΚΕΣ ΟΜΑΔΕΣ	40
ΔΙΚΑΙΩΜΑ ΣΥΜΜΕΤΟΧΗΣ ΑΝΑΛΟΓΑ ΜΕ ΤΟ ΕΤΟΣ ΓΕΝΝΗΣΗΣ	41 - 44
ΑΓΩΝΙΣΤΙΚΗ ΕΜΦΑΝΙΣΗ ΣΥΛΛΟΓΟΥ	45
ΟΡΙΑ ΣΥΜΜΕΤΟΧΗΣ ΕΥΡΩΠΑΪΚΩΝ & ΠΑΓΚΟΣΜΙΩΝ ΠΡΩΤΑΘΛΗΜΑΤΩΝ	46 - 47
ΟΡΙΑ ΔΙΑΣΥΛΛΟΓΙΚΩΝ ΑΓΩΝΩΝ & ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΩΝ ΠΡΩΤΑΘΛΗΜΑΤΩΝ	48 - 54
ΑΓΩΝΙΣΤΙΚΟ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ RUN GREECE	55
ΒΑΘΜΟΛΟΓΙΑ ΤΕΤΡΑΘΛΩΝ	56 - 57
ΚΑΛΕΝΤΑΡΙ	58 - 59
ΑΓΩΝΙΣΤΙΚΟ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΑΓΩΝΩΝ ΣΕ ΔΗΜΟΣΙΟ ΔΡΟΜΟ & ΒΟΥΝΟ	60- 61
ΔΙΕΘΝΕΙΣ ΑΓΩΝΕΣ ΕΝΤΟΣ ΣΤΑΔΙΟΥ ΜΕ ΤΗΝ ΕΓΚΡΙΣΗ ΤΗΣ ΕΑΑ, ΤΟΥ ΣΕΓΑΣ ΚΑΙ ΕΛΛΗΝΙΚΑ GP	62
ΕΠΙΚΟΙΝΩΝΙΑ	63 - 64
ΕΠΙΤΡΟΠΗ ΑΘΛΗΤΙΚΟΥ ΣΧΕΔΙΑΣΜΟΥ	65
ΣΗΜΕΙΩΣΕΙΣ	66 - 67

2019

**ΠΡΟΤΕΙΝΟΥΜΕ - ΔΙΕΚΔΙΚΟΥΜΕ
- ΣΧΕΔΙΑΖΟΥΜΕ - ΥΛΟΠΟΙΟΥΜΕ**

**Η επόμενη μέρα του ελληνικού στίβου,
μία υπόθεση όλων**

Ο Σ.Ε.Γ.Α.Σ., οι Ε.Α.Σ., τα σωματεία και το σύνολο των ανθρώπων του στίβου, μέσα σε ένα πλαίσιο αगाστής συνεργασίας, ανταλλαγής απόψεων, αναγνώρισης της προσπάθειας όλων των πλευρών και με συνεχή βήματα προόδου δημιουργούμε τις προϋποθέσεις για τη συνέχιση τόσο της ανάπτυξης του σωματειακού αθλητισμού, όσο και της καταξίωσης του ελληνικού στίβου στο παγκόσμιο αθλητικό στερέωμα. Κι' όλα αυτά φυσικά, πάντα, σύμφωνα με τις σύγχρονες εξελίξεις της αθλητικής επιστήμης, αλλά και τα δεδομένα της ελληνικής κοινωνίας.

Η ομοσπονδία μας εδώ και πολλά χρόνια δημιουργεί, ανανεώνει και εκσυγχρονίζει θεσμούς και προγράμματα, που διευρύνουν την παρέμβασή μας στα ευρύτερα κοινωνικά στρώματα, απολαμβάνοντας την καθολική υποστήριξη της ελληνικής πολιτείας, της περιφερειακής - τοπικής αυτοδιοίκησης, των προπονητών, των καταξιωμένων πρωταθλητών, των νεαρών αθλητών μας, αλλά και των οικογενειών τους.

Είναι καθοριστικές δε οι αποφάσεις μας, τόσο για τον ΣΩΜΑΤΕΙΑΚΟ και ΥΨΗΛΟ ΑΘΛΗΤΙΣΜΟ, όσο και για το πλαίσιο λειτουργίας της ομοσπονδίας μας και των Ε.Α.Σ., οι οποίες αποφάσεις αφορούν:

- Τον σχεδιασμό ενός νέου αγωνιστικού πλαισίου, που συνδυάζει αφενός μεν τα σύγχρονα επιστημονικά δεδομένα, αφετέρου δε την εμπειρία της πρακτικής, την ελληνική αθλητική πραγματικότητα, τις αγωνιστικές δυνατότητες των σωματείων μας και τις προτάσεις της πλειοψηφίας των προπονητών μας.
- Τον εκσυγχρονισμό του καταστατικού της ομοσπονδίας μας και τη δημιουργία ειδικού πλαισίου για την εξεύρεση οικονομικών πόρων στις Ε.Α.Σ., κάτι που δίνει στις τελευταίες τις δυνατότητες για νέες πρωτοβουλίες και ουσιαστικές παρεμβάσεις στην αθλητική τους περιφέρεια.
- Τη συνέχιση της στήριξης του προπονητικού έργου των σωματείων.

- Τη στήριξη προπονητών, μέσα από ένα σύστημα οικονομικής επιβράβευσης των αγωνιστικών τους επιτυχιών.
- Το πλαίσιο επιλογής και υποστήριξης νέων - επίλεκτων αθλητών, μέσω των προεθνικών ομάδων.
- Την επιστημονική - υγειονομική υποστήριξη των πρωταθλητών μας.
- Τη διεξαγωγή προπονητικών συγκεντρώσεων σε διάφορες πόλεις της Ελλάδας, με τη στήριξη από την ομοσπονδία μας, αλλά και από τοπικούς φορείς.
- Τη διεξαγωγή διαφόρων μορφών επιμορφωτικών σεμιναρίων, αλλά και τη συμμετοχή με δαπάνες του Σ.Ε.Γ.Α.Σ. προπονητών μας σε σεμινάρια του εξωτερικού.
- Τη συγγραφή εξειδικευμένων προπονητικών συγγραμμάτων, τα οποία θα αποτελέσουν σημαντικό «εργαλείο», στα χέρια των προπονητών.
- Τις σπουδές πρωταθλητών μας σε επιλεγμένα ιδιωτικά εκπαιδευτήρια.
- Την καθιέρωση του θεσμού του «μέντορα» προπονητή, θεσμός ιδιαίτερα σημαντικός ειδικά για τους νέους προπονητές και αθλητές της επαρχίας.
- Την κατασκευή, συντήρηση, αναβάθμιση και εξοπλισμό σταδίων, με πόρους από φορείς που στηρίζουν τον ελληνικό κλασικό αθλητισμό.
- Τη διοργάνωση των πανελληνίων πρωταθλημάτων και όχι μόνο, σύμφωνα με τις διεθνείς προδιαγραφές: Ηλεκτρονικό σύστημα αίθουσας κλήσης, ηλεκτρονική μέτρηση οριζοντίων αλμάτων και ρίψεων, ζωντανή μετάδοση διαδικτυακά (live streaming), άμεση και έγκαιρη ανακοίνωση και δημοσιοποίηση των αποτελεσμάτων (live results) και το ορθά δομημένο, ετήσιο αγωνιστικό πρόγραμμα «καλεντάρι».
- Τη διεξαγωγή ελληνικών meeting, ενταγμένων πλέον στις κατηγορίες της ΕΑΑ.
- Όλα τα παραπάνω σχεδιάζονται, προγραμματίζονται, υλοποιούνται και χρηματοδοτούνται από τον Σ.Ε.Γ.Α.Σ. και τους «εταίρους» του.

Τέλος, τα ποιοτικά και ποσοτικά αποτελέσματα, συνολικά των Εθνικών μας ομάδων, αλλά και ατομικά των πρωταθλητών μας, καθώς και του σωματειακού αθλητισμού, αποδεικνύουν ότι ο ελληνικός στίβος έχει παρόν, αλλά ΚΑΙ μέλλον. Και αυτό γιατί όλοι εμείς οι άνθρωποι του στίβου, σε κάθε γωνιά της πατρίδας μας, θα παραμείνουμε ενωμένοι, αποφασισμένοι και διεκδικητικοί για τα θέματα και τα προβλήματα του ελληνικού κλασικού αθλητισμού.

ΤΕΧΝΙΚΕΣ ΔΙΑΤΑΞΕΙΣ 2019 ΓΕΝΙΚΗ ΠΡΟΚΗΡΥΞΗ

ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΑ ΠΡΩΤΑΘΛΗΜΑΤΑ ΚΑΙ ΔΙΑΣΥΛΛΟΓΙΚΟΙ ΑΓΩΝΕΣ ΑΓΩΝΙΣΤΙΚΗΣ ΠΕΡΙΟΔΟΥ 2019

Ο Σύνδεσμος Ελληνικών Γυμναστικών & Αθλητικών Σωματείων (Σ.Ε.Γ.Α.Σ.), σύμφωνα με τις ισχύουσες νομοθετικές διατάξεις, το καταστατικό της ομοσπονδίας, τον γενικό κανονισμό οργάνωσης και διεξαγωγής πρωταθλημάτων και αγώνων και τέλος των διεθνών κανονισμών της IAAF, εκδίδει τη ΓΕΝΙΚΗ ΠΡΟΚΗΡΥΞΗ ΤΩΝ ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΩΝ ΠΡΩΤΑΘΛΗΜΑΤΩΝ ΚΑΙ ΔΙΑΣΥΛΛΟΓΙΚΩΝ ΑΓΩΝΩΝ ΑΓΩΝΙΣΤΙΚΗΣ ΠΕΡΙΟΔΟΥ 2019.

ΚΕΦΑΛΑΙΟ Α΄ (ΓΕΝΙΚΕΣ ΔΙΑΤΑΞΕΙΣ)

1) ΗΛΙΚΙΕΣ ΤΩΝ ΚΑΤΗΓΟΡΙΩΝ ΓΙΑ ΤΟ 2019:

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

A/A	ΚΑΤΗΓΟΡΙΑΣ	ΗΛΙΚΙΕΣ	ΕΤΗ ΓΕΝΝΗΣΗΣ
1	K12 (ΜΙΝΙ ΠΠ - ΜΙΝΙ ΠΚ)	9 - 10 - 11	2008 - 2009 - 2010
2	K14 (ΠΑΜΠΑΙΔΕΣ Β΄ - ΠΑΓΚΟΡΑΣΙΔΕΣ Β΄)	12 - 13	2006 - 2007
3	K16 (ΠΑΜΠΑΙΔΕΣ Α΄ - ΠΑΓΚΟΡΑΣΙΔΕΣ Α΄)	14 - 15	2004 - 2005
4	K18 (ΠΑΙΔΕΣ - ΚΟΡΑΣΙΔΕΣ)	16 - 17	2002 - 2003
5	K20 (ΕΦΗΒΟΙ - ΝΕΑΝΙΔΕΣ)	18 - 19	2000 - 2001
6	K23 (ΝΕΟΙ - ΝΕΕΣ)	20 - 22	1997 - 1998 - 1999
7	ΑΝΔΡΕΣ - ΓΥΝΑΙΚΕΣ	23 και άνω	1996 και μεγαλύτεροι - ες

2) ΔΙΚΑΙΩΜΑ ΣΥΜΜΕΤΟΧΗΣ ΣΤΑ 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 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 και μετεγγραφών καθώς και της εγκυκλίου 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 (επίσης ισχύει και η ιατρική θεώρηση στην πίσω πλευρά του αθλητικού δελτίου «παλαιάς έκδοσης»). Εάν το σωματείο και οι αθλητές – αθλήτριες, πριν από την έναρξη κάθε αγωνίσματος, δεν προσκομίσουν τα αθλητικά τους δελτία και την κάρτα υγείας αθλητή ιατρικά θεωρημένη (επίσης ισχύει και η ιατρική θεώρηση στην πίσω πλευρά του αθλητικού δελτίου «παλαιάς έκδοσης»), 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) Άλλοδαποί, ομογενείς υπήκοοι κρατών - μελών της Ευρωπαϊκής Ένωσης και λοιποί μη Έλληνες αθλητές δικαιούνται συμμετοχής στα διάφορα πρωταθλήματα και αγώνες (πανελλήνια ή διασυλλογικοί), ΜΟΝΟ σύμφωνα με τους όρους και τις προϋποθέσεις που καθορίζονται από τις διατάξεις του κανονισμού και της εγκυκλίου εγγραφών-μετεγγραφών 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 τους.

δ) Για την τρέχουσα αγωνιστική περίοδο (από 1/10/18 μέχρι 15/10/19) 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:

1) K14 (ΠΑΜΠΑΙΔΕΣ – ΠΑΓΚΟΡΑΣΙΔΕΣ Β΄)

α) Στα Τέτραθλα, στους αντίστοιχους διασυλλογικούς αγώνες.

β) Σε ένα ατομικό αγώνισμα και στη σκυταλοδρομία 4Χ80, στους διασυλλογικούς αγώνες Κ16 (ΠΠ/ΠΚ Α΄).

γ) Σε ένα ΜΟΝΟ αγώνισμα στο πανελλήνιο πρωτάθλημα Κ16 (ΠΠ/ΠΚ Α΄).

2) K16 (ΠΑΜΠΑΙΔΕΣ – ΠΑΓΚΟΡΑΣΙΔΕΣ Α΄)

Σε δύο αγωνίσματα, ανεξάρτητα από το χαρακτήρα που έχουν (ομαδικά ή ατομικά), εκτός από 2 ατομικά αγωνίσματα δρόμων

3) K18 (ΠΑΙΔΕΣ – ΚΟΡΑΣΙΔΕΣ)

α) Σε δύο αγωνίσματα.

β) Στο πανελλήνιο πρωτάθλημα Νέων (Α/Γ), οι γεννηθέντες – γεννηθείσες το 2002 συμμετέχουν σε ένα ατομικό και μία σκυταλοδρομία ή σε δύο σκυταλοδρομίες.

γ) Ειδικά και μόνο για τους διασυλλογικούς αγώνες Α/Γ, συνολικά και τις δύο αγωνιστικές ημέρες, οι Παιδες - Κορασίδες συμμετέχουν σε δύο ατομικά και ένα ομαδικό ή σε δύο ομαδικά και ένα ατομικό αγώνισμα.

4) K20 (ΕΦΗΒΟΙ - ΝΕΑΝΙΔΕΣ)

α) Σε δύο αγωνίσματα.

β) Ειδικά και μόνο για τους διασυλλογικούς αγώνες Α/Γ, συνολικά και τις δύο αγωνιστικές ημέρες, οι Έφηβοι – Νεάνιδες συμμετέχουν σε δύο ατομικά και ένα ομαδικό ή σε δύο ομαδικά και ένα ατομικό αγώνισμα.

5) ΑΝΔΡΕΣ – ΓΥΝΑΙΚΕΣ και Κ23 (ΝΕΟΙ - ΝΕΕΣ)

Σε ΤΡΙΑ (3) αγωνίσματα (δύο ατομικά και ένα ομαδικό ή δύο ομαδικά και ένα ατομικό),

ΣΗΜΕΙΩΣΗ 1: 1) Στα πανελλήνια πρωταθλήματα Κ20 (Ε-Ν) και Κ16 (ΠΠ-ΠΚΑ'), όταν τα ΣΥΝΘΕΤΑ ΑΓΩΝΙΣΜΑΤΑ διεξάγονται τις ίδιες ημερομηνίες με τα ατομικά αγωνίσματα κορμού, οι αθλητές – αθλήτριες που συμμετέχουν στα σύνθετα αγωνίσματα, ΔΕΝ έχουν δικαίωμα να δηλωθούν και να συμμετέχουν σε κανένα άλλο αγώνισμα.

2) Στα πανελλήνια πρωταθλήματα Α/Γ, Κ23 «ΝΕΩΝ (Α/Γ)» και Κ18 (Π/Κ), όταν τα σύνθετα αγωνίσματα διεξάγονται σε διαφορετική ημερομηνία (3-4/8) από τα ατομικά αγωνίσματα της αντίστοιχης κατηγορίας, οι αθλητές – αθλήτριες που συμμετέχουν στα σύνθετα αγωνίσματα, έχουν ΕΠΙΠΛΕΟΝ δικαίωμα συμμετοχής:

- α) Στα πανελλήνια πρωταθλήματα Α/Γ και Κ23 «ΝΕΩΝ (Α/Γ)»:

1) Οι αθλητές – αθλήτριες των κατηγοριών Α/Γ και Κ23 «ΝΕΩΝ (Α/Γ)»: Σε ένα ατομικό και μία σκυταλοδρομία ή σε δύο σκυταλοδρομίες.

2) Οι αθλητές – αθλήτριες της κατηγορίας Κ20 (Ε/Ν): Σε ένα ατομικό ή σε μία σκυταλοδρομία.

- β) Στο πανελλήνιο πρωτάθλημα Κ18 (Π/Κ): Σε ένα ατομικό ή σε μία σκυταλοδρομία.

3) Στους διασυλλογικούς αγώνες η συμμετοχή στα ΣΥΝΘΕΤΑ αγωνίσματα, είναι ανεξάρτητη από τη συμμετοχή στους διασυλλογικούς αγώνες των ατομικών αγωνισμάτων.

ΣΗΜΕΙΩΣΗ 2: Ειδικά για τα αγωνίσματα των ΣΚΥΤΑΛΟΔΡΟΜΙΩΝ, τα σωματεία πρέπει να δηλώσουν ΥΠΟΧΡΕΩΤΙΚΑ, το ανώτερο μέχρι 8 αθλητές – αθλήτριες για κάθε σκυταλοδρομία.

• Αθλητές – αθλήτριες που δεν είναι δηλωμένοι στα αγωνίσματα των σκυταλοδρομιών, δεν μπορούν σε καμία περίπτωση να συμμετάσχουν 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.

Π.χ. στο πανελλήνιο πρωτάθλημα Κ18 (Π/Κ) οι αθλητές – αθλήτριες έχουν δικαίωμα συμμετοχής σε δύο συνολικά αγωνίσματα.

• Σύμφωνα με τα παραπάνω οι αθλητές – αθλήτριες μπορούν να δηλωθούν το ανώτερο σε δύο ατομικά αγωνίσματα (εάν φυσικά έχουν πετύχει τα αντίστοιχα όρια – προϋποθέσεις συμμετοχής) και ΕΠΙΠΛΕΟΝ σε μία ή δύο σκυταλοδρομίες και ανάλογα να επιλέξουν σε ποια αγωνίσματα τελικά θα αγωνιστούν, σύμφωνα με τα ωράρια της αίθουσας κλήσης του κάθε πρωταθλήματος.

• Σε κάθε περίπτωση όμως κανένας αθλητής – αθλήτρια και σε καμία περίπτωση, δεν μπορεί να αγωνιστεί σε παραπάνω αγωνίσματα από αυτά που αριθμητικά προβλέπονται για την κατηγορία του.

ΚΕΦΑΛΑΙΟ Β' (ΔΙΑΣΥΛΛΟΓΙΚΟΙ ΑΓΩΝΕΣ)

1) ΓΕΝΙΚΑ

Οι διασυλλογικοί αγώνες διεξάγονται με τη μέριμνα και την ευθύνη των διοργανωτριών Ε.Α.Σ. και σύμφωνα με τις αποφάσεις του Σ.Ε.Γ.Α.Σ.

Οι διασυλλογικοί αγώνες αποτελούν πρόκριση και συνέχεια για τα πανελλήνια πρωταθλήματα. Η πρόκριση και συνέχεια αφορά όλα ανεξαιρέτως τα αγωνίσματα, ανεξάρτητα από τις προδιαγραφές διεξαγωγής τους (αποστάσεις – βάρη οργάνων – ύψη εμπόδιων).

Μετά από πρόταση της επιτροπής αθλητικού σχεδιασμού (ΕΠ.Α.Σ.) και απόφαση του Δ.Σ. του Σ.Ε.Γ.Α.Σ. μπορεί να δημιουργηθούν όμιλοι και σε εκείνους τους αγώνες που διεξάγονται σε επίπεδο Ε.Α.Σ. Είναι επίσης δυνατή η διεξαγωγή δύο διασυλλογικών αγώνων σε ένα κοινό οργανωτικό.

Οι ημερομηνίες διεξαγωγής των αγώνων καθορίζονται στο κεντρικό αγωνιστικό πρόγραμμα του Σ.Ε.Γ.Α.Σ. Δεν επιτρέπεται καμία αλλαγή ημερομηνίας, εκτός εάν ζητηθεί εγγράφως από τον Σ.Ε.Γ.Α.Σ. - Επιτροπή Αθλητικού Σχεδιασμού, ειδική άδεια αλλαγής της ημερομηνίας και αυτή εγκριθεί.

Οι πόλεις διεξαγωγής των διασυλλογικών αγώνων ορίζονται από τον Σ.Ε.Γ.Α.Σ. χωρίς την δυνατότητα αλλαγής από τις Ε.Α.Σ.

Σε όσες Ε.Α.Σ. υπάρχει φώτο-φίνις όλοι οι διασυλλογικοί αγώνες, των κατηγοριών Κ16 (ΠΠ/ΠΚ Α'), Κ18 (Π/Κ) και Α/Γ, πρέπει απαραίτητα να διεξάγονται με φώτο – φίνις.

Όσες διοργανώτριες Ε.Α.Σ. δεν έχουν φώτο-φίνις, σε συνεργασία με τον Σ.Ε.Γ.Α.Σ. - γραφείο ανάπτυξης, θα προγραμματίζονται χρονικά οι αγώνες τους ώστε εάν υπάρχει η δυνατότητα να μετακινηθεί φώτο-φίνις από γειτονική Ε.Α.Σ. ή από τον Σ.Ε.Γ.Α.Σ.

2) ΣΥΜΜΕΤΟΧΗ ΑΝΑΛΟΓΑ ΜΕ ΤΗΝ ΗΛΙΚΙΑ:

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

ΚΑΤΗΓΟΡΙΑ	Κ16 (ΠΠΑ' - ΠΚΑ')	Κ18 (Π-Κ)	Α-Γ
Κ14 (ΠΠ - ΠΚ Β')	ΝΑΙ *	ΟΧΙ	ΟΧΙ
Κ16 (ΠΠ - ΠΚ Α')	ΝΑΙ	ΝΑΙ	ΟΧΙ
Κ18 (Π - Κ)	ΟΧΙ	ΝΑΙ	ΝΑΙ
Κ20 (Ε - Ν)	ΟΧΙ	ΟΧΙ	ΝΑΙ
Κ23 (Ν - Ν)	ΟΧΙ	ΟΧΙ	ΝΑΙ
Α - Γ	ΟΧΙ	ΟΧΙ	ΝΑΙ

Όπου ΝΑΙ* αναφερόμαστε στους ΠΠ - ΠΚ Β' της τελευταίας χρονιάς (2006)

ΤΕΧΝΙΚΕΣ ΔΙΑΤΑΞΕΙΣ 2019

3) 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 ΚΑΙ ΠΡΟΚΡΙΣΗΣ ΓΙΑ ΤΑ ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΑ ΠΡΩΤΑΘΛΗΜΑΤΑ

ΚΕΦΑΛΑΙΟ Γ΄

Γ1. ΔΙΑΣΥΛΛΟΓΙΚΟΙ ΑΓΩΝΕΣ ΑΝΔΡΩΝ - ΓΥΝΑΙΚΩΝ

1) **ΟΜΙΛΟΙ:** Διεξάγονται σε ΕΝΔΕΚΑ (11) ομίλους, σύμφωνα με τον παρακάτω πίνακα και συμμετέχουν όλα τα σωματεία του Σ.Ε.Γ.Α.Σ.

- Οι αγώνες διεξάγονται σε **δύο αγωνιστικές ημέρες** (σε ένα κύκλο για κάθε αγωνιστική) με χρονική απόσταση μεταξύ τους τουλάχιστον μιας εβδομάδας, εκτός από τις Ε.Α.Σ. του Αυγαίου* που οι αγώνες διεξάγονται σε ΕΝΑ Σαββατοκύριακο.
- Οι πόλεις διεξαγωγής των αγώνων κάθε ομίλου, 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 μετακινουμένων αθλητών και τέλος τις προδιαγραφές και την υλικότεχνική υποδομή των σταδίων διεξαγωγής.

1	ΑΝΑΤΟΛΙΚΗ ΜΑΚΕΔΟΝΙΑ & ΘΡΑΚΗ - ΠΕΛΛΑ / ΚΙΛΚΙΣ
2	ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗ – ΠΙΕΡΙΑ / ΗΜΑΘΙΑ
3	ΘΕΣΣΑΛΙΑ – ΗΠΕΙΡΟΣ - ΔΥΤΙΚΗ ΜΑΚΕΔΟΝΙΑ - ΚΕΡΚΥΡΑ
4	ΒΟΡΕΙΑ ΠΕΛΟΠΟΝΝΗΣΟΣ - ΠΕΡΙΦΕΡΕΙΑ ΠΕΛΟΠΟΝΝΗΣΟΥ
5	ΠΕΙΡΑΙΑΣ & ΝΟΤΙΟΔΥΤΙΚΗ ΑΤΤΙΚΗ – ΑΝΑΤΟΛΙΚΗ ΣΤΕΡΕΑ ΕΥΒΟΙΑ
6	ΑΘΗΝΑ
7	ΚΡΗΤΗ
8	*ΔΩΔΕΚΑΝΗΣΑ
9	*ΚΥΚΛΑΔΕΣ
10	*ΛΕΣΒΟΣ
11	*ΧΙΟΣ / ΣΑΜΟΣ

2) ΑΓΩΝΙΣΜΑΤΑ

ΑΝΔΡΩΝ: 100 – 200 – 400 – 800 – 1.500 – 5.000 – 3.000 Φ.Ε. – 10.000 ΒΑΔΗΝ – 110 ΕΜΠ. – 400 ΕΜΠ. – ΥΨΟΣ – ΕΠΙ ΚΟΝΤΩ – ΜΗΚΟΣ – ΤΡΙΠΛΟΥΝ – ΣΦΑΙΡΟΒΟΛΙΑ – ΔΙΣΚΟΒΟΛΙΑ – ΣΦΥΡΟΒΟΛΙΑ – ΑΚΟΝΤΙΣΜΟΣ – ΔΕΚΑΘΛΟ – 4x100 – 4x400.

ΓΥΝΑΙΚΩΝ: 100 – 200 – 400 – 800 – 1.500 – 5.000 – 3.000 Φ.Ε. – 10.000 ΒΑΔΗΝ – 100 ΕΜΠ. – 400 ΕΜΠ. – ΥΨΟΣ – ΕΠΙ ΚΟΝΤΩ – ΜΗΚΟΣ – ΤΡΙΠΛΟΥΝ – ΣΦΑΙΡΟΒΟΛΙΑ – ΔΙΣΚΟΒΟΛΙΑ – ΣΦΥΡΟΒΟΛΙΑ – ΑΚΟΝΤΙΣΜΟΣ – ΕΠΤΑΘΛΟ – 4x100 – 4x400.

ΑΓΩΝΙΣΜΑΤΑ Α΄ ΗΜΕΡΑΣ

ΑΝΔΡΩΝ: * 100 – 400 – 1.500 – 3.000 Φ.Ε. – 110 ΕΜΠ. – ΥΨΟΣ – ΤΡΙΠΛΟΥΝ – ΣΦΑΙΡΟΒΟΛΙΑ – ΔΙΣΚΟΒΟΛΙΑ – 4 Χ 100

ΓΥΝΑΙΚΩΝ: * 100 – 400 – 1.500 – 3.000 Φ.Ε. – 100 ΕΜΠ. – ΕΠΙ ΚΟΝΤΩ – ΜΗΚΟΣ – ΣΦΥΡΟΒΟΛΙΑ – ΑΚΟΝΤΙΣΜΟΣ – 4 Χ 100

ΑΓΩΝΙΣΜΑΤΑ Β΄ ΗΜΕΡΑΣ

ΑΝΔΡΩΝ: * 200 – 800 – 5.000 – 10.000 ΒΑΔΗΝ – 400 ΕΜΠ. – ΕΠΙ ΚΟΝΤΩ – ΜΗΚΟΣ – ΣΦΥΡΟΒΟΛΙΑ – ΑΚΟΝΤΙΣΜΟΣ – 4 Χ 400

ΓΥΝΑΙΚΩΝ: * 200 – 800 – 5.000 – 10.000 ΒΑΔΗΝ – 400 ΕΜΠ. – ΥΨΟΣ – ΤΡΙΠΛΟΥΝ – ΣΦΑΙΡΟΒΟΛΙΑ – ΔΙΣΚΟΒΟΛΙΑ – 4 Χ 400

Στα αγωνίσματα 100 & 200 Α/Γ, εάν ο αριθμός των τελικών συμμετοχών είναι μεγαλύτερος από 16, τότε θα προβλέπονται αρχικά προκριματικές σειρές και στη συνέχεια θα διεξάγεται ο τελικός ή τελικές σειρές ανάλογα με τον αριθμό των προκριματικών σειρών.

Τα αγωνίσματα του Βάδην και κάποια 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 τη θέση του κλωβού ρίψεων (βοηθητικό ή κεντρικό στάδιο)

3) ΚΑΤΗΓΟΡΙΕΣ ΚΑΙ ΗΛΙΚΙΕΣ ΠΟΥ ΣΥΜΜΕΤΕΧΟΥΝ ΚΑΙ ΑΞΙΟΛΟΓΟΥΝΤΑΙ:

- Συμμετέχουν και αξιολογούνται οι αθλητές – τριες από 16 ετών και μεγαλύτεροι – ες:

ΑΝΔΡΩΝ - ΓΥΝΑΙΚΩΝ	1996 και μεγαλύτεροι-ρες
Κ23 (ΝΕΩΝ Α/Γ)	1997 - 1999
Κ20 (ΕΦΗΒΩΝ - ΝΕΑΝΙΔΩΝ)	2000 - 2001
Κ18 (ΠΑΙΔΩΝ - ΚΟΡΑΣΙΔΩΝ)	2002 - 2003

ΤΕΧΝΙΚΕΣ ΔΙΑΤΑΞΕΙΣ 2019

γ) Θα ισχύσει και φέτος το σύστημα πρωμοδότησης υψηλών επιδόσεων για τους διασυλλογικούς αγώνες ανδρών – γυναικών.

Έτσι οι αθλητές - τριες που θα πετύχουν επιδόσεις ίσες ή καλλίτερες από αυτές του πίνακα πρωμοδότησης υψηλών επιδόσεων, θα παίρνουν τους ανώτερους βαθμούς της βαθμολογικής κλίμακας, ανάλογα και με τη θέση κατάταξης 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. 5.50 μ. και όριο βαθμολόγησης π.χ. 5.00 μ.

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

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

δ) ΓΕΝΙΚΗ ΠΑΡΑΤΗΡΗΣΗ ΓΙΑ ΤΗ ΒΑΘΜΟΛΟΓΙΑ σε όσα αγωνίσματα διεξάγεται προκριματικός και στη συνέχεια τελικός:

1) Όταν στον τελικό ένας ή περισσότεροι αθλητές δεν τερματίσουν ή δεν συμμετέχουν ή κάνουν άκυρες προσπάθειες, όπως επίσης και σε κάθε περίπτωση που από τον κανονισμό δεν υπάρχει κατάταξη, αυτοί ΔΕΝ θα βαθμολογούνται.

Οι αντίστοιχοι βαθμοί δεν θα δίδονται σε κανέναν άλλον αθλητή - τρια και η βαθμολογία θα συνεχίζεται για τις υπόλοιπες θέσεις της 16άδας, όπως θα έχουν προκύψει από τον προκριματικό και τον τελικό, με τους βαθμούς που αντιστοιχούν σε αυτές τις θέσεις.

Παράδειγμα: Στον τελικό των 200 μ. τερμάτισαν 5 από τους 8 αθλητές. Η βαθμολογία έχει ως εξής: 13 – 11 – 10 – 9 – 8 για τους αθλητές του τελικού και 4 – 3 – 2 – 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. Επιπλέον οι αθλητές - τριες που πέτυχαν τα όρια βαθμολόγησης και κατετάγησαν μετά τη 16η θέση θα παίρνουν από 1 βαθμό.

2) Όταν στον τελικό ένας ή περισσότεροι αθλητές – τριες 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.

Γ. 2) ΔΙΑΣΥΛΛΟΓΙΚΟΙ ΑΓΩΝΕΣ Κ18 (ΠΑΙΔΩΝ – ΚΟΡΑΣΙΔΩΝ):

1) ΟΜΙΛΟΙ:

Διεξάγονται σε δεκατέσσερις (14) 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 μία ημέρα, σε έναν ή δύο το πολύ κύκλους.

1	ΑΝΑΤΟΛΙΚΗ ΜΑΚΕΔΟΝΙΑ & ΘΡΑΚΗ
2	ΚΕΝΤΡΙΚΗ ΜΑΚΕΔΟΝΙΑ
3	ΗΠΕΙΡΟΣ – ΔΥΤΙΚΗ ΜΑΚΕΔΟΝΙΑ - ΚΕΡΚΥΡΑ
4	ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗ
5	ΒΟΡΕΙΑ ΠΕΛΟΠΟΝΝΗΣΟΣ
6	ΠΕΡΙΦΕΡΕΙΑ ΠΕΛΟΠΟΝΝΗΣΟΥ
7	ΑΝΑΤΟΛΙΚΗ ΑΤΤΙΚΗ (πρώην) - ΒΟΙΩΤΙΑ / ΕΥΒΟΙΑ (πρώην)
8	ΑΘΗΝΑ - ΠΕΙΡΑΙΑΣ / ΝΟΤΙΟΔΥΤΙΚΗ ΑΤΤΙΚΗ
9	ΘΕΣΣΑΛΙΑ – ΑΝΑΤΟΛΙΚΗ ΣΤΕΡΕΑ (πρώην)
10	ΛΕΣΒΟΣ
11	ΧΙΟΣ / ΣΑΜΟΣ
12	ΚΥΚΛΑΔΕΣ
13	ΔΩΔΕΚΑΝΗΣΑ
14	ΚΡΗΤΗ

2) ΑΓΩΝΙΣΜΑΤΑ

ΠΑΙΔΩΝ: 100 – 200 – 400 – 800 – 1.500 – 3.000 – 2.000 Φ.Ε – 10.000 ΒΑΔΗΝ – 110 ΕΜΠ. – 400 ΕΜΠ. – ΥΨΟΣ- ΕΠΙ ΚΟΝΤΩ – ΜΗΚΟΣ – ΤΡΙΠΛΟΥΝ – ΣΦΑΙΡΟΒΟΛΙΑ – ΔΙΣΚΟΒΟΛΙΑ – ΣΦΥΡΟΒΟΛΙΑ – ΑΚΟΝΤΙΣΜΟΣ-ΔΕΚΑΘΛΟ – 4Χ100 – 4Χ400.

ΚΟΡΑΣΙΔΩΝ: 100 – 200 – 400 – 800 – 1.500 – 3.000 – 2.000 Φ.Ε – 5.000 ΒΑΔΗΝ- 100 ΕΜΠ. – 400ΕΜΠ. – ΥΨΟΣ- ΕΠΙ ΚΟΝΤΩ – ΜΗΚΟΣ – ΤΡΙΠΛΟΥΝ – ΣΦΑΙΡΟΒΟΛΙΑ – ΔΙΣΚΟΒΟΛΙΑ – ΣΦΥΡΟΒΟΛΙΑ – ΑΚΟΝΤΙΣΜΟΣ- ΕΠΤΑΘΛΟ – 4Χ100 – 4Χ400.

3) ΚΑΤΗΓΟΡΙΕΣ ΚΑΙ ΗΛΙΚΙΕΣ ΠΟΥ ΣΥΜΜΕΤΕΧΟΥΝ:

Κ18 (ΠΑΙΔΩΝ – ΚΟΡΑΣΙΔΩΝ) 2002 – 2003

Κ16 (ΠΑΜΠΑΙΔΩΝ – ΠΑΓΚΟΡΑΣΙΔΩΝ Α΄) 2004 – 2005

4) ΑΡΙΘΜΗΤΙΚΗ ΣΥΜΜΕΤΟΧΗ ΣΤΑ ΑΓΩΝΙΣΜΑΤΑ:

Κ18 (ΠΑΙΔΕΣ – ΚΟΡΑΣΙΔΕΣ): Σε δύο αγωνίσματα.

Κ16 (ΠΑΜΠΑΙΔΕΣ – ΠΑΓΚΟΡΑΣΙΔΕΣ Α΄): Οι αθλητές-τριες της κατηγορίας Κ16 (ΠΠ – ΠΚ Α΄) μπορούν να δηλωθούν και να συμμετέχουν μόνο σε δύο από τα παρακάτω αγωνίσματα (**εκτός από δύο ατομικά αγωνίσματα δρόμων**).

ΠΑΜΠΑΙΔΕΣ Α΄ 2004: 100 – 200 – 400 – 800 – 1.500 – 3.000 – 110 ΕΜΠ. – 400 ΕΜΠ. – 10.000 ΒΑΔΗΝ – ΥΨΟΣ – ΕΠΙ ΚΟΝΤΩ – ΜΗΚΟΣ – ΤΡΙΠΛΟΥΝ – ΣΦΑΙΡΑ – ΔΙΣΚΟΣ – ΣΦΥΡΑ – ΑΚΟΝΤΙΟ – 4Χ100 – 4Χ400.

ΠΑΜΠΑΙΔΕΣ Α΄ 2005: 100 – 200 – 800 – 1.500 – 3.000 – ΥΨΟΣ – ΕΠΙ ΚΟΝΤΩ – ΜΗΚΟΣ – ΤΡΙΠΛΟΥΝ – 4 Χ 100

ΠΑΓΚΟΡΑΣΙΔΕΣ Α΄ 2004: 100 – 200 – 400 – 800 – 1.500 – 3.000 – 100 ΕΜΠ. – 400 ΕΜΠ. – 5.000 ΒΑΔΗΝ – ΥΨΟΣ – ΕΠΙ ΚΟΝΤΩ – ΜΗΚΟΣ – ΣΦΑΙΡΑ – ΔΙΣΚΟΣ – ΣΦΥΡΑ – ΑΚΟΝΤΙΟ – 4Χ100 – 4Χ400.

ΠΑΓΚΟΡΑΣΙΔΕΣ Α΄ 2005: 100 – 200 – 800 – 1.500 – 3.000 – 5.000 ΒΑΔΗΝ – ΥΨΟΣ – ΕΠΙ ΚΟΝΤΩ – ΜΗΚΟΣ – ΣΦΑΙΡΑ – ΔΙΣΚΟΣ – ΣΦΥΡΑ – ΑΚΟΝΤΙΟ – 4 Χ 100.

5) ΒΑΘΜΟΛΟΓΙΑ – ΑΞΙΟΛΟΓΗΣΗ:

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

α) Εάν οι αθλητές – τριες ή οι ομάδες σκυταλοδρομίας που θα πετύχουν το όριο είναι ΔΕΚΑΤΕΣΣΕΡΙΣ (14), η βαθμολογία στα ατομικά αγωνίσματα θα είναι 11-9-8-7-6-5-4-3-2-1-1-1-1-1 και στις σκυταλοδρομίες 22-18-16-14-12-10-8-6-4-2-2-2-2-2.

Εάν όμως οι αθλητές – τριες ή οι ομάδες που πέτυχαν τα όρια είναι λιγότερες από δέκα (10), 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 ΒΑΘΜΟΛΟΓΟΥΝΤΑΙ:	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 **ΕΝΑΝ (1) βαθμό** στα ατομικά και **ΔΥΟ (2) βαθμούς** στις σκυταλοδρομίες.

ΤΕΧΝΙΚΕΣ ΔΙΑΤΑΞΕΙΣ 2019

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

β) Θα ισχύσει και φέτος το σύστημα προμοδότησης υψηλών επιδόσεων για τους διασυλλογικούς αγώνες.

Έτσι οι αθλητές - τριες που θα πετύχουν επιδόσεις ίσες ή καλλίτερες από αυτές του πίνακα προμοδότησης 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.λ.π. στα ατομικά και 22-18-16-14-12-10-8-6-4-2-2 κ.λ.π. 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 παιδών είχαμε τα παρακάτω αποτελέσματα:

Σημ: Υψηλή επίδοση π.χ. 6.35 μ. και όριο βαθμολόγησης π.χ. 5.40 μ.

1ος νικητής	7.16	βαθμοί	11
2ος >>	6.50	>>	9
3ος >>	5.69	>>	2
4ος >>	5.50	>>	1
5ος >>	5.39	>>	-

Με βάση τον παραπάνω τρόπο βαθμολογίας θα ανακηρύσσεται ο νικητής σύλλογος για κάθε κατηγορία (π.χ. νικητής σύλλογος στους διασυλλογικούς αγώνες στην κατηγορία Κ18 (Παιδών) και ξεχωριστά στην κατηγορία Κ18 (Κορασίδων) κ.λπ.).

Γ3) ΔΙΑΣΥΛΛΟΓΙΚΟΙ ΑΓΩΝΕΣ Κ16 (ΠΑΜΠΑΙΔΩΝ Α' – ΠΑΓΚΟΡΑΣΙΔΩΝ Α'):

1) ΟΜΙΛΟΙ

Διεξάγονται σε δεκατέσσερις (14) 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 έναν κύκλο.

1	ΑΝΑΤΟΛΙΚΗ ΜΑΚΕΔΟΝΙΑ & ΘΡΑΚΗ
2	ΚΕΝΤΡΙΚΗ ΜΑΚΕΔΟΝΙΑ
3	ΗΠΕΙΡΟΣ – ΔΥΤΙΚΗ ΜΑΚΕΔΟΝΙΑ - ΚΕΡΚΥΡΑ
4	ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗ
5	ΒΟΡΕΙΑ ΠΕΛΟΠΟΝΝΗΣΟΣ
6	ΠΕΡΙΦΕΡΕΙΑ ΠΕΛΟΠΟΝΝΗΣΟΥ
7	ΑΝΑΤΟΛΙΚΗ ΑΤΤΙΚΗ (πρώην) - ΒΟΙΩΤΙΑ / ΕΥΒΟΙΑ (πρώην)
8	ΑΘΗΝΑ - ΠΕΙΡΑΙΑΣ / ΝΟΤΙΟΔΥΤΙΚΗ ΑΤΤΙΚΗ
9	ΘΕΣΣΑΛΙΑ – ΑΝΑΤΟΛΙΚΗ ΣΤΕΡΕΑ (πρώην)
10	* ΛΕΣΒΟΣ
11	* ΧΙΟΣ / ΣΑΜΟΣ
12	* ΚΥΚΛΑΔΕΣ
13	* ΔΩΔΕΚΑΝΗΣΑ
14	* ΚΡΗΤΗ

*Οι διασυλλογικοί αγώνες Κ16 (ΠΠ/ΠΚ Α') 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.

2) ΑΓΩΝΙΣΜΑΤΑ:

ΠΑΜΠΑΙΔΩΝ Α' : 80 – 150 – 300 – 600 - 1.000 - 3.000 - 5.000 ΒΑΔΗΝ - 100 ΕΜΠ. - 300 ΕΜΠ. – ΥΨΟΣ- ΕΠΙ ΚΟΝΤΩ - ΜΗΚΟΣ - ΤΡΙΠΛΟΥΝ – ΣΦΑΙΡΟΒΟΛΙΑ – ΔΙΣΚΟΒΟΛΙΑ – ΣΦΥΡΟΒΟΛΙΑ - ΑΚΟΝΤΙΣΜΟΣ- ΕΞΑΘΛΟ - 4Χ80 – 4Χ300.

ΠΑΓΚΟΡΑΣΙΔΩΝ Α' : 80 – 150 – 300 – 600 - 1.000 - 2.000 - 3.000 ΒΑΔΗΝ - 80 ΕΜΠ. – 300 ΕΜΠ. – ΥΨΟΣ- ΕΠΙ ΚΟΝΤΩ - ΜΗΚΟΣ – ΣΦΑΙΡΟΒΟΛΙΑ – ΔΙΣΚΟΒΟΛΙΑ – ΣΦΥΡΟΒΟΛΙΑ – ΑΚΟΝΤΙΣΜΟΣ- ΠΕΝΤΑΘΛΟ - 4Χ80 – 4Χ300.

3) ΚΑΤΗΓΟΡΙΕΣ ΚΑΙ ΗΛΙΚΙΕΣ ΠΟΥ ΣΥΜΜΕΤΕΧΟΥΝ:

- Κ16 (ΠΑΜΠΑΙΔΩΝ – ΠΑΓΚΟΡΑΣΙΔΩΝ Α') 2004 – 2005

- Κ14 (ΠΑΜΠΑΙΔΩΝ – ΠΑΓΚΟΡΑΣΙΔΩΝ Β') 2006

4) ΑΡΙΘΜΗΤΙΚΗ ΣΥΜΜΕΤΟΧΗ ΣΤΑ ΑΓΩΝΙΣΜΑΤΑ:

K16 (ΠΑΜΠΑΙΔΕΣ – ΠΑΓΚΟΡΑΣΙΔΕΣ Α΄): Σε δύο αγωνίσματα, εκτός από δύο ατομικά αγωνίσματα δρόμων.

K14 (ΠΑΜΠΑΙΔΕΣ – ΠΑΓΚΟΡΑΣΙΔΕΣ Β΄): Σε ΕΝΑ ατομικό αγώνισμα και στη σκυταλοδρομία 4Χ80 και σύμφωνα με τα παρακάτω:

ΠΑΜΠΑΙΔΕΣ Β΄ (2006): 80 – 150 – 1.000 – ΥΨΟΣ – ΕΠΙ ΚΟΝΤΩ – ΜΗΚΟΣ – ΣΦΑΙΡΑ – ΔΙΣΚΟΣ – ΑΚΟΝΤΙΟ – ΣΦΥΡΑ – 4Χ80

ΠΑΓΚΟΡΑΣΙΔΕΣ Β΄ (2006): 80 – 150 – 1.000 – 3.000 ΒΑΔΗΝ – ΥΨΟΣ – ΕΠΙ ΚΟΝΤΩ – ΜΗΚΟΣ – ΣΦΑΙΡΑ – ΔΙΣΚΟΣ – ΑΚΟΝΤΙΟ – ΣΦΥΡΑ – 4Χ80

5) ΒΑΘΜΟΛΟΓΙΑ – ΑΞΙΟΛΟΓΗΣΗ:

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

α) Εάν οι αθλητές – τριες ή οι ομάδες σκυταλοδρομίας που θα πετύχουν το όριο είναι **ΔΩΔΕΚΑ (12)**, η βαθμολογία στα ατομικά αγωνίσματα θα είναι **9-7-6-5-4-3-2-1-1-1-1-1** και στις σκυταλοδρομίες **18-14-12-10-8-6-4-2-2-2-2-2**.

Εάν όμως οι αθλητές – τριες ή οι ομάδες που πέτυχαν τα όρια είναι λιγότερες από οκτώ (8), τότε η κλίμακα των βαθμών που θα δίνονται θα είναι φθίνουσα προς τα κάτω, διατηρούμενης της διαφοράς των βαθμών του πρώτου από το δεύτερο νικητή (2 β. στα ατομικά και 4 β. στις σκυταλοδρομίες).

ΕΑΝ ΠΕΤΥΧΟΥΝ ΤΑ ΟΡΙΑ ΚΑΙ ΒΑΘΜΟΛΟΓΟΥΝΤΑΙ:	Η ΚΛΙΜΑΚΑ ΒΑΘΜΟΛΟΓΙΑΣ ΘΑ ΕΙΝΑΙ	
	ΣΤΑ ΑΤΟΜΙΚΑ	ΣΤΙΣ ΣΚΥΤΑΛΟΔΡΟΜΙΕΣ
12	9-7-6-5-4-3-2-1-1-1-1-1	18-14-12-10-8-6-4-2-2-2-2-2
11	9-7-6-5-4-3-2-1-1-1-1	18-14-12-10-8-6-4-2-2-2-2
10	9-7-6-5-4-3-2-1-1-1	18-14-12-10-8-6-4-2-2-2
9	9-7-6-5-4-3-2-1-1	18-14-12-10-8-6-4-2-2
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 12η θέση, θα παίρνει ΕΝΑ (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: 9-7-6-5-4-3-2-1-1-1-1-1-1-1-1-1-1 και 18-14-12-10-8-6-4-2-2-2-2-2-2-2-2-2-2-2.

β) Θα ισχύσει και φέτος το σύστημα προμοδότησης υψηλών επιδόσεων για τους διασυλλογικούς αγώνες.

Έτσι οι αθλητές – τριες που θα πετύχουν επιδόσεις ίσες ή καλλίτερες από αυτές του πίνακα προμοδότησης υψηλών επιδόσεων, θα παίρνουν τους ανώτερους βαθμούς της βαθμολογικής κλίμακας, ανάλογα και με τη θέση κατάταξής τους: **9-7-6-5-4-3-2-1-1 κ.λπ.** στα ατομικά και **18-14-12-10-8-6-4-2-2 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 ΠΠ Α΄ είχαμε τα παρακάτω αποτελέσματα :

Σημ: Υψηλή επίδοση π.χ. 5.80 μ. και όριο βαθμολόγησης π.χ. 5.10 μ.

1ος νικητής	6.16	βαθμοί	9
2ος >>	5.80	>>	7
3ος >>	5.29	>>	2
4ος >>	5.20	>>	1
5ος >>	5.00	>>	-

Με βάση τον παραπάνω τρόπο βαθμολογίας θα ανακηρύσσεται, νικητής σύλλογος για κάθε κατηγορία (π.χ. νικητής σύλλογος στους διασυλλογικούς αγώνες στην κατηγορία K16 (ΠΠ Α΄) και ξεχωριστά στην κατηγορία K16 (ΠΚ Α΄) κ.λπ.).

ΤΕΧΝΙΚΕΣ ΔΙΑΤΑΞΕΙΣ 2019

Γ.4 ΔΙΑΣΥΛΛΟΓΙΚΟΙ ΑΓΩΝΕΣ ΣΥΝΘΕΤΩΝ ΑΓΩΝΙΣΜΑΤΩΝ ΑΝΔΡΩΝ - ΓΥΝΑΙΚΩΝ ΚΑΙ Κ18 (ΠΑΙΔΩΝ - ΚΟΡΑΣΙΔΩΝ)

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.

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

2) ΑΓΩΝΙΣΜΑΤΑ:

ΔΕΚΑΘΛΟ ΑΝΔΡΩΝ

Α΄ ΗΜΕΡΑ: 100 – ΜΗΚΟΣ – ΣΦΑΙΡΟΒΟΛΙΑ – ΥΨΟΣ - 400

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

ΕΠΤΑΘΛΟ ΓΥΝΑΙΚΩΝ:

Α΄ ΗΜΕΡΑ: 100 ΕΜΠ – ΥΨΟΣ – ΣΦΑΙΡΟΒΟΛΙΑ - 200

Β΄ ΗΜΕΡΑ: ΜΗΚΟΣ – ΑΚΟΝΤΙΣΜΟΣ – 800.

• ΚΑΤΗΓΟΡΙΕΣ ΚΑΙ ΗΛΙΚΙΕΣ ΠΟΥ ΣΥΜΜΕΤΕΧΟΥΝ:

- ΑΝΔΡΩΝ - ΓΥΝΑΙΚΩΝ 1996 και μεγαλύτεροι - ρεζ
- Κ23 (ΝΕΩΝ Α/Γ) 1997 - 1999
- Κ20 (ΕΦΗΒΩΝ – ΝΕΑΝΙΔΩΝ) 2000 - 2001

ΔΕΚΑΘΛΟ Κ18 (ΠΑΙΔΩΝ):

Α΄ ΗΜΕΡΑ: 100 – ΜΗΚΟΣ – ΣΦΑΙΡΟΒΟΛΙΑ – ΥΨΟΣ - 400

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

ΕΠΤΑΘΛΟ Κ18 (ΚΟΡΑΣΙΔΩΝ):

Α΄ ΗΜΕΡΑ: 100 ΕΜΠ – ΥΨΟΣ – ΣΦΑΙΡΟΒΟΛΙΑ - 200

Β΄ ΗΜΕΡΑ: ΜΗΚΟΣ – ΑΚΟΝΤΙΣΜΟΣ – 800.

• ΚΑΤΗΓΟΡΙΕΣ ΚΑΙ ΗΛΙΚΙΕΣ ΠΟΥ ΣΥΜΜΕΤΕΧΟΥΝ:

- Κ18 (ΠΑΙΔΩΝ – ΚΟΡΑΣΙΔΩΝ) 2002 - 2003

3) ΒΑΘΜΟΛΟΓΙΑ – ΑΞΙΟΛΟΓΗΣΗ:

Για κάθε μία από τις παραπάνω κατηγορίες 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 ΒΑΘΜΟΛΟΓΟΥΝΤΑΙ:	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

• ΠΡΟΣΟΧΗ: 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 προμηδότησης υψηλών επιδόσεων.

Έτσι οι αθλητές - τριες που θα πετύχουν επιδόσεις ίσες ή καλλίτερες από αυτές του πίνακα προμηδότησης 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.λ.π. και ανεξάρτητα από το πόσοι αθλητές -τριες 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.

Γ.5 ΔΙΑΣΥΛΛΟΓΙΚΟΙ ΑΓΩΝΕΣ ΣΥΝΘΕΤΩΝ ΑΓΩΝΙΣΜΑΤΩΝ Κ16 (ΠΑΜΠΑΙΔΩΝ Α' – ΠΑΓΚΟΡΑΣΙΔΩΝ Α'):

Διεξάγονται σύμφωνα με τα παρακάτω:

• Τις ίδιες ημερομηνίες και στο ίδιο οργανωτικό με τους ομίλους των διασυλλογικών αγώνων ατομικών αγωνισμάτων Α/Γ.

• Στην Α' αγωνιστική ημέρα των διασυλλογικών αγώνων Α/Γ, διεξάγονται στο ίδιο οργανωτικό τα σύνθετα «Πένταθλο» Κ16 (ΠΚ Α').

• Στη Β' αγωνιστική ημέρα των διασυλλογικών αγώνων Α/Γ, διεξάγονται στο ίδιο οργανωτικό τα σύνθετα «Έξαθλο» Κ16 (ΠΠ Α').

• Στους ομίλους των νησιωτικών Ε.Α.Σ., ανάλογα με τα ωρολόγια προγράμματα και τις μετακινήσεις, μπορούν εάν είναι εφικτό, να διεξαχθούν και οι δύο κατηγορίες μαζί ΠΠ/ΠΚ Α' την ίδια ημέρα.

1) ΑΓΩΝΙΣΜΑΤΑ:

ΕΞΑΘΛΟ Κ16 (ΠΑΜΠΑΙΔΩΝ Α'):

Α' ΚΥΚΛΟΣ (πρωί): 100 ΕΜΠ – ΜΗΚΟΣ - ΣΦΑΙΡΟΒΟΛΙΑ

Β' ΚΥΚΛΟΣ (απόγευμα): ΥΨΟΣ - ΑΚΟΝΤΙΣΜΟΣ – 1.000.

ΠΕΝΤΑΘΛΟ Κ16 (ΠΑΓΚΟΡΑΣΙΔΩΝ Α'):

Α' ΚΥΚΛΟΣ (πρωί): 80 ΕΜΠ – ΜΗΚΟΣ - ΣΦΑΙΡΟΒΟΛΙΑ

Β' ΚΥΚΛΟΣ (απόγευμα): ΑΚΟΝΤΙΣΜΟΣ - 600

2) ΚΑΤΗΓΟΡΙΕΣ ΚΑΙ ΗΛΙΚΙΕΣ ΠΟΥ ΣΥΜΜΕΤΕΧΟΥΝ:

- Κ16 (ΠΑΜΠΑΙΔΩΝ – ΠΑΓΚΟΡΑΣΙΔΩΝ Α'): 2004 - 2005

3) ΒΑΘΜΟΛΟΓΙΑ – ΑΞΙΟΛΟΓΗΣΗ:

Για κάθε μία από τις δύο κατηγορίες των αγώνων 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 είναι **ΔΩΔΕΚΑ (12)**, η βαθμολογία θα είναι: **13 - 11 - 10 - 9 - 8 - 7 - 6 - 5 - 4 - 3 - 2 - 1.**

Εάν όμως οι αθλητές - τριες που θα πετύχουν τα όρια είναι λιγότεροι - ες 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).

ΕΑΝ ΠΕΤΥΧΟΥΝ ΤΑ ΟΡΙΑ ΚΑΙ ΒΑΘΜΟΛΟΓΟΥΝΤΑΙ:	Η ΚΛΙΜΑΚΑ ΒΑΘΜΟΛΟΓΙΑΣ ΘΑ ΕΙΝΑΙ
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

• ΠΡΟΣΟΧΗ: Επιπλέον κάθε αθλητής – τρία που πετυχαίνει το όριο βαθμολόγησης και κατατάσσεται μετά τη 12η θέση, θα παίρνει **ΕΝΑΝ (1) βαθμό.**

ΤΕΧΝΙΚΕΣ ΔΙΑΤΑΞΕΙΣ 2019

β) Θα ισχύσει και φέτος το σύστημα προμηδότησης υψηλών επιδόσεων για τους παραπάνω διασυλλογικούς αγώνες.

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

13 – 11 – 10 – 9 – 8 – 7 – 6 – 5 – 4 – 3 – 2 – 1 κ.λπ. και ανεξάρτητα από το πόσοι αθλητές - τριες πέτυχαν το όριο στο αγώνισμά τους.

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

Γ.6 ΔΙΑΣΥΛΛΟΓΙΚΟΙ ΑΓΩΝΕΣ Κ14 (ΠΑΜΠΑΙΔΩΝ – ΠΑΓΚΟΡΑΣΙΔΩΝ Β΄)

1) 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 τέτραθλο 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).

2) ΑΓΩΝΙΣΜΑΤΑ: ΤΕΤΡΑΘΛΑ

3) ΠΛΑΙΣΙΟ ΔΙΕΞΑΓΩΓΗΣ ΤΕΤΡΑΘΛΩΝ:

• α) Διεξάγονται ΤΡΕΙΣ ΑΓΩΝΕΣ ΤΕΤΡΑΘΛΟΥ, σε τρεις διαφορετικές ημερομηνίες

• β) ΑΓΩΝΙΣΜΑΤΑ ΠΟΥ ΠΕΡΙΛΑΜΒΑΝΟΝΤΑΙ ΣΤΑ ΤΕΤΡΑΘΛΑ:

Δρόμοι: 60μ - 60 εμπ. - 1.200μ

Άλματα: Ύψος - Μήκος

Ρίψεις: Σφαιροβολία (3κ) - Μπαλάκι ή Vortex

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

1) Δρομικό

2) Άλτικό

3) Ριπτικό

• δ) Η ΑΓΩΝΙΣΤΙΚΗ ΣΥΝΘΕΣΗ ΚΑΙ ΧΡΟΝΙΚΗ ΣΕΙΡΑ ΔΙΕΞΑΓΩΓΗΣ ΤΩΝ ΤΕΤΡΑΘΛΩΝ:

ΔΡΟΜΙΚΟ: 60μ – 1.200μ – Μήκος – Μπαλάκι ή Vortex

ΑΛΤΙΚΟ: 60μ Εμπ – Ύψος – Μήκος – Σφαιροβολία

ΡΙΠΤΙΚΟ: 60μ – Μήκος – Σφαιροβολία - Μπαλάκι ή Vortex

Οι διοργανώτριες Ε.Α.Σ. ανάλογα με τις τοπικές συνθήκες, μπορούν να τροποποιούν τη χρονική σειρά διεξαγωγής των τετράθλων π.χ. Να διεξαχθεί ως πρώτος αγώνας το ριπτικό τέτραθλο κ.λπ.

• ε) Σε εξαιρετικές περιπτώσεις, λόγω ειδικών τοπικών συνθηκών ή λόγω πολύ μεγάλης συμμετοχής αθλητών - αθλητριών, μετά από απόφαση της διοργανώτριας Ε.Α.Σ. και έγκρισης του Σ.Ε.Γ.Α.Σ., είναι δυνατόν να διεξάγονται τα δύο αγωνίσματα ενός τετράθλου σε μία αγωνιστική ημέρα και τα άλλα δύο σε μια άλλη (διαφορετική) αγωνιστική ημέρα.

4) ΚΑΤΗΓΟΡΙΕΣ ΚΑΙ ΗΛΙΚΙΕΣ ΠΟΥ ΣΥΜΜΕΤΕΧΟΥΝ:

- Κ14 (ΠΑΜΠΑΙΔΩΝ – ΠΑΓΚΟΡΑΣΙΔΩΝ Β΄): 2006 - 2007

5) ΠΡΟΤΕΙΝΟΜΕΝΕΣ ΗΜΕΡΟΜΗΝΙΕΣ ΔΙΕΞΑΓΩΓΗΣ:

Α΄ Αγώνας: 13 Απριλίου

Β΄ Αγώνας: 11 Μαΐου

Γ΄ Αγώνας: 5 Οκτωβρίου

Ο Γ΄ αγώνας διεξάγεται υποχρεωτικά τη Φθινοπωρινή περίοδο και το αργότερο μέχρι 13 Οκτωβρίου 2019.

Οι Ε.Α.Σ. έχουν τη δυνατότητα μετά από τη σύμφωνη γνώμη των σωματείων τους και την έγκριση του Σ.Ε.Γ.Α.Σ., να τροποποιήσουν τις ημερομηνίες διεξαγωγής των αγώνων, ανάλογα με το τελικό αγωνιστικό τους πρόγραμμα και τη διαμόρφωση των ομίλων.

6) ΒΑΘΜΟΛΟΓΙΑ – ΑΞΙΟΛΟΓΗΣΗ:

• Α΄ ΑΓΩΝΑΣ:

Βαθμολογείται – αξιολογείται το κάθε σωματείο σύμφωνα με τα παρακάτω:

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

Με ΔΕΚΑ (10) βαθμούς, εάν συμμετέχει με 10 - 14 αθλητές - τρεις συνολικά.

Με ΔΕΚΑΠΕΝΤΕ (15) βαθμούς, εάν συμμετέχει με 15 τουλάχιστον αθλητές – τρεις συνολικά.

• Β΄ ΑΓΩΝΑΣ:

Βαθμολογείται – αξιολογείται το κάθε σωματείο σύμφωνα με τα παρακάτω:

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

Με ΔΕΚΑ (10) βαθμούς, εάν συμμετέχει με 10 - 14 αθλητές - τρεις συνολικά.

Με ΔΕΚΑΠΕΝΤΕ (15) βαθμούς, εάν συμμετέχει με 15 τουλάχιστον αθλητές - τρεις συνολικά.

• Γ΄ ΑΓΩΝΑΣ:

Βαθμολογείται – αξιολογείται το κάθε σωματείο σύμφωνα με τα παρακάτω:

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

Με ΔΕΚΑ (10) βαθμούς, εάν συμμετέχει με 10 - 14 αθλητές τρεις συνολικά.

Με ΔΕΚΑΠΕΝΤΕ (15) βαθμούς, εάν συμμετέχει με 15 τουλάχιστον αθλητές τρεις συνολικά.

ΕΠΟΜΕΝΩΣ ΟΙ ΠΕΡΙΣΣΟΤΕΡΟΙ ΒΑΘΜΟΙ ΠΟΥ ΜΠΟΡΕΙ ΝΑ ΣΥΓΚΕΝΤΡΩΣΕΙ ΕΝΑ ΣΩΜΑΤΕΙΟ ΑΠΟ ΤΟΥΣ ΔΙΑΣΥΛΛΟΓΙΚΟΥΣ ΑΓΩΝΕΣ «ΤΕΤΡΑΘΛΟΥ» ΤΗΣ ΚΑΤΗΓΟΡΙΑΣ Κ14 ΑΠΟ ΤΟ 2019 ΚΑΙ ΓΙΑ ΚΑΘΕ ΕΠΟΜΕΝΗ ΑΓΩΝΙΣΤΙΚΗ ΧΡΟΝΙΑ ΕΙΝΑΙ:

Α΄ ΑΓΩΝΑΣ: 15 Βαθμοί

Β΄ ΑΓΩΝΑΣ: 15 Βαθμοί

Γ΄ ΑΓΩΝΑΣ: 15 Βαθμοί

ΣΥΝΟΛΟ = 45 Βαθμοί

7) ΑΤΟΜΙΚΗ ΚΑΤΑΤΑΞΗ – ΒΡΑΒΕΥΣΕΙΣ:

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

β) Βραβεύονται οι ΕΞΙ πρώτοι νικητές και οι ΕΞΙ πρώτες νικήτριες της συνολικής κατάταξης κάθε τετράθλου.

γ) Προτείνεται επίσης και η βράβευση των 3 πρώτων νικητών - νικητριών των επιμέρους ατομικών αγωνισμάτων που συμπεριλαμβάνονται σε κάθε τέτραθλο. (π.χ. οι τρεις πρώτοι στα 60 εμπ., οι τρεις πρώτοι στα 1.200μ, 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 μερους ατομικών αγωνισμάτων, θα συμπεριλαμβάνονται και οι 3 πρώτοι νικητές - νικήτριες της συνολικής βαθμολογίας κάθε τετράθλου 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 τετράθλου).

8) ΤΕΧΝΙΚΕΣ ΔΙΑΤΑΞΕΙΣ:

α) Στο Άλμα εις Μήκος - Σφαιροβολία – Μπαλάκι ή Vortex: Οι αθλητές – αθλήτριες θα πραγματοποιούν ΔΥΟ (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.

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 ΤΕΤΡΑΘΛΑ σε αυτές τις ηλικίες αντιμετωπίζονται και ως ομαδικό αγώνισμα. Μία ομαδική κατάταξη και απονομή για τους ΠΠ Β΄ και μία ομαδική κατάταξη και απονομή για τις ΠΚ Β΄, σε κάθε αγωνιστική ημέρα.

β) Για να βαθμολογηθεί (αγωνιστική βαθμολογία) ένα σωματείο και να υπολογιστεί στην ομαδική κατάταξη και απονομή των επάθλων, πρέπει να

ΤΕΧΝΙΚΕΣ ΔΙΑΤΑΞΕΙΣ 2019

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 ΠΠ Β' = Δεν βαθμολογείται.

Έχει στην τελική κατάταξη 5 ΠΠ Β' και 3 ΠΚ Β' = Προστίθενται οι βαθμοί των 5 αθλητών και το σύνολο τους αποτελεί την αγωνιστική βαθμολογία του σωματείου στους ΠΠ Β'. Στις ΠΚ Β' δεν βαθμολογείται, αφού δεν έχει 5 τουλάχιστον αθλήτριες.

Έχει στην τελική κατάταξη 9 ΠΠ Β' = Προστίθενται οι βαθμοί των 9 αθλητών και το σύνολο τους αποτελεί την αγωνιστική βαθμολογία του σωματείου στους ΠΠ Β'.

Έχει στην τελική κατάταξη 10 ΠΠ Β' = Προστίθενται οι βαθμοί των 10 αθλητών και το σύνολο τους αποτελεί την αγωνιστική βαθμολογία του σωματείου στους ΠΠ Β'.

Έχει στην τελική κατάταξη 15 ΠΚ Β' και 3 ΠΠ Β' = Προστίθενται οι βαθμοί των 10 ΚΑΛΥΤΕΡΩΝ αθλητριών και το σύνολο τους αποτελεί την αγωνιστική βαθμολογία του σωματείου στις ΠΚ Β'. Στους ΠΠ Β' 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 6.

ΚΕΦΑΛΑΙΟ Δ'

ΠΡΟΤΕΙΝΟΜΕΝΕΣ ΑΓΩΝΙΣΤΙΚΕΣ ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΕΣ Κ12 (ΜΙΝΙ ΠΠ/ΠΚ)

Για την κατηγορία Κ12 (Μίνι ΠΠ-ΠΚ) προτείνεται η διεξαγωγή: 2αθλων ή 3αθλων με ομαδικό χαρακτήρα.

Οι οργανωτές επιλέγουν μεταξύ των αγωνισμάτων: 1 Δρόμο, 1 Άλμα, 1 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 ή 3αθλο, 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 – 800μ – 50μ Εμπόδια (Εμπόδια 5 – Ύψος 0,50 – Αποστάσεις 12 - 6,5 - 12)

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

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

Σκυταλοδρομία "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.).

Άλλα 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 προσέγγιση 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, κτλ).

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 Ε΄

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 οι διοργανώτριες Ε.Α.Σ., οι πόλεις διεξαγωγής, αλλά και κάθε άλλη πιθανή τροποποίηση, μετά από απόφαση του Δ.Σ. του Σ.Ε.Γ.Α.Σ.

Για τον ορισμό των σταδίων θα ληφθούν υπ' όψιν οι λιγότερες δυνατές μετακινήσεις για το σύνολο των σωματείων κάθε ομίλου και φυσικά η υλικο-τεχνική 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.

2) ΔΗΛΩΣΕΙΣ ΣΥΜΜΕΤΟΧΗΣ

α) Τα σωματεία θα στέλνουν τη δήλωση συμμετοχής στις κατά τόπους Ε.Α.Σ. τρεις (3) 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:

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 πρωμοδότησης υψηλής επίδοσης - πρόκρισης για το αντίστοιχο πανελλήνιο πρωτάθλημα.

Ειδικά στους διασυλλογικούς αγώνες των Α/Γ θα πρέπει να περνά και από το όριο πρόκρισης για το πανελλήνιο πρωτάθλημα Κ20 (Ε/Ν), αλλά όταν αυτό είναι εφικτό και από το αντίστοιχο όριο πρόκρισης για πανελλήνιο πρωτάθλημα Κ18 (Π/Κ).

Στους διασυλλογικούς αγώνες Κ18 (Π/Κ) θα πρέπει να περνά και από το όριο πρόκρισης για το πανελλήνιο πρωτάθλημα Κ16 (ΠΠ/ΠΚ Α΄).

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 (ως δελτίο τύπου) στο γραφείο τύπου του Σ.Ε.Γ.Α.Σ. 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.

ΤΕΧΝΙΚΕΣ ΔΙΑΤΑΞΕΙΣ 2019

β) Τα γραμμάτια είσπραξης των σωματείων στέλνονται στον Σ.Ε.Γ.Α.Σ. – Λογιστήριο, από την κάθε Ε.Α.Σ. στην οποία ανήκουν τα αντίστοιχα σωματεία, συνοδευόμενα από τα απαραίτητα αποδεικτικά στοιχεία.

γ) Τα στατιστικά στοιχεία των αγώνων

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

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 2019 θα δοθούν με την προϋπόθεση ότι θα υπάρξει το επόμενο χρονικό διάστημα επαρκής χρηματοδότηση του Σ.Ε.Γ.Α.Σ. από την πολιτεία. Σε περίπτωση που δοθούν από τον Σ.Ε.Γ.Α.Σ. έξοδα μετακίνησης, το πλαίσιο κάλυψης θα είναι σύμφωνα με τα παρακάτω:

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 (σε ειδικές περιπτώσεις) και μετά από απόφαση του Σ.Ε.Γ.Α.Σ. (για τους αθλητές και συνοδούς που αναφέρονται παραπάνω στις παραγράφους 2 και 3, 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) και επιπλέον το σωματείο συμμετείχε στους αγώνες με 3 τουλάχιστον αθλητές – τρεις συνολικά (εκτός από τους αγώνες των συνθέτων αγωνισμάτων).

8) ΚΥΡΩΣΕΙΣ - ΑΡΝΗΤΙΚΗ ΒΑΘΜΟΛΟΓΙΑ:

Η επιτροπή ελέγχου και σωστής διεξαγωγής των διασυλλογικών αγώνων αποτελείται από υπηρεσιακά μέλη της Επιτροπής Αθλητικού Σχεδιασμού και της στατιστικής υπηρεσίας, με πρόεδρο ένα μέλος του 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 πέρας των αγώνων, από την αντίστοιχη επιτροπή.

Οι κυρώσεις που θα επιβάλλονται στους διασυλλογικούς αγώνες είναι:

α) Ο αθλητής – τρία τιμωρείται με έναν (1) χρόνο αποκλεισμό από όλες τις διοργανώσεις.

β) Ο σύλλογος του χάνει όλους τους βαθμούς, που κέρδισε ο αθλητής – τρία στο συγκεκριμένο διασυλλογικό, σε όλα τα αγωνίσματα που συμμετείχε.

γ) Στις σκυταλοδρομίες, χάνει όλους τους βαθμούς του αγωνίσματος

δ) Ο σύλλογος του τιμωρείται επιπλέον και με αφαίρεση είκοσι βαθμών (-20), από το σύνολο των βαθμών των διασυλλογικών αγώνων.

ε) 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.

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

ΚΕΦΑΛΑΙΟ ΣΤ΄ (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.

Τα πανελλήνια πρωταθλήματα είναι τα παρακάτω:

- ΑΝΔΡΩΝ – ΓΥΝΑΙΚΩΝ
- Κ23 (ΝΕΩΝ ΑΝΔΡΩΝ - ΓΥΝΑΙΚΩΝ)
- Κ20 (ΕΦΗΒΩΝ – ΝΕΑΝΙΔΩΝ)
- Κ18 (ΠΑΙΔΩΝ – ΚΟΡΑΣΙΔΩΝ)
- Κ16 (ΠΑΜΠΑΙΔΩΝ Α΄ - ΠΑΓΚΟΡΑΣΙΔΩΝ Α΄)
- ΔΡΟΜΟΥ ΣΕ ΑΝΩΜΑΛΟ ΕΔΑΦΟΣ ΟΛΩΝ ΤΩΝ ΚΑΤΗΓΟΡΙΩΝ (ΕΚΤΟΣ Κ16 και Κ14)
- ΚΛΕΙΣΤΟΥ ΣΤΙΒΟΥ ΑΝΔΡΩΝ – ΓΥΝΑΙΚΩΝ
- ΟΡΕΙΝΟΥ ΔΡΟΜΟΥ - ΒΟΥΝΟΥ

2) ΟΡΙΑ ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΩΝ ΠΡΩΤΑΘΛΗΜΑΤΩΝ

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

3) ΣΥΜΜΕΤΟΧΗ ΑΝΑΛΟΓΑ ΜΕ ΤΗΝ ΗΛΙΚΙΑ:

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

ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΑ ΠΡΩΤΑΘΛΗΜΑΤΑ:

ΚΑΤΗΓΟΡΙΑ	Κ16 (ΠΠΑ΄ - ΠΚΑ΄)	Κ18 (Π-Κ)	Κ20 (Ε-Ν)	Κ23 (ΝΕΩΝ Α/Γ)	Α-Γ
Κ14 (ΠΠ - ΠΚΒ΄)	ΝΑΙ*	ΟΧΙ	ΟΧΙ	ΟΧΙ	ΟΧΙ
Κ16 (ΠΠ - ΠΚΑ΄)	ΝΑΙ	ΝΑΙ	ΟΧΙ	ΟΧΙ	ΟΧΙ
Κ18 (Π - Κ)	ΟΧΙ	ΝΑΙ	ΝΑΙ	ΝΑΙ *	ΟΧΙ
Κ20 (Ε - Ν)	ΟΧΙ	ΟΧΙ	ΝΑΙ	ΝΑΙ	ΝΑΙ
Κ23 (ΝΕΩΝ Α-Γ)	ΟΧΙ	ΟΧΙ	ΟΧΙ	ΝΑΙ	ΝΑΙ
Α - Γ	ΟΧΙ	ΟΧΙ	ΟΧΙ	ΟΧΙ	ΝΑΙ

* Όπου ΝΑΙ* αναφερόμαστε στην κατηγορία Κ14 (ΠΠ – ΠΚ Β΄) της τελευταίας χρονιάς (2006) και στην κατηγορία Κ18 (Π-Κ) επίσης της τελευταίας χρονιάς (2002).

4) ΔΙΚΑΙΩΜΑ ΣΥΜΜΕΤΟΧΗΣ:

Στα πανελλήνια πρωταθλήματα ανοιχτού και * κλειστού στίβου:

Δικαίωμα συμμετοχής έχουν οι αθλητές – αθλήτριες:

- 1) Που κατέταξαν στη **ΔΩΔΕΚΑΔΑ (12αδα)** του αντιστοίχου ατομικού αγωνίσματος, στο πανελλήνιο πρωτάθλημα που αγωνίστηκαν την προηγούμενη χρονιά (2018) ή
- 2) Που η επίδοσή τους την προηγούμενη χρονιά (2018) ήταν στις **ΔΕΚΑΠΕΝΤΕ (15)** (για τους ΠΠ–ΠΚ Α΄ ισχύει η ΔΕΚΑΔΑ) καλύτερες επιδόσεις στην κατηγορία τους, στο αντίστοιχο όμως αγώνισμα και κατηγορία που θα συμμετέχουν το 2019 ή

ΤΕΧΝΙΚΕΣ ΔΙΑΤΑΞΕΙΣ 2019

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 πρωτ/μα, 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 IAAF, 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 από 1/3/2019 μέχρι και την τελευταία Κυριακή πριν από τη διεξαγωγή του αντιστοίχου πανελληνίου πρωταθλήματος, εκτός των αγωνισμάτων για τα οποία αναφέρεται άλλη ημερομηνία στις ειδικές προκηρύξεις.

5) * Ειδικά για το ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΟ ΠΡΩΤΑΘΛΗΜΑ ΚΛΕΙΣΤΟΥ ΣΤΙΒΟΥ ΑΝΔΡΩΝ – ΓΥΝΑΙΚΩΝ 2019 ισχύουν τα παρακάτω:

- Τα όρια συμμετοχής πρέπει να έχουν επιτευχθεί σε επίσημους αγώνες ανοιχτού ή κλειστού στίβου, από 1/1/2018 μέχρι και την τελευταία Κυριακή πριν από τη διεξαγωγή του πρωταθλήματος 2019.

- Οι προϋποθέσεις συμμετοχής ισχύουν από τα πανελλήνια πρωταθλήματα ανοιχτού ή κλειστού στίβου του 2018.

ΠΡΟΣΟΧΗ:

6) Εκτός από τους παραπάνω και **ΜΟΝΟ για τους αθλητές που είναι μέχρι 27 ετών και μικρότεροι – ρες «1992 – 1993 – 1994 κ.λπ.»,** κάθε σύλλογος μπορεί να δηλώσει επιπλέον τους παρακάτω αθλητές - τριες, χωρίς όρια και προϋποθέσεις συμμετοχής:

Α) ΑΝΟΙΧΤΟΣ ΣΤΙΒΟΣ

• **ΔΥΟ (2)** αθλητές - τριες που δεν πληρούν τις παραπάνω προϋποθέσεις, αν από τον σύλλογο αυτόν **δεν έχει προκριθεί κανένας αθλητής - αθλήτρια** ή έχουν προκριθεί **μέχρι 4** αθλητές-τριες συνολικά.

• **ΤΡΕΙΣ (3)** αθλητές - τριες που δεν πληρούν τις παραπάνω προϋποθέσεις (1-5), αν από τον σύλλογο αυτόν έχουν προκριθεί από **5 μέχρι 8** αθλητές-τριες συνολικά.

• **ΤΕΣΣΕΡΙΣ (4)** αθλητές - τριες που δεν πληρούν τις παραπάνω προϋποθέσεις (1-5), αν από τον σύλλογο αυτόν έχουν προκριθεί από **9 και πάνω** αθλητές-τριες συνολικά.

Β) ΚΛΕΙΣΤΟΣ ΣΤΙΒΟΣ:

• **ΕΝΑΝ (1)** αθλητή - τρια που δεν πληρούν 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)** αθλητές - τριες που δεν πληρούν τις παραπάνω προϋποθέσεις (παρ. 1-5), εάν από τον σύλλογο αυτόν έχουν προκριθεί από **5 και πάνω** αθλητές-τριες συνολικά.

Κάθε αθλητής ή αθλήτρια αυτής της παραγράφου 6 Α και Β (που δεν έχει πετύχει τα όρια – προϋποθέσεις πρόκρισης και είναι μέχρι ηλικίας 27 ετών και μικρότερος «1992– 1993 – 1994 κ.λπ.» μπορεί να δηλωθεί και να συμμετέχει σε ένα (1) μόνο αγώνισμα, εκτός αν το αγώνισμα αυτό δεν έχει όριο πρόκρισης.

ΕΙΔΙΚΕΣ ΔΙΑΤΑΞΕΙΣ:

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: 20.000 ΒΑΔΗΝ Α/Γ και 50.000 ΒΑΔΗΝ Α/Γ, τα σωματεία έχουν δικαίωμα να δηλώσουν συνολικά μέχρι 2 το ανώτερο αθλητές – αθλήτριες χωρίς όριο στο καθ' ένα από αυτά (π.χ. στο 20.000 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 (1991 – 1990 – 1989 – 1988 κ.λπ.) ΔΕΝ ΙΣΧΥΟΥΝ όλα όσα αναφέρονται παραπάνω στην παράγραφο 6 Α-Β.

Επομένως οι αθλητές – αθλήτριες που έχουν γεννηθεί το 1991 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 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 (2017 – 2018 – 2019).*

- Επίσης για τα αγωνίσματα των 5.000μ. και 3.000μ Φ.Ε. του πανελληνίου πρωταθλήματος Α/Γ, δεν συμμετέχει κανένας αθλητής – τρία χωρίς όριο και ισχύουν όλα όσα αναφέρονται παρακάτω στο κεφάλαιο Ζ1.3.

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 οποιοσδήποτε διορθώσεις – παραλείψεις στις δηλώσεις των σωματείων.
- δ) Ειδικά για τον Μαραθώνιο δρόμο, οι δηλώσεις συμμετοχής, θα λήγουν είκοσι πέντε (25) ημέρες πριν από τον αγώνα.
- ε) 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 IAAF όσον αφορά τις διαφημίσεις (σχετικό συνημμένο). 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 ελέγχου και σωστής διεξαγωγής των πανελληνίων πρωταθλημάτων (ανοιχτού, κλειστού στίβου και δρόμου σε ανώμαλο έδαφος) αποτελείται από υπηρεσιακά μέλη της Επιτροπής Αθλητικού Σχεδιασμού και της στατιστικής υπηρεσίας, με πρόεδρο ένα μέλος του 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 πέρας των αγώνων, από την επιτροπή ελέγχου.

Οι κυρώσεις που θα επιβάλλονται είναι:

- α) Ο αθλητής – τρία τιμωρείται με έναν (1) χρόνο αποκλεισμό από όλες τις διοργανώσεις.
- β) Ο σύλλογος του χάνει ΟΛΟΥΣ τους βαθμούς, που κέρδισε ο αθλητής – τρία στο συγκεκριμένο πρωτάθλημα, σε όλα τα αγωνίσματα που συμμετείχε.
- γ) Στις σκυταλοδρομίες, χάνει όλους τους βαθμούς του αγωνίσματος.
- δ) Ο σύλλογος του 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 (-100).
- ε) 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 πρωτ/μα, τότε του αφαιρούνται αυτοί οι 5 βαθμοί και του αφαιρούνται και άλλοι 85 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 αντίστοιχου πανελληνίου πρωταθλήματος

Ειδικά σε περίπτωση πλαστοπροσωπίας και παραποίησης των στοιχείων με τα οποία δηλώνεται ο αθλητής – τρία, θα ισχύουν όσα

ΤΕΧΝΙΚΕΣ ΔΙΑΤΑΞΕΙΣ 2019

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 πρωτ/τος και επιπλέον του αφαιρούνται και από το σύνολο των διασυλλογικών αγώνων, τόσο βαθμοί όσοι είναι απαραίτητοι για να συμπληρωθεί συνολικά, 100 βαθμούς διασυλλογικών.

Υπολογίζουμε κάθε φορά την ετήσια αντιστοιχία των βαθμών των διασυλλογικών με την αντιστοιχία 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 βαθμών και επιπλέον θα παραπέμπεται στη δικαστική επιτροπή του Σ.Ε.Γ.Α.Σ.

ΚΕΦΑΛΑΙΟ Ζ'

Ζ1) ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΟ ΠΡΩΤΑΘΛΗΜΑ ΑΝΔΡΩΝ – ΓΥΝΑΙΚΩΝ:

1) ΑΓΩΝΙΣΜΑΤΑ:

ΑΝΔΡΩΝ: 100 - 200 - 400 - 800 – 1.500 – 5.000 – 10.000 – 3.000 Φ.Ε – ΜΑΡΑΘΩΝΙΟΣ - 20.000 ΒΑΔΗΝ - 50.000 ΒΑΔΗΝ - 110 ΕΜΠ - 400 Εμπ-ΥΨΟΣ - ΕΠΙ ΚΟΝΤΩ – ΜΗΚΟΣ - ΤΡΙΠΛΟΥΝ – ΣΦΑΙΡΟΒΟΛΙΑ - ΔΙΣΚΟΒΟΛΙΑ – ΣΦΥΡΟΒΟΛΙΑ - ΑΚΟΝΤΙΣΜΟΣ – ΔΕΚΑΘΛΟ - 4Χ100 – 4Χ400.

ΓΥΝΑΙΚΩΝ: 100 - 200 - 400 - 800 – 1.500 – 5.000 – 10.000 – 3.000 Φ.Ε – ΜΑΡΑΘΩΝΙΟΣ - 20.000 ΒΑΔΗΝ - 50.000 ΒΑΔΗΝ - 100 ΕΜΠ - 400 ΕΜΠ-ΥΨΟΣ - ΕΠΙ ΚΟΝΤΩ - ΜΗΚΟΣ – ΤΡΙΠΛΟΥΝ – ΣΦΑΙΡΟΒΟΛΙΑ – ΔΙΣΚΟΒΟΛΙΑ – ΣΦΥΡΟΒΟΛΙΑ – ΑΚΟΝΤΙΣΜΟΣ - ΕΠΤΑΘΛΟ – 4Χ100 – 4Χ400.

• ΗΜΙΜΑΡΑΘΩΝΙΟΣ* ΑΝΔΡΩΝ – ΓΥΝΑΙΚΩΝ: Χωρίς βαθμολογία – αξιολόγηση.

* Στην ειδική προκήρυξη του αγώνα θα αναφέρονται όλες οι προϋποθέσεις διεξαγωγής του.

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 σε Ύψος	Άλμα σε Ύψος	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 του αγωνίσματος.

ΑΝΔΡΩΝ: 20.000 ΒΑΔΗΝ - 50.000 ΒΑΔΗΝ - 4 Χ 100 – 4 Χ 400

ΓΥΝΑΙΚΩΝ: 20.000 ΒΑΔΗΝ - 50.000 ΒΑΔΗΝ - 4 Χ 100 – 4 Χ 400

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

α) Κατάργηση της συμμετοχής χωρίς όριο, σε κάθε περίπτωση.

β) Όρια συμμετοχής, σύμφωνα με τον παρακάτω πίνακα.

γ) Επίτευξη του ορίου συμμετοχής, σε ένα από τα παρακάτω αγωνίσματα, την τελευταία διετία (π.χ. για το πανελλήνιο πρωτάθλημα του 2019, το όριο θα πρέπει να έχει επιτευχθεί τα έτη 2018 ή 2019).

5.000μ. ΑΝΔΡΩΝ - ΓΥΝΑΙΚΩΝ		
	Άνδρες	Γυναίκες
5.000μ.	15:50.00	19:30.00
1.500μ.	4:05.00	4:55.00
3.000μ.	9:13.00	11:10.00
10.000μ.	33:20.00	40:45.00
3.000μ. Φ.Ε.	9:58.00	12:18.00

3.000μ. Φ.Ε. ΑΝΔΡΩΝ ΓΥΝΑΙΚΩΝ		
	Άνδρες	Γυναίκες
3.000μ. Φ.Ε.	10:00.00	13:00.00
1.500μ.	4:10.00	5:48.50
3.000μ.	9:05.00	12:25.00
5.000μ.	15:35.00	21:49.00

δ) Τα όρια υψηλής προμοδότησης στους διασυλλογικούς αγώνες Α/Γ στα 5.000μ Α/Γ και στα 3.000μ Φ.Ε. Ανδρών (για τη βαθμολόγηση των σωματείων) αποσυνδέονται από τα όρια πρόκρισης για το πανελλήνιο πρωτάθλημα.

• Οι αθλητές-τριες της κατηγορίας **K20** (ΕΦΗΒΩΝ – ΝΕΑΝΙΔΩΝ) μπορούν να δηλωθούν και να συμμετέχουν στο **ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΟ ΠΡΩΤΑΘΛΗΜΑ ΑΝΔΡΩΝ – ΓΥΝΑΙΚΩΝ** σε 2 συνολικά αγωνίσματα **ΕΚΤΟΣ** από τα παρακάτω:

ΑΝΔΡΩΝ: ΜΑΡΑΘΩΝΙΟΣ – 20.000 ΒΑΔΗΝ* – 50.000 ΒΑΔΗΝ

ΓΥΝΑΙΚΩΝ: 10.000 - ΜΑΡΑΘΩΝΙΟΣ - 20.000 ΒΑΔΗΝ* - 50.000 ΒΑΔΗΝ

*Στα 20.000 Βάδην Α/Γ έχουν δικαίωμα συμμετοχής οι αθλητές – αθλήτριες της κατηγορίας **K20** Εφήβων – Νεανίδων που γεννήθηκαν το 2000.

* Οι αθλητές – αθλήτριες της κατηγορίας **K18** (Παιδών – Κορασίδων) δεν συμμετέχουν στο πανελλήνιο πρωτάθλημα Ανδρών – Γυναίκων.

Ζ2) ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΟ ΠΡΩΤΑΘΛΗΜΑ ΝΕΩΝ ΑΝΔΡΩΝ – ΓΥΝΑΙΚΩΝ:

1) ΑΓΩΝΙΣΜΑΤΑ:

ΝΕΩΝ ΑΝΔΡΩΝ: 100 - 200 - 400 - 800 – 1.500 – 5.000 – 10.000 – 3.000 Φ.Ε - 20.000 ΒΑΔΗΝ - 110 ΕΜΠ - 400 Εμπ – ΥΨΟΣ - ΕΠΙ ΚΟΝΤΩ – ΜΗΚΟΣ - ΤΡΙΠΛΟΥΝ – ΣΦΑΙΡΟΒΟΛΙΑ – ΔΙΣΚΟΒΟΛΙΑ – ΣΦΥΡΟΒΟΛΙΑ – ΑΚΟΝΤΙΣΜΟΣ - ΔΕΚΑΘΛΟ - 4x100 - 4x400.

ΝΕΩΝ ΓΥΝΑΙΚΩΝ: 100 - 200 - 400 - 800 – 1.500 – 5.000 – 10.000 - 3000 Φ.Ε – 20.000 ΒΑΔΗΝ - 100 ΕΜΠ - 400 ΕΜΠ – ΥΨΟΣ - ΕΠΙ ΚΟΝΤΩ - ΜΗΚΟΣ – ΤΡΙΠΛΟΥΝ – ΣΦΑΙΡΟΒΟΛΙΑ – ΔΙΣΚΟΒΟΛΙΑ – ΣΦΥΡΟΒΟΛΙΑ – ΑΚΟΝΤΙΣΜΟΣ – ΕΠΤΑΘΛΟ - 4x100 - 4x400.

2) ΚΑΤΑΝΟΜΗ ΑΓΩΝΙΣΜΑΤΩΝ ΑΝΑ ΗΜΕΡΑ

K23 (ΝΕΩΝ ΑΝΔΡΩΝ)		K23 (ΝΕΩΝ 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 σε Ύψος	Άλμα σε Ύψος	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 ΙΣΧΥΟΥΝ ΟΡΙΑ ΠΡΟΚΡΙΣΗΣ για τη συμμετοχή των αθλητών – τριών, αλλά επιπλέον θα δίνεται η δυνατότητα

ΤΕΧΝΙΚΕΣ ΔΙΑΤΑΞΕΙΣ 2019

και σε συγκεκριμένο αριθμό αθλητών και ομάδων σκυταλοδρομιών να συμμετέχουν χωρίς όριο, ώστε να εξασφαλιστεί η σωστή διεξαγωγή του αγωνίσματος

K23 (ΝΕΩΝ ΑΝΔΡΩΝ): 20.000 μ. ΒΑΔΗΝ - 4 Χ 100 - 4 Χ 400

K23 (ΝΕΩΝ ΓΥΝΑΙΚΩΝ): 3.000 Φ.Ε - 20.000 μ. ΒΑΔΗΝ - 4 Χ 100 - 4 Χ 400

Οι αθλητές-τριες της κατηγορίας **K20** (ΕΦΗΒΩΝ - ΝΕΑΝΙΔΩΝ) μπορούν να δηλωθούν και να συμμετέχουν στο **ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΟ ΠΡΩΤΑΘΛΗΜΑ Κ23** ΝΕΩΝ (Α/Γ) σε 2 συνολικά αγωνίσματα ΕΚΤΟΣ από τις Νεάνιδες στα 10.000μ και τους Εφήβους - Νεάνιδες που γεννήθηκαν το 2001 στα 20.000 μ. βάδην.

• **ΣΗΜΕΙΩΣΗ:** Οι αθλητές-τριες της κατηγορίας **K18** (ΠΑΙΔΩΝ - ΚΟΡΑΣΙΔΩΝ) (μόνο οι γεννηθέντες - θείσες το 2002) μπορούν να δηλωθούν και να συμμετέχουν στο **ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΟ ΠΡΩΤΑΘΛΗΜΑ ΝΕΩΝ (ΑΝΔΡΩΝ - ΓΥΝΑΙΚΩΝ** κάτω των 23 ετών), σε **ΕΝΑ ΑΤΟΜΙΚΟ ΑΓΩΝΙΣΜΑ ΚΑΙ ΜΙΑ ΣΚΥΤΑΛΟΔΡΟΜΙΑ ή ΣΕ ΔΥΟ ΣΚΥΤΑΛΟΔΡΟΜΙΕΣ**, από τα παρακάτω αναφερόμενα αγωνίσματα.

ΠΑΙΔΕΣ 2002: 100 - 200 - 400 - 800 - 1.500 - ΥΨΟΣ - ΕΠΙ ΚΟΝΤΩ - ΜΗΚΟΣ - ΤΡΙΠΛΟΥΝ - 4 x 100 - 4 x 400.

ΚΟΡΑΣΙΔΕΣ 2002: 100 - 200 - 400 - 800 - 1.500 - 400 ΕΜΠ - ΥΨΟΣ - ΕΠΙ ΚΟΝΤΩ - ΜΗΚΟΣ - ΤΡΙΠΛΟΥΝ - ΔΙΣΚΟΒΟΛΙΑ - 4 x 100 - 4 x 400.

Ζ3) ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΟ ΠΡΩΤΑΘΛΗΜΑ Κ20 (ΕΦΗΒΩΝ - ΝΕΑΝΙΔΩΝ):

1) ΑΓΩΝΙΣΜΑΤΑ:

ΕΦΗΒΩΝ: 100 - 200 - 400 - 800 - 1.500 - 5.000 - 10.000 - 3.000 Φ.Ε - 10.000 ΒΑΔΗΝ - 110 ΕΜΠ - 400 ΕΜΠ - ΥΨΟΣ - ΕΠΙ ΚΟΝΤΩ - ΜΗΚΟΣ - ΤΡΙΠΛΟΥΝ - ΣΦΑΙΡΟΒΟΛΙΑ (6κ) - ΔΙΣΚΟΒΟΛΙΑ (1.750γρ) - ΣΦΥΡΟΒΟΛΙΑ (6κ) - ΑΚΟΝΤΙΣΜΟΣ - ΔΕΚΑΘΛΟ - 4x100 - 4x400.

ΝΕΑΝΙΔΩΝ: 100 - 200 - 400 - 800 - 1.500 - 3.000 - 5.000 - 3000 Φ.Ε - 10.000 ΒΑΔΗΝ - 100 ΕΜΠ - 400 ΕΜΠ - ΥΨΟΣ - ΕΠΙ ΚΟΝΤΩ - ΜΗΚΟΣ - ΤΡΙΠΛΟΥΝ - ΣΦΑΙΡΟΒΟΛΙΑ - ΔΙΣΚΟΒΟΛΙΑ - ΣΦΥΡΟΒΟΛΙΑ - ΑΚΟΝΤΙΣΜΟΣ - ΕΠΤΑΘΛΟ - 4x100 - 4x400.

2) ΚΑΤΑΝΟΜΗ ΑΓΩΝΙΣΜΑΤΩΝ ΑΝΑ ΗΜΕΡΑ

Κ20 (ΕΦΗΒΩΝ)		Κ20 (ΝΕΑΝΙΔΩΝ)	
1η ημέρα	2η ημέρα	1η ημέρα	2η ημέρα
100μ.	200μ.	100μ.	200μ.
400μ.	800μ.	400μ.	800μ.
1.500μ.	5.000μ.	1.500μ.	3.000μ.
		5.000μ.	
110μ. Εμπ.	400μ. Εμπ.	100μ. Εμπ.	400μ. Εμπ.
3.000μ. Φ.Ε.		3.000μ. Φ.Ε.	
10.000μ. Βάδην		10.000μ. Βάδην	
Άλμα Επί Κοντώ	Άλμα σε Ύψος	Άλμα σε Ύψος	Άλμα Επί Κοντώ
Άλμα Τριπλούν	Άλμα σε Μήκος	Άλμα Τριπλούν	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

• Ο Σ.Ε.Γ.Α.Σ. έχει ορίσει, για τα αγωνίσματα ΣΦΑΙΡΟΒΟΛΙΑΣ - ΔΙΣΚΟΒΟΛΙΑΣ και ΣΦΥΡΟΒΟΛΙΑΣ του πανελληνίου πρωταθλήματος Κ20 - ΕΦΗΒΩΝ, ειδικά όρια πρόκρισης τα οποία θα πρέπει να επιτύχουν οι αθλητές με τα όργανα της κατηγορίας Κ20 - ΕΦΗΒΩΝ ή αντίστοιχα όρια πρόκρισης τα οποία θα πρέπει να επιτύχουν οι αθλητές με τα όργανα της κατηγορίας ΑΝΔΡΩΝ (τα όρια αυτά αναφέρονται στους πίνακες με την ένδειξη ΝΕΟΙ (Α/Γ))

• Για τους αθλητές της κατηγορίας Κ18 ΠΑΙΔΩΝ (έτος γεν. 2002) προκειμένου να έχουν δικαίωμα συμμετοχής στα αγωνίσματα ΣΦΑΙΡΟΒΟΛΙΑΣ - ΔΙΣΚΟΒΟΛΙΑΣ και ΣΦΥΡΟΒΟΛΙΑΣ του πανελληνίου πρωτ/τος Κ20 - ΕΦΗΒΩΝ, πρέπει να έχουν επιτύχει τα όρια πρόκρισης για το πανελλήνιο πρωτάθλημα Κ18 - Παιδών στα αντίστοιχα αγωνίσματα ή να έχουν πετύχει τα όρια με τα όργανα των Κ20 - Εφήβων.

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

K20 ΕΦΗΒΩΝ: 10.000μ - 110 μ. ΕΜΠΟΔΙΑ - ΔΕΚΑΘΛΟ - 4 x 100 μ. - 4 x 400μ.

K20 ΝΕΑΝΙΔΩΝ: 3.000 μ. - 3.000 μ. Φ.Ε. - ΕΠΤΑΘΛΟ - 4 x 100 μ. - 4 x 400 μ.

3.) ΣΥΜΜΕΤΟΧΗ ΑΘΛΗΤΩΝ – ΑΘΛΗΤΡΙΩΝ ΜΙΚΡΟΤΕΡΩΝ ΚΑΤΗΓΟΡΙΩΝ :

Οι αθλητές-τριες της κατηγορίας **Κ18** (ΠΑΙΔΩΝ – ΚΟΡΑΣΙΔΩΝ) μπορούν να δηλωθούν και να συμμετέχουν στο ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΟ ΠΡΩΤΑΘΛΗΜΑ Κ20 (ΕΦΗΒΩΝ – ΝΕΑΝΙΔΩΝ) μόνο σε 2 από τα παρακάτω αγωνίσματα:

ΠΑΙΔΕΣ 2002: 100 – 200 – 400 – 800 – 1.500 – 5.000 * - 110 ΕΜΠ. - 400 ΕΜΠ. - 3.000 Φ.Ε. * - 10.000 ΒΑΔΗΝ - ΥΨΟΣ – ΕΠΙ ΚΟΝΤΩ – ΜΗΚΟΣ – ΤΡΙΠΛΟΥΝ – ΣΦΑΙΡΑ – ΔΙΣΚΟΣ – ΣΦΥΡΑ – ΑΚΟΝΤΙΟ - 4 x 100 – 4 x 400 - ΔΕΚΑΘΛΟ

ΠΑΙΔΕΣ 2003: 100 – 200 – 400 – 800 – 1.500 – 10.000 ΒΑΔΗΝ - ΥΨΟΣ – ΕΠΙ ΚΟΝΤΩ – ΜΗΚΟΣ – ΤΡΙΠΛΟΥΝ – 4 x 100 – 4 x 400.

ΚΟΡΑΣΙΔΕΣ 2002: 100 – 200 – 400 – 800 – 1.500 – 3.000 - 5.000 * - 100 ΕΜΠ. - 400 ΕΜΠ – 3.000 Φ.Ε. * - 10.000 ΒΑΔΗΝ - ΥΨΟΣ – ΕΠΙ ΚΟΝΤΩ – ΜΗΚΟΣ – ΤΡΙΠΛΟΥΝ – ΣΦΑΙΡΑ – ΔΙΣΚΟΣ – ΣΦΥΡΑ – ΑΚΟΝΤΙΟ - 4 x 100 – 4 x 400. - ΕΠΤΑΘΛΟ

ΚΟΡΑΣΙΔΕΣ 2003: 100 – 200 – 400 – 800 – 1.500 – 3.000 - 400 ΕΜΠ – ΥΨΟΣ – ΕΠΙ ΚΟΝΤΩ – ΜΗΚΟΣ – ΤΡΙΠΛΟΥΝ – ΔΙΣΚΟΣ – 4 x 100 – 4 x 400.

Οι Παιδες – Κορασίδες που γεννήθηκαν το 2002, στο πανελλήνιο πρωτάθλημα Κ20 (Ε/Ν) μπορούν να συμμετέχουν ή στα 5.000 ή στα 3.000 Φ.Ε. και ως δεύτερο αγώνισμα να επιλέξουν ένα άλλο από τα παραπάνω.

Ζ4) ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΟ ΠΡΩΤΑΘΛΗΜΑ Κ18 (ΠΑΙΔΩΝ - ΚΟΡΑΣΙΔΩΝ):

1) ΑΓΩΝΙΣΜΑΤΑ:

Κ18 ΠΑΙΔΩΝ: 100 - 200 - 400 - 800 – 1.500 – 3.000 – 2.000 Φ.Ε - 10.000 ΒΑΔΗΝ - 110 ΕΜΠ - 400 Εμπ - ΥΨΟΣ - ΕΠΙ ΚΟΝΤΩ – ΜΗΚΟΣ – ΤΡΙΠΛΟΥΝ – ΣΦΑΙΡΟΒΟΛΙΑ - ΔΙΣΚΟΒΟΛΙΑ – ΣΦΥΡΟΒΟΛΙΑ – ΑΚΟΝΤΙΣΜΟΣ - ΔΕΚΑΘΛΟ - 4 x 100 - 4 x 400.

Κ18 ΚΟΡΑΣΙΔΩΝ: 100 - 200 - 400 - 800 – 1.500 – 3.000 – 2.000 Φ.Ε – 5.000 ΒΑΔΗΝ - 100 ΕΜΠ - 400 ΕΜΠ - ΥΨΟΣ - ΕΠΙ ΚΟΝΤΩ - ΜΗΚΟΣ – ΤΡΙΠΛΟΥΝ – ΣΦΑΙΡΟΒΟΛΙΑ – ΔΙΣΚΟΒΟΛΙΑ – ΣΦΥΡΟΒΟΛΙΑ – ΑΚΟΝΤΙΣΜΟΣ – ΕΠΤΑΘΛΟ - 4 x 100 - 4 x 400.

2) ΚΑΤΑΝΟΜΗ ΑΓΩΝΙΣΜΑΤΩΝ ΑΝΑ ΗΜΕΡΑ

Κ18 - ΠΑΙΔΩΝ		Κ18 - ΚΟΡΑΣΙΔΩΝ	
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.	
	10.000μ. Βάδην	5.000μ. Βάδην	
Άλμα Επί Κοντώ	Άλμα σε Ύψος	Άλμα σε Ύψος	Άλμα Επί Κοντώ
Άλμα Τριπλούν	Άλμα σε Μήκος	Άλμα Τριπλούν	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 ΙΣΧΥΟΥΝ ΟΡΙΑ ΠΡΟΚΡΙΣΗΣ 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 - ΠΑΙΔΩΝ: ΔΕΚΑΘΛΟ – 4 100 μ. – 4 x 400μ.

Κ18 - ΚΟΡΑΣΙΔΩΝ: 2.000 μ. Φ.Ε. - ΕΠΤΑΘΛΟ - 4 x 100 μ. – 4 x 400 μ.

3) ΣΥΜΜΕΤΟΧΗ ΑΘΛΗΤΩΝ – ΑΘΛΗΤΡΙΩΝ ΜΙΚΡΟΤΕΡΩΝ ΚΑΤΗΓΟΡΙΩΝ

Οι αθλητές-τριες της κατηγορίας **Κ16 (ΠΠ – ΠΚ Α')** μπορούν να δηλωθούν και να συμμετέχουν ΜΟΝΟ σε δύο από τα παρακάτω αγωνίσματα (εκτός

ΤΕΧΝΙΚΕΣ ΔΙΑΤΑΞΕΙΣ 2019

από δύο ατομικά αγωνίσματα δρόμων) στο ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΟ ΠΡΩΤΑΘΛΗΜΑ Κ18 (ΠΑΙΔΩΝ - ΚΟΡΑΣΙΔΩΝ):

Κ16 - ΠΑΜΠΑΙΔΕΣ Α΄ 2004: 100 – 200 – 400 – 800 – 1.500 – 3.000 – 110 ΕΜΠ. – 400 ΕΜΠ. – 10.000 ΒΑΔΗΝ – ΥΨΟΣ – ΕΠΙ ΚΟΝΤΩ – ΜΗΚΟΣ – ΤΡΙΠΛΟΥΝ – ΣΦΑΙΡΑ – ΔΙΣΚΟΣ – ΣΦΥΡΑ – ΑΚΟΝΤΙΟ – ΔΕΚΑΘΛΟ - 4 x 100 – 4 x 400.

Κ16 - ΠΑΜΠΑΙΔΕΣ Α΄ 2005: 3.000 - ΥΨΟΣ - ΕΠΙ ΚΟΝΤΩ – ΜΗΚΟΣ – ΤΡΙΠΛΟΥΝ.

Κ16 - ΠΑΓΚΟΡΑΣΙΔΕΣ Α΄ 2004: 100 – 200 – 400 – 800 – 1.500 – 3.000 - 100 ΕΜΠ. - 400 ΕΜΠ. – 5.000 ΒΑΔΗΝ - ΥΨΟΣ – ΕΠΙ ΚΟΝΤΩ – ΜΗΚΟΣ – ΣΦΑΙΡΑ – ΔΙΣΚΟΣ – ΣΦΥΡΑ - ΑΚΟΝΤΙΟ – ΕΠΤΑΘΛΟ - 4 x 100 – 4 x 400.

Κ16 - ΠΑΓΚΟΡΑΣΙΔΕΣ Α΄ 2005: ΥΨΟΣ - ΕΠΙ ΚΟΝΤΩ - ΜΗΚΟΣ – ΣΦΑΙΡΑ - ΔΙΣΚΟΣ – ΣΦΥΡΑ - ΑΚΟΝΤΙΟ.

Ζ5) ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΟ ΠΡΩΤΑΘΛΗΜΑ Κ16 (ΠΑΜΠΑΙΔΩΝ – ΠΑΓΚΟΡΑΣΙΔΩΝ Α΄):

1) ΟΜΙΛΟΙ

ΔΙΕΞΑΓΕΤΑΙ ΣΕ ΔΥΟ (2) ΟΜΙΛΟΥΣ: ΒΟΡΡΑ – ΝΟΤΟΥ.

ΒΟΡΕΙΟΣ ΟΜΙΛΟΣ: Ανατολική Μακεδονία & Θράκη, Θεσσαλονίκη, Κεντρική Μακεδονία, Δυτική Μακεδονία, Θεσσαλία, Ήπειρος, Κέρκυρα και τα σωματεία από Φθιώτιδα – Φωκίδα – Ευρυτανία.

ΝΟΤΙΟΣ ΟΜΙΛΟΣ: Περιφέρεια Πελοποννήσου, Βόρεια Πελοπόννησος, Αθήνα, Πειραιάς / Νοτιοδυτική Αττική, Λέσβος, Χίος – Σάμος, Κυκλάδες, Δωδεκάνησα, Κρήτη και τα σωματεία από Βοιωτία - Εύβοια.

2) ΑΓΩΝΙΣΜΑΤΑ

Κ16 - ΠΑΜΠΑΙΔΩΝ Α΄: 80 - 150 - 300 - 600 – 1.000 – 3.000 – 5.000 ΒΑΔΗΝ - 100 ΕΜΠ - 300 Εμπ – ΥΨΟΣ - ΕΠΙ ΚΟΝΤΩ – ΜΗΚΟΣ – ΤΡΙΠΛΟΥΝ – ΣΦΑΙΡΟΒΟΛΙΑ - ΔΙΣΚΟΒΟΛΙΑ – ΣΦΥΡΟΒΟΛΙΑ – ΑΚΟΝΤΙΣΜΟΣ - ΕΞΑΘΛΟ - 4 x 80 – 4x 300.

Κ16 - ΠΑΓΚΟΡΑΣΙΔΩΝ Α΄: 80 - 150 - 300 - 600 – 1.000 – 2.000 – 3.000 ΒΑΔΗΝ - 80 ΕΜΠ - 300 ΕΜΠ – ΥΨΟΣ - ΕΠΙ ΚΟΝΤΩ - ΜΗΚΟΣ – ΣΦΑΙΡΟΒΟΛΙΑ - ΔΙΣΚΟΒΟΛΙΑ – ΣΦΥΡΟΒΟΛΙΑ – ΑΚΟΝΤΙΣΜΟΣ – ΠΕΝΤΑΘΛΟ – 4 x 80 – 4 x 300.

3) ΚΑΤΑΝΟΜΗ ΑΓΩΝΙΣΜΑΤΩΝ ΑΝΑ ΗΜΕΡΑ

Κ16 - ΠΑΜΠΑΙΔΩΝ Α΄		Κ16 - ΠΑΓΚΟΡΑΣΙΔΩΝ Α΄	
1η ημέρα	2η ημέρα	1η ημέρα	2η ημέρα
300μ.	80μ.	300μ.	80μ.
600μ.	150μ.	600μ.	150μ.
1.000μ.	3.000μ.	1.000μ.	
		2.000μ.	
5.000μ. Βάδην			3.000μ. Βάδην
300μ. Εμπ.	100μ. Εμπ.	300μ. Εμπ.	80μ. Εμπ.
Άλμα σε Ύψος	Άλμα Επί Κοντώ	Άλμα Επί Κοντώ	Άλμα σε Ύψος
Άλμα Τριπλούν	Άλμα σε Μήκος		Άλμα σε Μήκος
Σφαιροβολία	Δισκοβολία	Δισκοβολία	Σφαιροβολία
Σφυροβολία	Ακοντισμός	Ακοντισμός	Σφυροβολία
4 x 80μ.	4 x 300μ.	4 x 80μ.	4 x 300μ.
Έξαθλο	Έξαθλο	Πένταθλο	Πένταθλο

* Στα αγωνίσματα των σκυταλοδρομιών 4 x 80 και 4 x 300 δεν υπάρχουν όρια – προϋποθέσεις πρόκρισης.

Οι αθλητές-τριες της κατηγορίας Κ14 (ΠΠ – ΠΚ Β΄) που γεννήθηκαν το 2006, μπορούν να δηλωθούν και να συμμετέχουν στο ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΟ ΠΡΩΤΑΘΛΗΜΑ Κ16 (ΠΑΜΠΑΙΔΩΝ – ΠΑΓΚΟΡΑΣΙΔΩΝ Α΄), σύμφωνα με τις παρακάτω προϋποθέσεις:

Το κάθε σωματείο μπορεί να συμμετέχει με ΠΕΝΤΕ (5) το ανώτερο αθλητές – αθλήτριες ΣΥΝΟΛΙΚΑ (με έτος γέννησης 2006):

1) Οι αθλητές – αθλήτριες αυτοί συμμετέχουν χωρίς όρια πρόκρισης (ανεξάρτητα από τον αριθμό των αθλητών - αθλητριών της κατηγορί-

- ας Κ16 «2004 – 2005» που συμμετέχουν χωρίς όρια πρόκρισης, σύμφωνα με τις ισχύουσες τεχνικές διατάξεις για τα πανελλήνια πρωταθλήματα).
- 2) Κάθε αθλητής – αθλήτρια συμμετέχει σε ΕΝΑ (1) μόνο αγώνισμα** (ανεξάρτητα εάν είναι ατομικό αγώνισμα ή σκυταλοδρομία).
- 3) Σε κάθε ατομικό αγώνισμα** (από αυτά που έχουν δικαίωμα συμμετοχής οι αθλητές – αθλήτριες του 2006), **το κάθε σωματείο μπορεί να συμμετέχει με ΕΝΑΝ (1) μόνο αθλητή – αθλήτρια**, από τους ΠΕΝΤΕ (5) που έχει συνολικά δικαίωμα συμμετοχής.

π.χ. Δικαίωμα Συμμετοχής:

- Με 5 αθλητές – αθλήτριες σε 5 διαφορετικά ατομικά αγωνίσματα.
- Με 4 αθλητές στη σκυταλοδρομία 4Χ80 ΠΠ και 1 αθλήτρια στη σκυταλοδρομία 4 x 80 ΠΚ.
- Με 3 αθλήτριες σε 3 διαφορετικά ατομικά αγωνίσματα, 1 αθλητή στη σκυταλοδρομία 4 x 80 ΠΠ και 1 αθλήτρια στη σκυταλοδρομία 4 x 80 ΠΚ

Τα αγωνίσματα που έχουν δικαίωμα συμμετοχής οι γεννηθέντες - θείσες το 2006 είναι:

Κ14 - ΠΑΜΠΑΙΔΕΣ Β΄ 2006:

80 - 150 - 1.000 – ΥΨΟΣ - ΕΠΙ ΚΟΝΤΩ – ΜΗΚΟΣ - ΣΦΑΙΡΟΒΟΛΙΑ - ΔΙΣΚΟΒΟΛΙΑ – ΣΦΥΡΟΒΟΛΙΑ – ΑΚΟΝΤΙΣΜΟΣ - 4 x 80

Κ14 - ΠΑΓΚΟΡΑΣΙΔΕΣ Α΄ 2006:

80 - 150 - 1.000 – 3.000 Βάδην - ΥΨΟΣ - ΕΠΙ ΚΟΝΤΩ – ΜΗΚΟΣ - ΣΦΑΙΡΟΒΟΛΙΑ - ΔΙΣΚΟΒΟΛΙΑ – ΣΦΥΡΟΒΟΛΙΑ – ΑΚΟΝΤΙΣΜΟΣ - 4 x 80

Ζ6) ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΑ ΠΡΩΤΑΘΛΗΜΑΤΑ ΣΥΝΘΕΤΩΝ ΑΓΩΝΙΣΜΑΤΩΝ:

- 1) Τα σύνθετα αγωνίσματα των κατηγοριών Α/Γ, Κ23 «ΝΕΩΝ Α/Γ» και Κ18 (Π/Κ), θα διεξαχθούν σε ξεχωριστή ημερομηνία (3-4/8/2019) από τα αγωνίσματα κορμού των αντιστοιχών πρωταθλημάτων.
- 2) Τα σύνθετα αγωνίσματα των κατηγοριών Κ20 (Ε-Ν) και Κ16 (ΠΠ/ΠΚ Α΄), θα διεξάγονται στον κύριο κορμό του αντιστοίχου πανελληνίου πρωταθλήματος. Οι αθλητές – τριες που συμμετέχουν στα σύνθετα αγωνίσματα, δεν έχουν δικαίωμα συμμετοχής και σε δεύτερο αγώνισμα.
- 3) Τα επιμέρους αγωνίσματα στα πανελλήνια πρωταθλήματα συνθέτων αγωνισμάτων είναι τα παρακάτω:

ΔΕΚΑΘΛΟ ΑΝΔΡΩΝ - Κ23 ΝΕΩΝ (Α) – Κ20 ΕΦΗΒΩΝ - Κ18 ΠΑΙΔΩΝ:

Α΄ ΗΜΕΡΑ: 100 – ΜΗΚΟΣ – ΣΦΑΙΡΟΒΟΛΙΑ – ΥΨΟΣ - 400

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

ΕΠΤΑΘΛΟ ΓΥΝΑΙΚΩΝ – Κ23 ΝΕΩΝ (Γ) – Κ20 ΝΕΑΝΙΔΩΝ - Κ18 ΚΟΡΑΣΙΔΩΝ:

Α΄ ΗΜΕΡΑ: 100 ΕΜΠ – ΥΨΟΣ – ΣΦΑΙΡΟΒΟΛΙΑ - 200

Β΄ ΗΜΕΡΑ: ΜΗΚΟΣ – ΑΚΟΝΤΙΣΜΟΣ – 800.

ΕΞΑΘΛΟ Κ16 (ΠΑΜΠΑΙΔΩΝ Α΄):

Α΄ ΚΥΚΛΟΣ: 100 ΕΜΠ - ΜΗΚΟΣ

Β΄ ΚΥΚΛΟΣ: ΣΦΑΙΡΟΒΟΛΙΑ - ΥΨΟΣ

Γ΄ ΚΥΚΛΟΣ: ΑΚΟΝΤΙΣΜΟΣ – 1.000.

ΠΕΝΤΑΘΛΟ Κ16 (ΠΑΓΚΟΡΑΣΙΔΩΝ Α΄):

Α΄ ΚΥΚΛΟΣ: 80 ΕΜΠ - ΜΗΚΟΣ

Β΄ ΚΥΚΛΟΣ: ΣΦΑΙΡΟΒΟΛΙΑ - ΑΚΟΝΤΙΣΜΟΣ

Γ΄ ΚΥΚΛΟΣ: 600.

Η) ΓΕΝΙΚΕΣ ΔΙΑΤΑΞΕΙΣ ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΩΝ ΠΡΩΤΑΘΛΗΜΑΤΩΝ

1) ΒΑΘΜΟΛΟΓΙΑ – ΑΞΙΟΛΟΓΗΣΗ

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: Η παραπάνω κλίμακα βαθμολογίας ισχύει και για τον καθένα από τους δύο ομίλους του πανελληνίου πρωταθλήματος Κ16 (ΠΠ-ΠΚ Α΄). Η συνολική βαθμολογία και κατάταξη των σωματείων θα ισχύει και θα ανακοινώνεται ξεχωριστά για κάθε όμιλο.

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

ΤΕΧΝΙΚΕΣ ΔΙΑΤΑΞΕΙΣ 2019

Για τα αγωνίσματα που διεξάγεται προκριματικός και στη συνέχεια τελικός ισχύουν τα παρακάτω:

1) Όταν στον τελικό ένας ή περισσότεροι αθλητές – αθλήτριες συμμετέχουν και τερματίζουν 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 ή ομάδες σκυταλοδρομίας δεν τερματίζουν ή δεν συμμετέχουν ή κάνουν άκυρες προσπάθειες, όπως επίσης και σε κάθε περίπτωση που από τον κανονισμό δεν υπάρχει κατάταξη αθλητή - τριας, αυτοί ΔΕΝ θα βαθμολογούνται (ανεξάρτητα εάν έχουν πετύχει το όριο στον προκριματικό).

Οι αντίστοιχοι βαθμοί δεν θα δίδονται σε κανένα άλλο αθλητή ή ομάδα και η βαθμολογία (για τα αγωνίσματα δρόμων που διεξάγεται τελικός με τη συμμετοχή οχτώ – 8 – αθλητών ή ομάδων), θα συνεχίζεται για τις θέσεις 9 – 16 από τον προκριματικό με τους βαθμούς που αντιστοιχούν σε αυτές τις θέσεις.

Παράδειγμα 1: Στον τελικό των 200 μ. τερμάτισαν 6 από τους 8 αθλητές. Η βαθμολογία έχει ως εξής: 13–11–10–9–8–7 για τους αθλητές του τελικού και 4–3–2–1–1–1–1 για τους καλύτερους αθλητές του προκ/κού που δεν προκρίθηκαν στον τελικό και κατέλαβαν τις θέσεις 9–16 από την επίδοσή τους στον προκριματικό.

Παράδειγμα 2: Στον τελικό των 10.000 μ. 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.

Παράδειγμα 3: Στον τελικό της σφαιροβολίας, από τους 12 αθλητές που προκρίθηκαν για να αγωνιστούν ο ένας δεν συμμετείχε, δύο αθλητές έκαναν μόνο άκυρες προσπάθειες και οι υπόλοιποι εννιά (9) πέτυχαν το όριο βαθμολόγησης. Βαθμολογούνται οι εννιά (9) αθλητές του τελικού με την κλίμακα: 13-11-10-9-8-7-6-5-4 και με την κλίμακα 1–1–1–1, οι καλύτεροι αθλητές του προκ/κού που δεν προκρίθηκαν στον τελικό και κατέλαβαν τις θέσεις 13 – 16 από την επίδοσή τους στον προκριματικό.

2) ΣΥΜΜΕΤΟΧΗ – ΒΑΘΜΟΛΟΓΙΑ – ΑΞΙΟΛΟΓΗΣΗ ΣΥΝΘΕΤΩΝ ΑΓΩΝΙΣΜΑΤΩΝ

1) Για τους αθλητές – τριες των συνθέτων αγωνισμάτων των κατηγοριών που το αγώνισμα τους (Σύνθετο) διεξάγεται μέσα στον κύριο κορμό του αντιστοίχου πανελληνίου πρωταθλήματος ισχύουν τα παρακάτω:

ΚΑΤΗΓΟΡΙΕΣ: K20 (Ε/Ν) – K16 (ΠΠ/ΠΚ Α'): Έχουν δικαίωμα να δηλωθούν και να συμμετέχουν ΜΟΝΟ στο σύνθετο αγώνισμα (δεν έχουν δικαίωμα να δηλωθούν και να συμμετέχουν και σε δεύτερο αγώνισμα).

Βαθμολογούνται οι 16 πρώτοι αθλητές – τριες, με την προϋπόθεση φυσικά ότι θα πετύχουν το αντίστοιχο όριο βαθμολόγησης, με την σταθερή βαθμολογία: **19 - 17 – 15 – 13 – 12 – 11 – 10 – 9 – 8 – 7 – 6 – 5 – 4 – 3 – 2 -1.**

• 2) Για τους αθλητές – τριες των συνθέτων αγωνισμάτων των κατηγοριών που το αγώνισμα τους (Σύνθετο), διεξάγεται σε διαφορετική ημερομηνία από τα υπόλοιπα αγωνίσματα του αντιστοίχου πανελληνίου πρωταθλήματος ισχύουν τα παρακάτω:

A) ΚΑΤΗΓΟΡΙΑ: K18 (Π/Κ): Οι αθλητές – τριες (έτη γέν. 2002–2003-2004) που θα συμμετέχουν στα σύνθετα αγωνίσματα K18 -Π/Κ (3-4/8/19), έχουν δικαίωμα να δηλωθούν και να συμμετέχουν στο αντίστοιχο πρωτάθλημα «κορμού» (K18 - Π/Κ 6-7/7/19), σε ένα ατομικό αγώνισμα ή σε μία σκυταλοδρομία.

-) Στα σύνθετα αγωνίσματα K18 (Π/Κ), βαθμολογούνται οι 16 πρώτοι αθλητές – τριες, με την προϋπόθεση φυσικά ότι θα πετύχουν το αντίστοιχο όριο βαθμολόγησης, με τη σταθερή βαθμολογία: **13 – 11 – 10 – 9 – 8 – 7 – 6 – 5 – 4 – 3 – 2 -1 – 1 – 1 – 1 -1.**

B) ΚΑΤΗΓΟΡΙΑ: K23 «ΝΕΩΝ (Α/Γ)»: Οι αθλητές – τριες (έτη γεν. 1997 – 2001) που θα συμμετέχουν στα σύνθετα αγωνίσματα ΝΕΩΝ Α/Γ (3-4/8/19), έχουν δικαίωμα να δηλωθούν και να συμμετέχουν επιπλέον στο αντίστοιχο πρωτάθλημα K23 «Νέων Α/Γ» 29-30/6/19) σύμφωνα με τα παρακάτω:

-α) Οι γεννηθέντες – θείσες τα έτη 1997-1999 (κατηγορία K23 -ΝΕΩΝ) σε ένα ατομικό αγώνισμα και μία σκυταλοδρομία ή σε δύο σκυταλοδρομίες.

-β) Οι γεννηθέντες – θείσες τα έτη 2000-2001 (κατηγορία K20 - Ε/Ν) σε ένα ατομικό αγώνισμα ή σε μία σκυταλοδρομία.

-γ) Από τη συμμετοχή τους στο σύνθετο βαθμολογούνται και στις δύο κατηγορίες Α/Γ και K23 «Νέων (Α/Γ)», σύμφωνα με τα παρακάτω:

1) Για τη βαθμολογία του πρωταθλήματος Α/Γ, βαθμολογούνται οι 16 πρώτοι αθλητές – τριες (και από τις 2 κατηγορίες Α/Γ – K23 ΝΕΩΝ), με την προϋπόθεση φυσικά ότι θα πετύχουν το αντίστοιχο όριο βαθμολόγησης, με τη σταθερή βαθμολογία: **13 – 11 – 10 – 9 – 8 – 7 – 6 – 5 – 4 – 3 – 2 – 1 – 1 – 1 – 1 -1.**

2) Για τη βαθμολογία του πρωταθλήματος K23 «ΝΕΩΝ (Α/Γ)», βαθμολογούνται οι 16 πρώτοι αθλητές – τριες της κατηγορίας K23 (ΝΕΩΝ), με την προϋπόθεση φυσικά ότι θα πετύχουν το αντίστοιχο όριο βαθμολόγησης, με τη σταθερή βαθμολογία: **13 – 11 – 10 – 9 – 8 – 7 – 6 – 5 – 4 – 3 – 2 – 1 – 1 – 1 – 1 – 1**.

Δ) ΚΑΤΗΓΟΡΙΑ: Α/Γ: Οι αθλητές – τριες που θα συμμετέχουν στα σύνθετα αγωνίσματα Α/Γ (3-4/8/19), έχουν δικαίωμα να δηλωθούν και να συμμετέχουν ΕΠΙΠΛΕΟΝ στο αντίστοιχο πρωτάθλημα (Α/Γ 27-28/7/19), σύμφωνα με τα παρακάτω:

α) Οι γεννηθέντες – θείσες τα έτη 1999 και οι μεγαλύτεροι - ρες (κατηγορίες Α/Γ και K23 ΝΕΩΝ) σε ένα ατομικό αγώνισμα και μία σκυταλοδρομία ή σε δύο σκυταλοδρομίες.

β) Οι γεννηθέντες – θείσες τα έτη 2000 - 2001 (κατηγορία K23 Ε/Ν) σε ένα ατομικό αγώνισμα ή σε μία σκυταλοδρομία.

γ) Από τη συμμετοχή τους στο σύνθετο βαθμολογούνται για την κατηγορία Α/Γ, σύμφωνα με τα παρακάτω:

- Για τη βαθμολογία του πρωταθλήματος Α/Γ, βαθμολογούνται οι 16 πρώτοι αθλητές – τριες (και από τις 2 κατηγορίες Α/Γ και K23 ΝΕΩΝ), με την προϋπόθεση φυσικά ότι θα πετύχουν το αντίστοιχο όριο βαθμολόγησης, με τη σταθερή βαθμολογία: **13 – 11 – 10 – 9 – 8 – 7 – 6 – 5 – 4 – 3 – 2 – 1 – 1 – 1 – 1 – 1**.

3) ΣΥΝΟΛΙΚΗ ΒΑΘΜΟΛΟΓΙΑ ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΩΝ ΠΡΩΤΑΘΛΗΜΑΤΩΝ

Η συνολική βαθμολογία κάθε κατηγορίας πανελληνίου πρωτ/τος υπολογίζεται από τη βαθμολογία όλων των επί μέρους αγωνισμάτων που συμπεριλαμβάνονται στο συγκεκριμένο πρωτ/μα (π.χ. μαραθώνιος, βιάθλον) και διεξάγονται από **1/10/18 – 15/10/19**.

Το πρώτο σωματείο της συνολικής βαθμολογίας κάθε κατηγορίας πρωταθλήματος (μετά από την οριστικοποίηση της από ενστάσεις ή ακυρώσεις κ.λ.π.), εκπροσωπεί τη χώρα μας στα Ευρωπαϊκά κύπελλα συλλόγων ή όπου αλλού καλείται.

Σημείωση:

1) Για το 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.

4) ΠΡΙΜΟΔΟΤΗΣΗ - ΑΞΙΟΛΟΓΗΣΗ ΣΩΜΑΤΕΙΩΝ ΑΠΟ ΔΙΕΘΝΕΙΣ ΣΥΜΜΕΤΟΧΕΣ

Τα σωματεία θα πρωμοδοτούνται - 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 (Ε/Ν), τότε η αξιολόγηση που θα πάρει θα είναι αντίστοιχης αξίας με την αξιολόγηση του πανελληνίου πρωταθλήματος K20 (Ε/Ν).

5) ΔΙΑΔΟΧΙΚΑ ΎΨΗ:

Τα διαδοχικά ύψη των ειδικών προκηρύξεων θα καθορίζονται κατά τέτοιο 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 τετράθλου θα καθορίζονται μετά από συνεννόηση του τεχνικού υπευθύνου – διευθυντή αγώνων, του εφόρου του αγωνίσματος και των αθλητών-τριών που αγωνίζονται.

6) 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.

7) ΟΙΚΟΝΟΜΙΚΑ:

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:

Α/Γ – Κ23 (ΝΕΩΝ Α/Γ) – Κ20 (Ε/Ν) – Κ18 (Π/Κ)

Στα σωματεία που οι αθλητές – αθλήτριές τους, θα καταλάβουν μια 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 αντίστοιχων 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 – τρια 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 – τριες 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.

ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΟ ΠΡΩΤΑΘΛΗΜΑ Κ16 (ΠΠ-ΠΚ Α')

(ΓΙΑ ΚΑΘΕ ΕΝΑΝ ΑΠΟ ΤΟΥΣ ΔΥΟ ΟΜΙΛΟΥΣ ΞΕΧΩΡΙΣΤΑ)

Στα σωματεία που οι αθλητές – αθλήτριές τους, θα καταλάβουν μια 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 - 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 7 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 – 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.

ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΟ ΠΡΩΤΑΘΛΗΜΑ ΚΛΕΙΣΤΟΥ ΣΤΙΒΟΥ

Στο πανελλήνιο πρωτάθλημα κλειστού στίβου δεν υπάρχει κάλυψη εξόδων μετακίνησης.

Θ) ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΟ ΠΡΩΤΑΘΛΗΜΑ ΔΡΟΜΟΥ ΣΕ ΑΝΩΜΑΛΟ ΕΔΑΦΟΣ:

1) ΑΓΩΝΙΣΜΑΤΑ

ΑΝΔΡΩΝ:	10.000	ΓΥΝΑΙΚΩΝ:	8.000
Κ23 - ΑΝΔΡΩΝ Β΄:	8.000	Κ23 - ΓΥΝΑΙΚΩΝ Β΄:	6.000
Κ20 - ΕΦΗΒΩΝ:	6.000	Κ20 - ΝΕΑΝΙΔΩΝ:	4.000
Κ18 - ΠΑΙΔΩΝ:	4.000	(Συμμετέχουν και οι ΠΠ Α΄, οι γεννηθέντες το 2004).	
Κ18 - ΚΟΡΑΣΙΔΩΝ:	3.000	(Συμμετέχουν και οι ΠΚ Α΄, οι γεννηθείσες το 2004).	

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 - τριας, 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 - τρια 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 - τριας, 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 τερματίσαντων της συγκεκριμένης

ΤΕΧΝΙΚΕΣ ΔΙΑΤΑΞΕΙΣ 2019

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 στο συνημμένο πίνακα της ειδικής προκήρυξης και ανάλογα με το νομό προέλευσης του κάθε σωματείου.

B) Επίσης θα καταβάλλεται το ½ (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.

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 εμπόδιων όπως αναφέρονται στον παρακάτω πίνακα:

ΒΑΡΗ ΟΡΓΑΝΩΝ ΡΙΨΕΩΝ				
ΚΑΤΗΓΟΡΙΑ	ΣΦΑΙΡΑ	ΔΙΣΚΟΣ	ΑΚΟΝΤΙΟ	ΣΦΥΡΑ
K14 (ΠΑΜΠΑΙΔΩΝ Β΄)	3 κ.	ΟΧΙ	ΜΠΑΛΑΚΙ 200 γρ. ή VORTEX 130γρ.	ΟΧΙ
K16 (ΠΑΜΠΑΙΔΩΝ Α΄)	4 κ.	1 κ.	600 γρ.	4 κ.
K18 (ΠΑΙΔΩΝ)	5 κ.	1.500 γρ.	700 γρ.	5 κ.
K20 (ΕΦΗΒΩΝ)	6 κ.	1.750 γρ.	800 γρ.	6 κ.
K23 (ΝΕΩΝ)	7.260 γρ.	2 κ.	800 γρ.	7.260 γρ.
ΑΝΔΡΩΝ	7.260 γρ.	2 κ.	800 γρ.	7.260 γρ.
K14 (ΠΑΓΚΟΡΑΣΙΔΩΝ Β΄)	3 κ.	ΟΧΙ	ΜΠΑΛΑΚΙ 200 γρ. ή VORTEX 130γρ.	ΟΧΙ
K16 (ΠΑΓΚΟΡΑΣΙΔΩΝ Α΄)	3 κ.	1 κ.	500 γρ.	3 κ.
K18 (ΚΟΡΑΣΙΔΩΝ)	3 κ.	1 κ.	500 γρ.	3 κ.
K20 (ΝΕΑΝΙΔΩΝ)	4 κ.	1 κ.	600 γρ.	4 κ.
K23 (ΝΕΩΝ)	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	ΕΝΔΙΑΜΕΣΗ ΑΠΟΣΤΑΣΗ	ΤΕΛΕΥΤΑΙΟ ΕΩΣ ΤΕΡΜΑΤΙΣΜΟ
K14 (ΠΠΒ')	60μ ΕΜΠ	6	0,76	12	7,50	10,50
K16 (ΠΠΑ')	100μ ΕΜΠ	10	0,84	13	8,50	10,50
	300μ ΕΜΠ	7	0,76	50	35	40
K18 (ΠΑΙΔΩΝ)	110μ ΕΜΠ	10	0,91	13,72	9,14	14,02
	400μ ΕΜΠ	10	0,84	45	35	40
K20 (ΕΦΗΒΩΝ)	110μ ΕΜΠ	10	1,00	13,72	9,14	14,02
	400μ ΕΜΠ	10	0,91	45	35	40
K23 (ΝΕΩΝ ΑΝΔΡΩΝ)	110μ ΕΜΠ	10	1,06	13,72	9,14	14,02
	400μ ΕΜΠ	10	0,91	45	35	40
ΠΑΙΔΩΝ Ε-ΝΕΩΝ-Α	2.000 Φ.Ε	18 + 5	0,91			
	3.000 Φ.Ε.	28 + 7				
K14 (ΠΚΒ')	60μ ΕΜΠ	6	0,76	12	7	13
K16 (ΠΚΑ')	80μ ΕΜΠ	8	0,76	13	8	11
	300μ ΕΜΠ	7	0,76	50	35	40
K18 (ΚΟΡΑΣΙΔΩΝ)	100μ ΕΜΠ	10	0,76	13	8,50	10,50
	400μ ΕΜΠ		0,76	45	35	40
K20 (ΝΕΑΝΙΔΩΝ)	100μ ΕΜΠ	10	0,84	13	8,50	10,50
	400μ ΕΜΠ		0,76	45	35	40
K23 (ΝΕΕΣ ΓΥΝΑΙΚΩΝ)	100μ ΕΜΠ	10	0,84	13	8,50	10,50
	400μ ΕΜΠ		0,76	45	35	40
ΚΟΡΑΣΙΔΩΝ ΝΕΑΝ – Ν-Γ	2.000 Φ.Ε.	18 + 5	0,76			
	3.000 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
K14 (ΠΠ Β')	60 μ.	6	0,76	12	7,50	10,50
K14 (ΠΚ Β')		6	0,76	12	7	13
K16 (ΠΠ Α')		5	0,84	13	8,50	13
K16 (ΠΚ Α')		5	0,76	13	8	15
K18 (ΠΑΙΔΩΝ)		5	0,91	13,72	9,14	9,72
K18 (ΚΟΡΑΣΙΔΩΝ)		5	0,76	13	8,50	13
K20 (ΕΦΗΒΩΝ)		5	1,00	13,72	9,14	9,72
ΑΝΔΡΩΝ		5	1,06	13,72	9,14	9,72
ΓΥΝΑΙΚΩΝ		5	0,84	13	8,50	13
K20 (ΝΕΑΝΙΔΩΝ)		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 1/10 του προηγούμενου έτους μέχρι 15/10 του τρέχοντος έτους, υπολογίζονται οι διασυλλογικοί αγώνες, τα πανελλήνια πρωταθλήματα και οι συμμετοχές και διάκριση των αθλητών στους διεθνείς αγώνες.

3) ΠΟΣΟΣΤΙΑΙΑ ΚΑΤΑΝΟΜΗ ΤΗΣ ΑΞΙΟΛΟΓΗΣΗΣ ΔΙΑΣΥΛΛΟΓΙΚΩΝ ΑΓΩΝΩΝ ΚΑΙ ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΩΝ ΠΡΩΤΑΘΛΗΜΑΤΩΝ

ΚΑΤΗΓΟΡΙΑ ΠΡΩΤΑΘΛΗΜΑΤΟΣ ΚΑΙ ΑΓΩΝΩΝ	ΠΟΣΟΣΤΟ (%)
ΔΙΑΣΥΛΛΟΓΙΚΟΙ ΑΓΩΝΕΣ	26 %
ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΟ Κ16 (ΠΠ- ΠΚΑ')	17 %
ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΟ Κ18 (ΠΑΙΔΩΝ – ΚΟΡΑΣΙΔΩΝ)	15 %
ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΟ Κ20 (ΕΦΗΒΩΝ – ΝΕΑΝΙΔΩΝ)	15 %
ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΟ ΑΝΔΡΩΝ – ΓΥΝΑΙΚΩΝ	14 %
ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΟ Κ23 (ΝΕΩΝ Α-Γ)	10 %
ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΟ ΑΝΩΜΑΛΟΥ	3 %
ΣΥΝΟΛΟ	100 %

4) ΑΞΙΟΛΟΓΗΣΗ ΣΩΜΑΤΕΙΩΝ ΑΠΟ ΜΕΤΑΓΡΑΦΕΣ ΑΘΛΗΤΩΝ

1) Όπως αναφέρεται στον ισχύοντα κανονισμό εγγραφών – μεταγραφών, για τις περιπτώσεις των αθλητών – τριών που παίρνουν μεταγραφή σύμφωνα με το άρθρο 5. παρ. 3 (μετοίκηση λόγω εγγραφής σε ανώτερο ή ανώτατο δημόσιο εκπαιδευτικό ίδρυμα) και παρ. 4 α.β. (μετοίκηση για λόγους επαγγελματικούς), καθώς και το άρθρο 6.4 (μετοίκηση λόγω εγγραφής σε ανώτερο ή ανώτατο δημόσιο εκπαιδευτικό ίδρυμα ή για λόγους επαγγελματικούς και ανεξαρτήτως χιλιομετρικής απόστασης, με τη συγκατάθεση του σωματείου του) ισχύουν τα παρακάτω:

«Για τις τρεις (3) πρώτες αγωνιστικές περιόδους, μετά την έγκριση της μεταγραφής, **οι βαθμοί αξιολόγησης** από τις διακρίσεις του αθλητή στους διασυλλογικούς αγώνες και στα πανελλήνια πρωταθλήματα στίβου θα μοιράζονται στα δύο σωματεία».

2) «Το ίδιο ισχύει και για τις περιπτώσεις εκείνες των αθλητών που θα αποκτώνται μετά από προσφυγή στο ΑΣΕΑΔ, για τα παραπάνω συγκεκριμένα άρθρα 5.5, 6.α.β. και 6.3, καίτοι είχε απορριφθεί η αίτηση μεταγραφής τους από την επιτροπή μεταγραφών».

5) ΓΕΝΙΚΗ ΣΗΜΕΙΩΣΗ ΓΙΑ ΤΗ ΒΑΘΜΟΛΟΓΙΑ – ΑΞΙΟΛΟΓΗΣΗ ΣΕ ΟΛΑ ΤΑ ΑΞΙΟΛΟΓΟΥΜΕΝΑ ΠΡΩΤΑΘΛΗΜΑΤΑ ΚΑΙ ΑΓΩΝΕΣ:

Στα αξιολογούμενα πρωταθλήματα και αγώνες (Πανελλήνια – Διασυλλογικοί), οι βαθμοί που απορρέουν από την κατάταξη των αθλητών – αθλητριών που αποκτήθηκαν την τελευταία μεταγραφική περίοδο, με απόφαση του Α.Σ.Ε.Α.Δ., καθ' υπέρβαση των αριθμητικών διατάξεων του κανονισμού εγγραφών – μεταγραφών του Σ.Ε.Γ.Α.Σ. και των οποίων οι σχετικές αιτήσεις είχαν απορριφθεί από την επιτροπή μεταγραφών, δεν προσμετρώνται στη βαθμολογία του πρωταθλήματος και στην ετήσια αξιολόγηση του σωματείου.

6) 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 – ΝΕΟΙ – Ε/Ν και Π/Κ) από τη συμμετοχή και διάκρισή τους σε παγκόσμια και ευρωπαϊκά πρωταθλήματα και γενικότερα σε διεθνείς αγώνες, σύμφωνα με το 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 καμιά περίπτωση για την βαθμολογία - κατάταξη του αντίστοιχου πανελληνίου πρωταθλήματος.

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

Όταν ένας αθλητής - τρια αγωνίζεται ή έχει υποχρεώσεις (προετοιμασίες κ.λ.π.) 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 1/2 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 ένδεκα (11) βαθμούς του αντίστοιχου 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 αντίστοιχου 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 αντίστοιχου πανελληνίου πρωταθλήματος (π.χ. Έφηβος αθλητής συμμετέχει σε διεθνή αγώνα της κατηγορίας

του και ταυτόχρονα διεξάγεται το πανελλήνιο πρωτ/μα Ανδρών).

στ) Για τους συμμετέχοντες στα αγωνίσματα των σκυταλοδρομιών (βασικούς και αναπληρωματικούς), το σωματείο δικαιούται το 1/2 των αντιστοίχων βαθμών «στρογγυλεμένων» προς τα επάνω.

ζ) Αν διεξάγονται πανελλήνια 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 προμодоτεείται με ένδεκα (11) βαθμούς του αντιστοίχου πανελληνίου πρωταθλήματος.

η) Οι παραπάνω βαθμοί δίνονται, MONO εάν το αγώνισμα ή τα αγωνίσματα που συμμετέχει ο αθλητής – τρια με την Εθνική ομάδα συμπεριλαμβάνονται στο αντίστοιχο πρόγραμμα του αξιολογούμενου πρωταθλήματος ή είναι αντίστοιχα και στο οποίο δεν συμμετέχει ο αθλητής-τρια. 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.

• Εξαιρούνται, απ' όσα αναφέρονται στην παράγραφο (ζ), οι αθλητές – τριες που συμμετέχουν με την Εθνική ομάδα σε ΣΥΝΘΕΤΑ ΑΓΩΝΙΣΜΑΤΑ και ταυτόχρονα διεξάγεται αξιολογημένο πρωτάθλημα. Τότε οι αθλητές – τριες αυτοί αξιολογούνται, σύμφωνα με όλα όσα αναφέρονται στις παραπάνω παραγράφους (α, β, γ, δ, ε και στ), αλλά σε ENA MONO 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.

θ) Αντίστοιχα με όλα τα παραπάνω σε ότι έχει σχέση με τη βαθμολογία – αξιολόγηση, θα ισχύουν και για το πανελλήνιο πρωτάθλημα δρόμου σε ανώμαλο έδαφος.

8) ΓΡΑΜΜΑΤΙΑ ΕΙΣΠΡΑΞΗΣ ΣΩΜΑΤΕΙΩΝ:

Εάν τα σωματεία δεν καταθέσουν τα γραμμάτια τους μετά το τέλος των αγώνων, για οποιοδήποτε λόγο, θα πρέπει να τα στείλουν στον Σ.Ε.Γ.Α.Σ. το αργότερο μέχρι το τέλος του τρέχοντος έτους.

Σε διαφορετική περίπτωση δεν θα καταβάλλονται τα έξοδα μετακίνησης των σωματείων.

9) ΕΙΔΙΚΕΣ ΔΙΑΤΑΞΕΙΣ

Όλοι οι αθλητές – τριες πρέπει **45' τουλάχιστον πριν** από τους προκριματικούς και τους αγώνες επιλογής και 30' πριν από τους τελικούς, να παρουσιάζονται στην αίθουσα κλήσης **ΑΥΤΟΠΡΟΣΩΠΩΣ**, για να δηλώσουν την παρουσία τους, προσκομίζοντας το δελτίο τους (εκτός εάν αναφέρεται διαφορετική ώρα παρουσίας στην ειδική προκήρυξη του πρωταθλήματος).

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-τριες 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 – τριες μετέχουν με τρεις προσπάθειες και οι 8 πρώτοι συνεχίζουν με άλλες τρεις (3).

Οι αγώνες θα διεξαχθούν σύμφωνα με τους κανονισμούς στίβου της IAAF **2018 – 2019** και τις διατάξεις 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 – τριες πρέπει να προσέρχονται στον χώρο απονομής των επάθλων.

Τα αγωνίσματα των ΣΚΥΤΑΛΟΔΡΟΜΙΩΝ στα πανελλήνια πρωταθλήματα διεξάγονται όλα σε ΤΕΛΙΚΕΣ ΣΕΙΡΕΣ.

10) 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

ΤΕΧΝΙΚΕΣ ΔΙΑΤΑΞΕΙΣ 2019

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 οποιοδήποτε προπονητή ή συνοδό στην αίθουσα κλήσης, εκτός από τον επίσημο εκπρόσωπο του συλλόγου.

3) Οι τελικές δηλώσεις των συλλόγων για τις σκυτάλες θα γίνονται μόνο από τον εκπρόσωπο του συλλόγου, ο οποίος θα δηλώνει και τη ακριβή 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 ή το αθλητικό δελτίο δεν είναι θεωρημένα ιατρικώς, σύμφωνα με όσα αναφέρονται παρακάτω στην παράγραφο 14.

6. Ειδικά για το πανελλήνιο πρωτάθλημα ΑΝΔΡΩΝ – ΓΥΝΑΙΚΩΝ, η λειτουργία της αίθουσας κλήσης θα προσαρμοστεί στις διεθνείς προδιαγραφές (όπως έγινε και το 2018), 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 τα υπόλοιπα πρωταθλήματα θα εξετάζεται κατά περίπτωση, ανάλογα και με το στάδιο διεξαγωγής των αγώνων και το προσωπικό «εθελοντές» που θα υπάρχει.

11) ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ ΑΓΩΝΩΝ:

Τα αποτελέσματα των αγώνων: θα εμφανίζονται σε ευκρινείς και προσιτό σημεία για να τα βλέπουν οι ενδιαφερόμενοι.

Αποτελέσματα θα παίρνει μόνο ο εκπρόσωπος του συλλόγου.

12) 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 ή ένας από τους εθνικούς προπονητές.

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 υπεύθυνου – διευθυντή αγώνων εκτελεί ένας εκ των τεχνικών συμβούλων της ανάπτυξης (στους ομίλους) ή ο τεχνικός σύμβουλος της Ε.Α.Σ. που διοργανώνει τους αγώνες

13) 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 εθνικός προπονητής.
6. Ο τεχνικός σύμβουλος της τοπικής Ε.Α.Σ.
7. Ο τεχνικός υπεύθυνος εγκατάστασης
8. Ο Αλυτάρχης.
9. Ο τεχνικός διευθυντής - Γυμνασάρχος
10. Ο πρόεδρος των κριτών της περιοχής που γίνεται το πρωτάθλημα.
11. Ο επί κεφαλής των υπαλλήλων του Σ.Ε.Γ.Α.Σ.

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

Α) 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 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 ή το αθλητικό τους δελτίο είναι θεωρημένο σύμφωνα με όσα αναφέρονται στην παράγραφο αυτή.

Μετά την από 24/12/2018 Κοινή Υπουργική Απόφαση του Υπουργού Υγείας και του Υφυπουργού Αθλητισμού, για την παράταση της προθεσμίας έκδοσης της Κάρτας Υγείας Αθλητή μέχρι 31/07/2019, οι αθλητές-τριες θα δύνανται να συμμετέχουν σε αγώνες με την προϋπόθεση ότι έχουν πιστοποίηση υγείας σύμφωνα με τα παρακάτω:

- 1) Οι αθλητές – αθλήτριες οι οποίοι έχουν δελτίο Σ.Ε.Γ.Α.Σ. «νέας έκδοσης» και έχουν ήδη θεωρημένη την Κάρτα Υγείας Αθλητή.
- 2) Οι αθλητές – αθλήτριες οι οποίοι έχουν δελτίο Σ.Ε.Γ.Α.Σ. «νέας έκδοσης» ή θα εκδώσουν δελτίο στο μέλλον και δεν έχουν μέχρι σήμερα θεωρημένη από ιατρό την Κάρτα Υγείας Αθλητή.
Οι αθλητές αυτοί πρέπει να θεωρήσουν την Κάρτα Υγείας Αθλητή από νομαρχιακό νοσοκομείο ή κέντρο υγείας ή αγροτικό ιατρείο ή υγειονομική στρατιωτική μονάδα ή από ιατρούς έχοντες οποιαδήποτε σχέση με το Δημόσιο ή Ν.Π.Δ.Δ. (όπως ίσχυε μέχρι 8/9/2018).
- 3) Οι αθλητές – αθλήτριες οι οποίοι έχουν δελτίο Σ.Ε.Γ.Α.Σ. «παλαιάς έκδοσης» και δεν έχουν μέχρι σήμερα θεωρήσει από ιατρό την Κάρτα Υγείας Αθλητή.
Για τους αθλητές αυτούς ισχύει η πιστοποίηση της υγείας τους (ιατρική θεώρηση) στη πίσω όψη του δελτίου τους μέχρι και τη λήξη της.
Για την ανανέωση της πιστοποίησης υγείας συστήνεται η ιατρική θεώρηση στην κάρτα υγείας αθλητή, από νομαρχιακό νοσοκομείο ή κέντρο υγείας ή αγροτικό ιατρείο ή υγειονομική στρατιωτική μονάδα ή από ιατρούς έχοντες οποιαδήποτε σχέση με το Δημόσιο ή Ν.Π.Δ.Δ. (όπως ίσχυε μέχρι 8/9/2018).

Η πιστοποίηση υγείας των αθλητών – αθλητριών για όλες τις παραπάνω περιπτώσεις, ισχύει για ένα (1) έτος από την ημερομηνία της ιατρικής θεώρησης

Β) 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.

15) 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 το Ε.Σ.ΚΑ.Ν.
- 3) Στα πανελλήνια πρωταθλήματα Ανδρών-Γυναικών, Κ23 (Νέων Α/Γ), Κ20 (Εφήβων-Νεανίδων) και Κ18 (Παίδων-Κορασίδων) θα γίνεται έλεγχος DOPING, σύμφωνα με τους όρους και τις διατάξεις της Παγκόσμιας Ομοσπονδίας Κλασικού Αθλητισμού (Ι.Α.Α.Ε.).

16) 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 σε κάθε περίπτωση το αργότερο μέχρι 30 Μαρτίου 2019, ΒΕΒΑΙΩΣΗ ΣΠΟΥΔΩΝ για το ακαδημαϊκό έτος 2018 – 2019.

Σε αντίθετη περίπτωση δεν θα γίνεται δεκτή η συμμετοχή τους.

Τη σχετική βεβαίωση (για το ακαδημαϊκό έτος 2018 – 2019) καταθέτουν τα σωματεία για τους αθλητές – αθλήτριες που έχουν πάρει μετεγγραφή μέχρι και το 2017. Για τους αθλητές – αθλήτριες που έχουν πάρει μετεγγραφή το 2018, η σχετική βεβαίωση έχει ήδη κατατεθεί με τα δικαιολογητικά για την έγκριση της μετεγγραφής

ΤΕΧΝΙΚΕΣ ΔΙΑΤΑΞΕΙΣ 2019

ΠΙΝΑΚΑΣ ΠΡΙΜΟΔΟΤΗΣΗΣ - ΑΞΙΟΛΟΓΗΣΗΣ ΣΩΜΑΤΕΙΩΝ ΓΙΑ ΤΗΝ ΣΥΜΜΕΤΟΧΗ ΚΑΙ ΔΙΑΚΡΙΣΗ ΑΘΛΗΤΩΝ - ΑΘΛΗΤΡΙΩΝ ΤΟΥΣ ΜΕ ΤΙΣ ΕΘΝΙΚΕΣ ΟΜΑΔΕΣ ΣΤΟΥΣ ΔΙΕΘΝΕΙΣ ΑΓΩΝΕΣ ΤΗΣ ΙΑΑΦ ΚΑΙ ΕΑΑ

ΠΙΝΑΚΑΣ ΒΑΘΜΩΝ 2019. Στην περίπτωση συμμετοχής στην εθνική ομάδα των αθλητών τους θα ισχύουν:

Α) ΠΙΝΑΚΑΣ ΣΥΜΜΕΤΟΧΗΣ

ΟΛΥΜΠΙΑΚΟΙ ΑΓΩΝΕΣ ΠΑΓΚΟΣΜΙΟ ΠΡΩΤ/ΜΑ Α / Γ	12
ΠΑΓΚΟΣΜΙΟ ΠΡΩΤ/ΜΑ (ΚΛΕΙΣΤΟΥ) Α/Γ ΕΥΡΩΠΑΙΚΟ ΠΡΩΤ/ΜΑ Α/Γ	10
ΕΥΡΩΠΑΪΚΟ ΠΡΩΤ/ΜΑ (ΚΛΕΙΣΤΟΥ) Α / Γ ΕΥΡΩΠΑΪΚΟ ΠΡΩΤ/ΜΑ ΝΕΩΝ Κ23 (ΝΕΩΝ) ΠΑΓΚΟΣΜΙΑ ΠΡΩΤ/ΜΑΤΑ Κ20 (Ε/Ν) - Κ18 (Π/Κ)	8
ΕΥΡΩΠΑΪΚΑ ΠΡΩΤ/ΤΑ Κ20 (Ε / Ν) – Κ18 (Π / Κ) ΕΥΡΩΠΑΪΚΟ ΠΡΩΤ/ΜΑ ΟΜΑΔΩΝ S.L. ΠΑΓΚΟΣΜΙΟ ΚΥΠΕΛΟ ΒΑΔΗΝ	6
ΕΥΡΩΠΑΪΚΟ ΠΡΩΤ/ΜΑ ΟΜΑΔΩΝ Α' ΚΑΤΗΓΟΡΙΑΣ ΕΥΡΩΠΑΪΚΟ ΚΥΠΕΛΟ ΒΑΔΗΝ ΕΥΡΩΠΑΪΚΟ ΚΥΠΕΛΟ ΣΥΝΘΕΤΩΝ ΜΕΣΟΓΕΙΑΚΟΙ ΑΓΩΝΕΣ	4

Β) ΠΙΝΑΚΑΣ ΔΙΑΚΡΙΣΕΩΝ

ΠΙΝΑΚΑΣ ΑΓΩΝΩΝ ΚΑΙ ΒΑΘΜΩΝ ΑΝΑΛΟΓΑ ΜΕ ΤΗ ΘΕΣΗ ΚΑΤΑΤΑΞΗΣ

ΘΕΣΕΙΣ	• ΟΛΥΜΠΙΑΚΟΙ ΑΓΩΝΕΣ • ΠΑΓΚΟΣΜΙΟ ΠΡΩΤΑΘΛΗΜΑ Α/Γ	• ΠΑΓΚΟΣΜΙΟ ΠΡΩΤ/ΜΑ Α/Γ (ΚΛΕΙΣΤΟΥ)	• ΕΥΡΩΠΑΪΚΟ ΠΡΩΤ/ΜΑ Α/Γ • ΠΑΓΚΟΣΜΙΑ ΠΡΩΤ/ΤΑ Ε/Ν - Π/Κ	• ΕΥΡΩΠΑΪΚΟ ΠΡΩΤ/ΜΑ Α/Γ (ΚΛΕΙΣΤΟΥ) • ΕΥΡΩΠΑΪΚΟ ΠΡΩΤ/ΜΑ ΝΕΩΝ U 23 • ΕΥΡΩΠΑΪΚΑ ΠΡΩΤ/ΤΑ Ε/Ν - Π/Κ • ΕΥΡΩΠΑΪΚΟ Α/Γ S.L. • ΠΑΓΚΟΣΜΙΟ ΒΑΔΗΝ	• ΕΥΡΩΠΑΪΚΟ ΠΡΩΤ. ΟΜΑΔΩΝ Α' ΚΑΤ/ΡΙΑΣ • ΕΥΡΩΠΑΪΚΟ ΚΥΠΕΛΛΟ ΒΑΔΗΝ • ΕΥΡΩΠΑΪΚΟ ΚΥΠΕΛΛΟ ΣΥΝΘΕΤΩΝ • ΜΕΣΟΓΕΙΑΚΟΙ ΑΓΩΝΕΣ • ΕΥΡΩΠ. ΟΛΥΜΠΙΑΚΟ ΦΕΣΤΙΒΑΛ Π/Κ
1η	20	18	16	12	10
2η	18	16	14	10	8
3η	16	14	12	8	6
4η	14	12	10	7	5
5η	12	10	8	6	4
6η	10	8	7	5	3
7η	8	7	6	4	2
8η	7	6	5	3	2
9η	6	5	4	2	1
10η	5	4	3	2	1
11η	4	3	2	1	
12η	3	2	1	1	
13η -14η	2	1			
15η -16η	1				

ΣΗΜΕΙΩΣΗ:

- 1) ΟΙ ΒΑΘΜΟΙ ΑΞΙΟΛΟΓΗΣΗΣ ΕΙΝΑΙ ΤΟΥ ΑΝΤΙΣΤΟΙΧΟΥ ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΟΥ ΠΡΩΤΑΘΛΗΜΑΤΟΣ ΤΗΣ ΚΑΤΗΓΟΡΙΑΣ ΠΟΥ ΣΥΜΜΕΤΕΧΕΙ Ο ΑΘΛΗΤΗΣ ΣΤΟΥΣ ΔΙΕΘΝΕΙΣ ΑΓΩΝΕΣ.
- 2) ΚΑΘΕ ΑΘΛΗΤΗΣ ΘΑ ΠΡΙΜΟΔΟΤΕΙΤΑΙ ΑΠΟ ΕΝΑ ΜΟΝΟ ΑΓΩΝΙΣΜΑ ΚΑΙ ΑΠΟ ΜΙΑ ΜΟΝΟ ΔΙΟΡΓΑΝΩΣΗ.
- 3) ΟΙ ΣΥΜΜΕΤΕΧΟΝΤΕΣ ΜΟΝΟ ΜΕ ΤΙΣ ΟΜΑΔΕΣ ΣΧΥΤΑΛΟΔΡΟΜΙΩΝ ΘΑ ΠΡΙΜΟΔΟΤΟΥΝΤΑΙ ΜΕ ΤΟ 50% ΤΟΥ ΠΡΙΜ ΣΥΜΜΕΤΟΧΗΣ ΚΑΙ ΔΙΑΚΡΙΣΗΣ

ΔΙΚΑΙΩΜΑ ΣΥΜΜΕΤΟΧΗΣ ΤΟ 2019 ΑΝΑΛΟΓΑ ΜΕ ΤΟ ΕΤΟΣ ΓΕΝΝΗΣΗΣ

ΚΑΤΗΓΟΡΙΑ: Κ16 (ΠΠ – ΠΚ Α')				
	Κ16 - ΠΑΜΠΑΙΔΩΝ Α'		Κ16 - ΠΑΓΚΟΡΑΣΙΔΩΝ Α'	
ΑΓΩΝΙΣΜΑ	ΔΙΑΣΥΛΛΟΓΙΚΟ	ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΟ	ΔΙΑΣΥΛΛΟΓΙΚΟ	ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΟ
80	2004 – 2005 - 2006	2004 – 2005 - 2006	2004 – 2005 - 2006	2004 – 2005 - 2006
150	2004 – 2005 - 2006	2004 – 2005 - 2006	2004 – 2005 - 2006	2004 – 2005 - 2006
300	2004 – 2005	2004 – 2005	2004 – 2005	2004 – 2005
600	2004 – 2005	2004 – 2005	2004 – 2005	2004 – 2005
1.000	2004 – 2005 - 2006	2004 – 2005 - 2006	2004 – 2005 - 2006	2004 – 2005 - 2006
2.000			2004 – 2005	2004 – 2005
3.000	2004 – 2005	2004 – 2005		
100 μ. Εμπ.	2004 – 2005	2004 – 2005		
80 μ. Εμπ.			2004 – 2005	2004 – 2005
300 μ. Εμπ.	2004 – 2005	2004 – 2005	2004 – 2005	2004 – 2005
5.000 Βάδην	2004 – 2005	2004 – 2005		
3.000 Βάδην			2004 – 2005 - 2006	2004 – 2005 - 2006
ΥΨΟΣ	2004 – 2005 - 2006	2004 – 2005 - 2006	2004 – 2005 - 2006	2004 – 2005 - 2006
ΕΠΙ ΚΟΝΤΩ	2004 – 2005 - 2006	2004 – 2005 - 2006	2004 – 2005 - 2006	2004 – 2005 - 2006
ΜΗΚΟΣ	2004 – 2005 - 2006	2004 – 2005 - 2006	2004 – 2005 - 2006	2004 – 2005 - 2006
ΤΡΙΠΛΟΥΝ	2004 – 2005	2004 – 2005		
ΣΦΑΙΡΑ	2004 – 2005 - 2006	2004 – 2005 - 2006	2004 – 2005 - 2006	2004 – 2005 - 2006
ΔΙΣΚΟΣ	2004 – 2005 - 2006	2004 – 2005 - 2006	2004 – 2005 - 2006	2004 – 2005 - 2006
ΣΦΥΡΑ	2004 – 2005 - 2006	2004 – 2005 - 2006	2004 – 2005 - 2006	2004 – 2005 - 2006
ΑΚΟΝΤΙΟ	2004 – 2005 - 2006	2004 – 2005 - 2006	2004 – 2005 - 2006	2004 – 2005 - 2006
ΕΞΑΘΛΟ	2004 – 2005	2004 – 2005		
ΠΕΝΤΑΘΛΟ			2004 – 2005	2004 – 2005
4 x 80	2004 – 2005 - 2006	2004 – 2005 - 2006	2004 – 2005 - 2006	2004 – 2005 - 2006
4 x 300	2004 – 2005	2004 – 2005	2004 – 2005	2004 – 2005

ΚΑΤΗΓΟΡΙΑ: Κ18 (ΠΑΙΔΩΝ - ΚΟΡΑΣΙΔΩΝ)

ΑΓΩΝΙΣΜΑΤΑ	Κ18 - ΠΑΙΔΩΝ		Κ18 - ΚΟΡΑΣΙΔΩΝ	
	ΔΙΑΣΥΛΛΟΓΙΚΟ	ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΟ	ΔΙΑΣΥΛΛΟΓΙΚΟ	ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΟ
100	2002 – 03 – 04 - 05	2002 – 03 – 04	2002 – 03 – 04 - 05	2002 – 03 – 04
200	2002 – 03 – 04 - 05	2002 – 03 – 04	2002 – 03 – 04 - 05	2002 – 03 – 04
400	2002 – 03 – 04	2002 – 03 – 04	2002 – 03 – 04	2002 – 03 – 04
800	2002 – 03 – 04 - 05	2002 – 03 – 04	2002 – 03 – 04 - 05	2002 – 03 – 04
1.500	2002 – 03 – 04 - 05	2002 – 03 – 04	2002 – 03 – 04 - 05	2002 – 03 – 04
3.000	2002 – 03 – 04 - 05	2002 – 03 – 04 - 05	2002 – 03 – 04 - 05	2002 – 03 – 04
110 μ. Εμπ.	2002 – 03 – 04	2002 – 03 – 04		
100 μ. Εμπ.			2002 – 03 – 04	2002 – 03 – 04
400 μ. Εμπ.	2002 – 03 – 04	2002 – 03 – 04	2002 – 03 – 04	2002 – 03 – 04
2.000 Φ.Ε.	2002 – 03	2002 – 03	2002 – 03	2002 – 03
10.000 Βάδην	2002 – 03 – 04	2002 – 03 – 04		
5.000 Βάδην			2002 – 03 – 04 - 05	2002 – 03 – 04
ΥΨΟΣ	2002 – 03 – 04 - 05	2002 – 03 – 04 - 05	2002 – 03 – 04 - 05	2002 – 03 – 04 - 05
ΕΠΙ ΚΟΝΤΩ	2002 – 03 – 04 - 05	2002 – 03 – 04 - 05	2002 – 03 – 04 - 05	2002 – 03 – 04 - 05
ΜΗΚΟΣ	2002 – 03 – 04 - 05	2002 – 03 – 04 - 05	2002 – 03 – 04 - 05	2002 – 03 – 04 - 05
ΤΡΙΠΛΟΥΝ	2002 – 03 – 04 - 05	2002 – 03 – 04 - 05	2002 – 03	2002 – 03
ΣΦΑΙΡΑ	2002 – 03 – 04	2002 – 03 – 04	2002 – 03 – 04 - 05	2002 – 03 – 04 - 05
ΔΙΣΚΟΣ	2002 – 03 – 04	2002 – 03 – 04	2002 – 03 – 04 - 05	2002 – 03 – 04 - 05
ΣΦΥΡΑ	2002 – 03 – 04	2002 – 03 – 04	2002 – 03 – 04 - 05	2002 – 03 – 04 - 05
ΑΚΟΝΤΙΟ	2002 – 03 – 04	2002 – 03 – 04	2002 – 03 – 04 - 05	2002 – 03 – 04 - 05
ΔΕΚΑΘΛΟ	2002 – 03	2002 – 03 – 04		
ΕΠΤΑΘΛΟ			2002 – 03	2002 – 03 – 04
4 x 100	2002 – 03 – 04 - 05	2002 – 03 – 04	2002 – 03 – 04 - 05	2002 – 03 – 04
4 x 400	2002 – 03 – 04	2002 – 03 – 04	2002 – 03 – 04	2002 – 03 – 04

ΚΑΤΗΓΟΡΙΑ: ΑΝΔΡΩΝ - ΓΥΝΑΙΚΩΝ

ΑΓΩΝΙΣΜΑ	ΑΝΔΡΩΝ		ΓΥΝΑΙΚΩΝ	
	ΔΙΑΣΥΛΛΟΓΙΚΟ	ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΟ	ΔΙΑΣΥΛΛΟΓΙΚΟ	ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΟ
100	2003 και μεγαλύτεροι	2001 και μεγαλύτεροι	2003 και μεγαλύτερες	2001 και μεγαλύτερες
200	2003 και μεγαλύτεροι	2001 και μεγαλύτεροι	2003 και μεγαλύτερες	2001 και μεγαλύτερες
400	2003 και μεγαλύτεροι	2001 και μεγαλύτεροι	2003 και μεγαλύτερες	2001 και μεγαλύτερες
800	2003 και μεγαλύτεροι	2001 και μεγαλύτεροι	2003 και μεγαλύτερες	2001 και μεγαλύτερες
1.500	2003 και μεγαλύτεροι	2001 και μεγαλύτεροι	2003 και μεγαλύτερες	2001 και μεγαλύτερες
5.000	2002 και μεγαλύτεροι	2001 και μεγαλύτεροι	2002 και μεγαλύτερες	2001 και μεγαλύτερες
10.000		2001 και μεγαλύτεροι		1999 και μεγαλύτερες
ΗΜΙΜΑΡΑΘΩΝΙΟΣ		2001 και μεγαλύτεροι		2001 και μεγαλύτερες
ΜΑΡΑΘΩΝΙΟΣ		1999 και μεγαλύτεροι		1999 και μεγαλύτερες
110 μ. Εμπ.	2001 και μεγαλύτεροι	2001 και μεγαλύτεροι		
100 μ. Εμπ.			2002 και μεγαλύτερες	2001 και μεγαλύτερες
400 μ. Εμπ.	2002 και μεγαλύτεροι	2001 και μεγαλύτεροι	2003 και μεγαλύτερες	2001 και μεγαλύτερες
3.000 Φ.Ε.	2002 και μεγαλύτεροι	2001 και μεγαλύτεροι	2002 και μεγαλύτερες	2001 και μεγαλύτερες
10.000 Βάδην	2003 και μεγαλύτεροι		2002 και μεγαλύτερες	
20.000 Βάδην		2000 και μεγαλύτεροι		2000 και μεγαλύτερες
50.000 Βάδην		1999 και μεγαλύτεροι		1999 και μεγαλύτερες
ΥΨΟΣ	2003 και μεγαλύτεροι	2001 και μεγαλύτεροι	2003 και μεγαλύτερες	2001 και μεγαλύτερες
ΕΠΙ ΚΟΝΤΩ	2003 και μεγαλύτεροι	2001 και μεγαλύτεροι	2003 και μεγαλύτερες	2001 και μεγαλύτερες
ΜΗΚΟΣ	2003 και μεγαλύτεροι	2001 και μεγαλύτεροι	2003 και μεγαλύτερες	2001 και μεγαλύτερες
ΤΡΙΠΛΟΥΝ	2003 και μεγαλύτεροι	2001 και μεγαλύτεροι	2003 και μεγαλύτερες	2001 και μεγαλύτερες
ΣΦΑΙΡΑ	2001 και μεγαλύτεροι	2001 και μεγαλύτεροι	2002 και μεγαλύτερες	2001 και μεγαλύτερες
ΔΙΣΚΟΣ	2001 και μεγαλύτεροι	2001 και μεγαλύτεροι	2003 και μεγαλύτερες	2001 και μεγαλύτερες
ΣΦΥΡΑ	2001 και μεγαλύτεροι	2001 και μεγαλύτεροι	2002 και μεγαλύτερες	2001 και μεγαλύτερες
ΑΚΟΝΤΙΟ	2002 και μεγαλύτεροι	2001 και μεγαλύτεροι	2002 και μεγαλύτερες	2001 και μεγαλύτερες
ΔΕΚΑΘΛΟ	2001 και μεγαλύτεροι	2001 και μεγαλύτεροι		
ΕΠΤΑΘΛΟ			2001 και μεγαλύτερες	2001 και μεγαλύτερες
4 x 100	2003 και μεγαλύτεροι	2001 και μεγαλύτεροι	2003 και μεγαλύτερες	2001 και μεγαλύτερες
4 x 400	2003 και μεγαλύτεροι	2001 και μεγαλύτεροι	2003 και μεγαλύτερες	2001 και μεγαλύτερες

ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΑ ΠΡΟΤΑΘΛΗΜΑΤΑ

ΑΓΩΝΙΣΜΑ	Κ20 - ΕΦΗΒΩΝ	Κ18 - ΝΕΑΝΙΔΩΝ	Κ23 (ΝΕΩΝ ΑΝΔΡΩΝ)	Κ23 (ΝΕΩΝ ΓΥΝΑΙΚΩΝ)
100	2000 – 01 – 02 – 03	2000 – 01 – 02 – 03	2002 και μεγαλύτεροι	2002 και μεγαλύτερες
200	2000 – 01 – 02 – 03	2000 – 01 – 02 – 03	2002 και μεγαλύτεροι	2002 και μεγαλύτερες
400	2000 – 01 – 02 – 03	2000 – 01 – 02 – 03	2002 και μεγαλύτεροι	2002 και μεγαλύτερες
800	2000 – 01 – 02 – 03	2000 – 01 – 02 – 03	2002 και μεγαλύτεροι	2002 και μεγαλύτερες
1.500	2000 – 01 – 02 – 03	2000 – 01 – 02 – 03	2002 και μεγαλύτεροι	2002 και μεγαλύτερες
3.000		2000 – 01 – 02 – 03		
5.000	2000 – 01 – 02	2000 – 01 – 02	2001 και μεγαλύτεροι	2001 και μεγαλύτερες
10.000	2000 – 01		2001 και μεγαλύτεροι	1999 και μεγαλύτερες
ΜΑΡΑΘΩΝΙΟΣ				
110 μ. Εμπ.	2000 – 01 – 02		2001 και μεγαλύτεροι	
100 μ. Εμπ.		2000 – 01 – 02		2001 και μεγαλύτερες
400 μ. Εμπ.	2000 – 01 – 02	2000 – 01 – 02 – 03	2001 και μεγαλύτεροι	2002 και μεγαλύτερες
3.000 Φ.Ε.	2000 – 01 – 02	2000 – 01 – 02	2001 και μεγαλύτεροι	2001 και μεγαλύτερες
10.000 Βάδην	2000 – 01 – 02 – 03	2000 – 01 – 02		
20.000 Βάδην			2000 και μεγαλύτεροι	2000 και μεγαλύτερες
50.000 Βάδην				
ΥΨΟΣ	2000 – 01 – 02 – 03	2000 – 01 – 02 – 03	2002 και μεγαλύτεροι	2002 και μεγαλύτερες
ΕΠΙ ΚΟΝΤΩ	2000 – 01 – 02 – 03	2000 – 01 – 02 – 03	2002 και μεγαλύτεροι	2002 και μεγαλύτερες
ΜΗΚΟΣ	2000 – 01 – 02 – 03	2000 – 01 – 02 – 03	2002 και μεγαλύτεροι	2002 και μεγαλύτερες
ΤΡΙΠΛΟΥΝ	2000 – 01 – 02 – 03	2000 – 01 – 02 – 03	2002 και μεγαλύτεροι	2002 και μεγαλύτερες
ΣΦΑΙΡΑ	2000 – 01 – 02	2000 – 01 – 02	2001 και μεγαλύτεροι	2001 και μεγαλύτερες
ΔΙΣΚΟΣ	2000 – 01 – 02	2000 – 01 – 02 – 03	2001 και μεγαλύτεροι	2002 και μεγαλύτερες
ΣΦΥΡΑ	2000 – 01 – 02	2000 – 01 – 02	2001 και μεγαλύτεροι	2001 και μεγαλύτερες
ΑΚΟΝΤΙΟ	2000 – 01 – 02	2000 – 01 – 02	2001 και μεγαλύτεροι	2001 και μεγαλύτερες
ΔΕΚΑΘΛΟ	2000 – 01 – 02		2001 και μεγαλύτεροι	
ΕΠΤΑΘΛΟ		2000 – 01 – 02		2001 και μεγαλύτερες
4 x 100	2000 – 01 – 02 – 03	2000 – 01 – 02 – 03	2002 και μεγαλύτεροι	2002 και μεγαλύτερες
4 x 400	2000 – 01 – 02 – 03	2000 – 01 – 02 – 03	2002 και μεγαλύτεροι	2002 και μεγαλύτερες

ΑΝΩΤΕΡΟ ΜΕΓΕΘΟΣ ΒΙΒ 24εκ. πλάτος επί 20εκ. ύψος

- (1) Το ύψος των αριθμών πρέπει να είναι το λιγότερο 6εκ. και το περισσότερο 10εκ.
- (2) Ο χώρος πάνω από το νούμερο του αθλητή έχει μέγιστο ύψος 6εκ.
- (3) Ο χώρος κάτω από το νούμερο του αθλητή έχει μέγιστο ύψος 4εκ.

ΕΜΠΡΟΣ ΠΛΕΥΡΑ

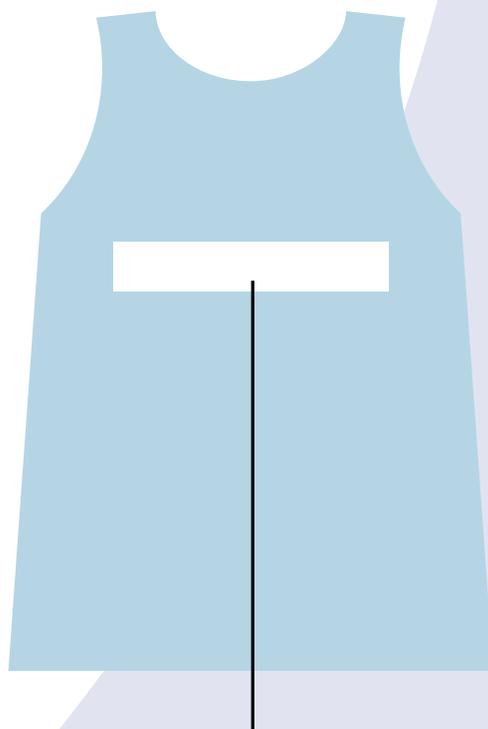


ΧΟΡΗΓΟΣ ΣΥΛΛΟΓΟΥ ή
ΧΟΡΗΓΟΣ ΑΘΛΗΤΗ (με την έγκριση του συλλόγου)
Ο χώρος για την τοποθέτηση του ονόματος του Συλλόγου ή του σήματος του Συλλόγου ή του χορηγού του Συλλόγου έχει ορθογώνιο σχήμα με ανώτερο εμβαδόν τα 40 τ.εκ. και μέγιστο ύψος τα 4 εκ.

ΛΟΓΟΤΥΠΟ ΣΥΛΛΟΓΟΥ ή/και
ΣΗΜΑ ΚΑΤΑΣΚΕΥΑΣΤΗ
Ο χώρος για την τοποθέτηση του σήματος του Συλλόγου έχει ορθογώνιο σχήμα με ανώτερο εμβαδόν τα 40 τ.εκ. και μέγιστο ύψος τα 4 εκ.

Ο χώρος για την τοποθέτηση του σήματος κατασκευαστή έχει μέγιστο εμβαδόν τα 30 τ.εκ. με συνολικό ύψος σήματος τα 5 εκ. και αν πρόκειται για γράμματα αυτά να μην ξεπερνούν τα 4 εκ σε ύψος.
Σε περίπτωση που αποτυπώνονται και τα δύο λογότυπα, το ένα να μην επικαλύπτει το άλλο.

ΠΙΣΩ ΠΛΕΥΡΑ



ΟΝΟΜΑ / ΣΗΜΑ ΣΥΛΛΟΓΟΥ
Ο χώρος του σήματος ή του ονόματος του συλλόγου να μην ξεπερνά τα 4 εκ σε ύψος χωρίς περιορισμό στο πλάτος.

ΤΕΧΝΙΚΕΣ ΔΙΑΤΑΞΕΙΣ 2019

ΟΡΙΑ 2019

Ευρωπαϊκό Πρωτάθλημα κλειστού στίβου, Γλασκώβη (1-3/3)

ΑΝΔΡΕΣ	ΑΓΩΝΙΣΜΑ	ΓΥΝΑΙΚΕΣ
6.78	60 μ.	7.42
47.40	400 μ.	53.90
1:49.20	800 μ.	2:05.00
3:45.00/4:01.00 Μίλι	1500 μ.	4:18.00/4:36.00 Μίλι
8:05.00	3000 μ.	9:05.00
7.88	60 μ. εμπ.	8.24
2,26 μ.	Ύψος	1,90 μ.
5,65 μ.	Επί κοντώ	4,50 μ.
7,95 μ.	Μήκος	6,50 μ.
16,50 μ.	Τριπλούν	13,85 μ.
20,15 μ.	Σφαιροβολία	17,10 μ.
12 κορυφαίοι	Σύνθετα	12 κορυφαίες
6 κορυφαίες ομάδες	4x400 μ.	6 κορυφαίες ομάδες

Παγκόσμιο Πρωτάθλημα Ανδρών/Γυναικών, Ντόχα (28/9-6/10)

ΑΝΔΡΕΣ	ΑΓΩΝΙΣΜΑ	ΓΥΝΑΙΚΕΣ
10.10	100 μ.	11.24
20.40	200 μ.	23.02
45.30	400 μ.	51.80
1:45.80	800 μ.	2:00.60
3:36.00-(3:53.50)	1500 μ. (Mile)	4:06.50 (4:25.20)
13:22.50	5.000 μ.	15:22.00
27:40.00	10.000 μ.	31:50.00
8:29.00	3.000 μ. στιπλ	9:40.00
13.46	110/100 μ. εμπ.	12.98
49.30	400 μ. εμπ.	56.00
2.30	Ύψος	1.94
5.71	Επί κοντώ	4.56
8.17	Μήκος	6.72
16.95	Τριπλούν	14.20
20.70	Σφαιροβολία	18.00
65.00	Δισκοβολία	61.20
76.00	Σφυροβολία	71.00
83.00	Ακοντισμός	61.50
2:16.00	Μαραθώνιος	2:37.00
1:22.30	20χλμ βάρδη	1:33.00
3:59.00	50 χλμ. βάρδη	4:30.00
8.200	Δέκαθλο/Επταθλο	6.300
Οι (10) πρώτες ομάδες του IAAF World Relays και οι (6) καλύτερες επιδόσεις.	4x100/4x400	Οι (10) πρώτες ομάδες του IAAF World Relays και οι (6) καλύτερες επιδόσεις.
Οι (12) πρώτες ομάδες του IAAF World Relays και οι (4) καλύτερες επιδόσεις.	4x400 Μικτή	Οι (12) πρώτες ομάδες του IAAF World Relays και οι (4) καλύτερες επιδόσεις.

Ευρωπαϊκό Πρωτάθλημα Κ23 (ΑΝΔΡΩΝ-ΓΥΝΑΙΚΩΝ), Γκέβλε (11-14/7)

Κ23 (ΑΝΔΡΕΣ)	ΑΓΩΝΙΣΜΑ	Κ23 (ΓΥΝΑΙΚΕΣ)
10.45	100 μ.	11.85
21:15	200 μ.	24.10
47:10:00	400 μ.	54.50
1:48.60	800 μ.	2:06.00
3:44.00	1.500 μ.	4:20.00
14:15.00	5.000 μ.	16:35.00
30:15.00	10.000 μ.	36:15.00
9:00.00	3.000 μ. στιπλ	10:20.00
14:00	110 μ. εμπ./100 μ. εμπ.	13.70
51.40	400 μ. εμπ.	58.80
2.18	Ύψος	1.82
5.35	Επί κοντώ	4.20
7.70	Μήκος	6.30
16.10	Τριπλούν	13.25
18.00	Σφαιροβολία	15.60
57.00	Δισκοβολία	52.00
69.00	Σφυροβολία	63.00
74.00	Ακοντισμός	53.00
7300	10αθλο/7αθλο	5400
1h:27.00	20.000 μ. βαδην	1h:42.00
-	4x100μ./4x400 μ.	-

Ευρωπαϊκό Πρωτάθλημα Κ20 (ΕΦΗΒΩΝ - ΝΕΑΝΙΔΩΝ), Μπόρας (18-21/7)

Κ20 (ΕΦΗΒΟΙ)	ΑΓΩΝΙΣΜΑΤΑ	Κ20 (ΝΕΑΝΙΔΕΣ)
10.60	100 μ.	11.85
21.40	200 μ.	24.10
47.55	400 μ.	54.50
1:50.50	800 μ.	2:08.00
3:49.00	1.500 μ.	4:25.00
8:19.00	3.000 μ.	9:30.00
14:30.00	5.000 μ.	17:00.00
9:10.00	3.000μ. Φ.ΕΜΠ.	10:45.00
13.90	110μ. - 100 μ. ΕΜΠ.	13.85
52.50	400 μ. ΕΜΠ.	60.00
2.12	ΥΨΟΣ	1.80
5.10	ΕΠΙ ΚΟΝΤΩ	4.10
7.50	ΜΗΚΟΣ	6.15
15.50	ΤΡΙΠΛΟΥΝ	12.80
18.50	ΣΦΑΙΡΟΒΟΛΙΑ	14.60
55.00	ΔΙΣΚΟΒΟΛΙΑ	48.30
69.00	ΣΦΥΡΟΒΟΛΙΑ	58.00
68.50	ΑΚΟΝΤΙΣΜΟΣ	50.00
7.100B	ΔΕΚΑΘΛΟ - ΕΠΤΑΘΛΟ	5.250B
44:00.00	10.000μ. ΒΑΔΗΝ	49:15.00
Χ.Ο.	4 Χ100μ.	Χ.Ο.
Χ.Ο.	4Χ400μ.	Χ.Ο.

ΑΤΩΝΙΣΜΑ		ΠΑΜΠΙΔΕΣ Α΄ 2019				ΟΡΙΑ ΒΑΘΜΟΛΟΓΗΣΗΣ & ΚΑΤΑΒΑΛΗΣ ΕΞΟΔΩΝ ΔΙΑΣΥΛΛΟΓΙΚΩΝ ΑΙΩΝΩΝ ΠΠΑ - ΠΚΑ΄		ΟΡΙΑ ΠΡΟΜΟΔΟΤΗΣΗΣ ΥΨΗΛΩΝ ΕΠΙΔΟΣΕΩΝ ΚΑΙ ΠΡΟΚΡΙΣΗΣ ΓΙΑ ΤΟ ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΟ ΠΡΩΤ/ΜΑ ΠΠΑ - ΠΚΑ΄		ΟΡΙΑ ΒΑΘΜΟΛΟΓΗΣΗΣ ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΟΥ ΠΡΩΤ/ΤΟΣ ΠΠΑ - ΠΚΑ΄	
		ΠΠΑ΄ ΕΛΑΣΤ. ΤΑΠ. ΚΑΙ ΗΛΕΚΤΡ. ΧΡΟΝ.	ΠΠΑ΄ ΕΛΑΣΤ. ΤΑΠ. ΚΑΙ ΧΡΟΝ. ΧΕΙΡΟΣ	ΠΠΑ΄ ΕΛΑΣΤ. ΤΑΠ. ΚΑΙ ΧΡΟΝ. ΧΕΙΡΟΣ	ΠΠΑ΄ ΕΛΑΣΤ. ΤΑΠ. ΚΑΙ ΗΛΕΚΤΡ. ΧΡΟΝ.	ΠΠΑ΄ ΕΛΑΣΤ. ΤΑΠ. ΚΑΙ ΧΡΟΝ. ΧΕΙΡΟΣ	ΠΠΑ΄ ΕΛΑΣΤ. ΤΑΠ. ΚΑΙ ΗΛΕΚΤΡ. ΧΡΟΝ.	ΠΠΑ΄ ΕΛΑΣΤ. ΤΑΠ. ΚΑΙ ΧΡΟΝ. ΧΕΙΡΟΣ	ΠΠΑ΄ ΕΛΑΣΤ. ΤΑΠ. ΚΑΙ ΗΛΕΚΤΡ. ΧΡΟΝ.	ΠΠΑ΄ ΕΛΑΣΤ. ΤΑΠ. ΚΑΙ ΗΛΕΚΤΡ. ΧΡΟΝ.	
80	10΄ 84	10΄ 6	9΄ 94	9΄ 7	10΄ 34						
150	20΄ 04	19΄ 8	18΄ 64	18΄ 4	19΄ 44						
300	45΄ 54	45΄ 4	40΄ 64	40΄ 5	43΄ 14						
600	1΄ 46΄ 14	1΄ 46΄ 0	1΄ 36΄ 14	1΄ 36΄ 0	1΄ 40΄ 14						
1.000	3΄ 20΄ 14	3΄ 20΄ 0	2΄ 58΄ 14	2΄ 58΄ 0	3΄ 07΄ 14						
3.000	11΄ 50΄ 14	11΄ 50΄ 0	10΄ 30΄ 14	10΄ 30΄ 0	11΄ 10΄ 14						
100 ΕΜΠ	18΄ 04	17΄ 8	15΄ 74	15΄ 5	16΄ 74						
300 ΕΜΠ	50΄ 54	50΄ 4	45΄ 64	45΄ 5	48΄ 14						
ΥΨΟΣ			1.52	1.64	1.60						
ΕΠΗΚΟΝΤΩ			2.60	3.00	2.70						
ΜΗΚΟΣ			5.10	5.80	5.50						
ΤΡΙΠΛΟΥΝ			11.10	12.00	11.60						
ΣΦΑΙΡΑ			10.50	13.00	12.00						
ΔΙΣΚΟΣ			29.50	40.00	35.00						
ΑΚΟΝΤΙΟ			32.50	41.00	37.00						
ΣΟΥΡΑ			33.00	42.00	38.00						
ΕΞΘΛΟ			2.900 B	3.400 B	3.000 B						
5.000 B	32΄ 28΄ 14	32΄ 28΄ 0	30΄ 00΄ 14	30΄ 00΄ 0	30΄ 59΄ 14						
4X80	43΄ 64	43΄ 5	39΄ 14	39΄ 0	41΄ 44						
4X300	3΄ 08΄ 64	3΄ 08΄ 5	2΄ 48΄ 14	2΄ 48΄ 0	2΄ 58΄ 14						

ΠΑΓΚΟΣΜΙΔΕΣ Α΄ 2019

ΑΤΟΝΙΣΜΑ	ΟΡΙΑ ΒΑΘΜΟΛΟΓΗΣΗΣ & ΚΑΤΑΒΟΛΗΣ ΕΞΟΔΩΝ ΔΙΑΣΥΛΛΟΓΙΚΩΝ ΑΙΤΩΝΩΝ ΠΠ- ΠΚΑ΄		ΟΡΙΑ ΠΡΟΜΟΔΟΤΗΣΗΣ ΥΨΗΛΩΝ ΕΠΙΔΟΣΕΩΝ ΚΑΙ ΠΡΟΚΡΙΣΗΣ ΓΙΑ ΤΟ ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΟ ΠΡΟΤ/ΜΑ ΠΠ- ΠΚΑ΄		ΟΡΙΑ ΒΑΘΜΟΛΟΓΗΣΗΣ ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΟΥ ΠΡΟΤ/ΤΟΣ ΠΠ- ΠΚΑ΄
	ΟΡΙΑ ΒΑΘΜΟΛΟΓΗΣΗΣ & ΚΑΤΑΒΟΛΗΣ ΕΞΟΔΩΝ ΔΙΑΣΥΛΛΟΓΙΚΩΝ ΑΙΤΩΝΩΝ ΠΠ- ΠΚΑ΄		ΟΡΙΑ ΠΡΟΜΟΔΟΤΗΣΗΣ ΥΨΗΛΩΝ ΕΠΙΔΟΣΕΩΝ ΚΑΙ ΠΡΟΚΡΙΣΗΣ ΓΙΑ ΤΟ ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΟ ΠΡΟΤ/ΜΑ ΠΠ- ΠΚΑ΄		
	ΠΚΑ΄ ΕΛΑΣΤ. ΤΑΠ. ΚΑΙ ΗΛΕΚΤΡ. ΧΡΟΝ.	ΠΚΑ΄ ΕΛΑΣΤ. ΤΑΠ. ΚΑΙ ΧΡΟΝ. ΧΕΙΡΟΣ	ΠΚΑ΄ ΕΛΑΣΤ. ΤΑΠ. ΚΑΙ ΗΛΕΚΤΡ. ΧΡΟΝ.	ΠΚ΄ ΕΛΑΣΤ. ΤΑΠ. ΚΑΙ ΧΡΟΝ. ΧΕΙΡΟΣ	
80	12΄04	11΄8	10΄94	10΄7	11΄44
150	22΄64	22΄4	20΄74	20΄5	21΄74
300	49΄14	49΄0	46΄64	46΄5	48΄04
600	2΄02΄14	2΄02΄0	1΄49΄14	1΄49΄0	1΄55΄14
1.000	3΄56΄14	3΄56΄0	3΄24΄14	3΄24΄0	3΄37΄14
2.000	8΄31΄14	8΄31΄0	7΄43΄14	7΄43΄0	8΄05΄14
80 ΕΜΠ	16΄24	16΄0	13΄34	13΄1	14΄74
300 ΕΜΠ	54΄54	54΄4	52΄14	52΄0	53΄44
ΥΨΟΣ	1.33		1.46		1.40
ΕΠΙΧΟΝΤΩ	2.10		2.40 (2.50 όριο πρόκρισης)		2.30
ΜΗΚΟΣ	4.30		4.90 (5.00 όριο πρόκρισης)		4.60
ΣΦΑΙΡΑ	8.30		10.50		9.40
ΔΙΣΚΟΣ	22.00		28.00		25.00
ΑΚΟΝΤΙΟ	24.00		31.00		28.00
ΣΦΥΡΑ	28.00		35.00		31.50
ΠΕΝΤΑΘΛΟ	2.500 Β.		2.900 Β		2.550 Β
3.000 Β	21΄30΄14	21΄30΄0	17΄45΄14	17΄45΄0	19΄30΄14
4Χ80	48΄34	48΄2	43΄14	43΄0	45΄64
4Χ300	3΄24΄14	3΄24΄0	3΄09΄14	3΄09΄0	3΄15΄14

ΠΑΙΔΕΣ 2019						
ΑΤΩΝΙΣΜΑ	ΟΡΙΑ ΒΑΘΜΟΛΟΓΗΣΗΣ & ΚΑΤΑΒΟΛΗΣ ΕΞΟΔΩΝ ΔΙΑΣΥΛΛΟΓΙΚΩΝ ΑΙΩΝΩΝ ΠΑΙΔΩΝ		ΟΡΙΑ ΠΡΟΜΟΛΟΓΗΣΗΣ ΥΨΗΛΩΝ ΕΠΙΔΟΣΕΩΝ ΚΑΙ ΠΡΟΧΡΗΣΗΣ ΓΙΑ ΤΟ ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΟ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΠΑΙΔΩΝ		ΟΡΙΑ ΒΑΘΜΟΛΟΓΗΣΗΣ ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΟΥ ΠΡΟΤ/ΠΟΣ ΠΑΙΔΩΝ	
	ΠΑΙΔΕΣ ΕΛΑΣΤ. ΤΑΠ. ΚΑΙ ΗΛΕΚΤΡ. ΧΡΟΝ.	ΠΑΙΔΕΣ ΕΛΑΣΤ. ΤΑΠ. ΚΑΙ ΧΡΟΝ. ΧΕΙΡΟΣ	ΠΑΙΔΕΣ ΕΛΑΣΤ. ΤΑΠ. ΚΑΙ ΗΛΕΚΤΡ. ΧΡΟΝ.	ΠΑΙΔΕΣ ΕΛΑΣΤ. ΤΑΠ. ΚΑΙ ΧΡΟΝ. ΧΕΙΡΟΣ	ΠΑΙΔΕΣ ΕΛΑΣΤ. ΤΑΠ. ΚΑΙ ΗΛΕΚΤΡ. ΧΡΟΝ.	ΠΑΙΔΕΣ ΕΛΑΣΤ. ΤΑΠ. ΚΑΙ ΗΛΕΚΤΡ. ΧΡΟΝ.
100	12'' 64	12'' 4	11'' 64 (11'' 54 όριο πρόοκρ.)	11'' 4	11'' 94	
200	26'' 14	25'' 9	23'' 64	23'' 4	24'' 24	
400	58'' 94	58'' 8	52'' 84	52'' 7	55'' 04	
800	2'16'' 14	2'16'' 0	2'04'' 14	2'04'' 0	2'09'' 64	
1.500	4'50'' 14	4'50'' 0	4'22'' 14	4'22'' 0	4'30'' 14	
3.000	10'25'' 14	10'25'' 0	9'42'' 14 (9'38'' 14 όριο πρόοκρ.)	9'42'' 0 (9'38'' 0 όριο πρόοκρ.)	9'55'' 14	
2.000 Φ.Ε	7'53'' 14	7'53'' 0	6'52'' 14	6'52'' 0	7'22'' 64	
110 ΕΜΠ	18'' 74	18'' 5	16'' 84	16'' 6	17'' 74	
400 ΕΜΠ	65'' 84	65'' 7	60'' 64	60'' 5	62'' 64	
ΥΨΟΣ		1.64		1.75		1.70
ΕΠΙΚΟΝΤΩ		3.00		3.70		3.30
ΜΗΚΟΣ		5.40		6.35 (6.40 όριο πρόοκρ.)		6.00
ΤΡΙΠΛΟΥΝ		11.55		13.00		12.30
ΣΦΑΙΡΑ		10.90		14.20		12.60
ΔΙΣΚΟΣ		31.00		42.00		36.50
ΑΚΟΝΤΙΟ		34.50		48.00		42.00
ΣΦΥΡΑ		34.00		48.00		41.00
ΔΕΚΑΘΛΟ		3.850β		5.050β		4.450β
10.000 ΒΑΛΗΝ	1:00' 00'' 14	1:00' 00'' 0	56'00'' 14	56'00'' 0	59' 00'' 14	
4X100	50'' 74	50'' 6	46'' 14	46'' 0	48'' 44	
4X400	4' 01'' 74	4' 01'' 6	3'44'' 04	3'43'' 9	3'52'' 84	

ΚΟΡΑΣΙΔΕΣ 2019		ΟΡΙΑ ΒΑΘΜΟΛΟΓΗΣΗΣ & ΚΑΤΑΒΟΛΗΣ ΕΞΟΔΩΝ ΔΙΑΣΥΛΛΟΓΙΚΩΝ ΑΓΩΝΩΝ ΚΟΡΑΣΙΔΩΝ		ΟΡΙΑ ΠΡΟΜΟΔΙΤΗΣΗΣ ΥΨΗΛΩΝ ΕΠΙΔΟΣΕΩΝ ΚΑΙ ΠΡΟΚΡΙΣΗΣ ΓΙΑ ΤΟ ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΟ ΠΡΩΤ/ΜΑ ΚΟΡΑΣΙΔΩΝ		ΟΡΙΑ ΒΑΘΜΟΛΟΓΗΣΗΣ ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΟΥ ΠΡΩΤ/ΤΟΣ ΚΟΡΑΣΙΔΩΝ	
ΑΤΩΝΙΣΜΑ	ΟΡΙΑ ΒΑΘΜΟΛΟΓΗΣΗΣ & ΚΑΤΑΒΟΛΗΣ ΕΞΟΔΩΝ ΔΙΑΣΥΛΛΟΓΙΚΩΝ ΑΓΩΝΩΝ ΚΟΡΑΣΙΔΩΝ		ΟΡΙΑ ΠΡΟΜΟΔΙΤΗΣΗΣ ΥΨΗΛΩΝ ΕΠΙΔΟΣΕΩΝ ΚΑΙ ΠΡΟΚΡΙΣΗΣ ΓΙΑ ΤΟ ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΟ ΠΡΩΤ/ΜΑ ΚΟΡΑΣΙΔΩΝ		ΟΡΙΑ ΒΑΘΜΟΛΟΓΗΣΗΣ ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΟΥ ΠΡΩΤ/ΤΟΣ ΚΟΡΑΣΙΔΩΝ		
	ΚΟΡΑΣΙΔΕΣ ΕΛΑΣΤ. ΤΑΠ. ΚΑΙ ΗΛΕΚΤΡ. ΧΡΟΝ.	ΚΟΡΑΣΙΔΕΣ ΕΛΑΣΤ. ΤΑΠ. ΚΑΙ ΧΡΟΝ. ΧΕΙΡΟΣ	ΚΟΡΑΣΙΔΕΣ ΕΛΑΣΤ. ΤΑΠ. ΚΑΙ ΗΛΕΚΤΡ. ΧΡΟΝ.	ΚΟΡΑΣΙΔΕΣ ΕΛΑΣΤ. ΤΑΠ. ΚΑΙ ΧΡΟΝ. ΧΕΙΡΟΣ	ΚΟΡΑΣΙΔΕΣ ΕΛΑΣΤ. ΤΑΠ. ΚΑΙ ΗΛΕΚΤΡ. ΧΡΟΝ.	ΚΟΡΑΣΙΔΕΣ ΕΛΑΣΤ. ΤΑΠ. ΚΑΙ ΗΛΕΚΤΡ. ΧΡΟΝ.	
100	14''64	14''4	13.04	12'8	13''54		
200	31''04	30''8	27'04	26'8	27''94		
400	1'09''94	1'09''8	1'02''84	1'02''7	1'05''24		
800	2'48''14	2'48''0	2'27''14	2'27''0	2'36''14		
1.500	6'03''64	6'03''5	5'12''14	5'12''0	5'34''84		
3.000	13'12''14	13'12''0	11'40''14	11'40''0	12'20''14		
2.000 Φ.Ε	9'00''14	9'00''0	8'30''14	8'30''0	8'45''14		
100 ΕΜΠ	19''14	18''9	16''64	16''4	17''54		
400 ΕΜΠ	1'17''14	1'17''0	1'11''14	1'11''0	1'14''14		
ΥΨΟΣ		1.38	1.53 (1.56 όριο πρόκρισης)	1.45	1.45		
ΕΠΙ ΚΟΝΤΩ		2.50	2.90 (3.00 όριο πρόκρισης)	2.80	2.80		
ΜΗΚΟΣ		4.50	5.25 (5.30 όριο πρόκρισης)	5.00	5.00		
ΤΡΙΠΛΟΥΝ		9.40	10.50 (10.60 όριο πρόκρισης)	10.00	10.00		
ΣΦΑΙΡΑ		9.40	12.00	11.00	11.00		
ΔΙΣΚΟΣ		25.00	32.00	29.00	29.00		
ΑΚΟΝΤΟ		28.00	35.00	31.50	31.50		
ΣΦΥΡΑ		33.00	41.00 (43.00 όριο πρόκρισης)	39.00	39.00		
ΕΠΤΑΘΛΟ		2.900β	3.600β	3.600β	3.250β		
5.000 ΒΑΛΗΝ	32'00''14	32'00''0	31'00''14	31'00''0	31'30''14		
4Χ100	58''94	58''8	52'04	51''9	55''44		
4Χ400	4'46''04	4'45''9	4'24''04	4'23''9	4'35''04		

ΑΝΔΡΕΣ 2019						
ΑΙΩΝΙΣΜΑ	ΟΡΙΑ ΒΑΘΜΟΛΟΓΗΣΗΣ & ΚΑΤΑΒΟΛΗΣ ΕΞΩΔΩΝ ΔΙΑΣΥΛΛΟΓΙΚΩΝ ΑΙΩΝΩΝ ΑΝΔΡΩΝ		ΟΡΙΑ ΠΡΩΜΟΔΟΤΗΣΗΣ ΥΨΗΛΩΝ ΕΠΙΔΟΣΕΩΝ ΚΑΙ ΠΡΟΚΡΙΣΗΣ ΓΙΑ ΤΟ ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΟ ΠΡΩΤΑΘΛΗΜΑ ΑΝΔΡΩΝ		ΟΡΙΑ ΒΑΘΜΟΛΟΓΗΣΗΣ ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΟΥ ΠΡΩΤΑΘΛΗΜΑΤΟΣ ΑΝΔΡΩΝ	
	ΑΝΔΡΕΣ ΕΛΑΣΤ. ΤΑΠ. ΚΑΙ ΗΛΕΚΤΡ. ΧΡΩΝ.	ΑΝΔΡΕΣ ΕΛΑΣΤ. ΤΑΠ. ΚΑΙ ΧΡΩΝ. ΧΕΙΡΟΣ	ΑΝΔΡΕΣ ΕΛΑΣΤ. ΤΑΠ. ΚΑΙ ΗΛΕΚΤΡ. ΧΡΩΝ.	ΑΝΔΡΕΣ ΕΛΑΣΤ. ΤΑΠ. ΚΑΙ ΧΡΩΝ. ΧΕΙΡΟΣ	ΑΝΔΡΕΣ ΕΛΑΣΤ. ΤΑΠ. ΚΑΙ ΗΛΕΚΤΡ. ΧΡΩΝ.	ΑΝΔΡΕΣ ΕΛΑΣΤ. ΤΑΠ. ΚΑΙ ΗΛΕΚΤΡ. ΧΡΩΝ.
100	11'' 84	11'' 6	11'' 24	11'' 0	11'' 34	
200	24'' 24	24'' 0	22'' 84	22'' 6	23'' 04	
400	54'' 24	54'' 1	51'' 14	51'' 0	51'' 84	
800	2 06'' 14	2 06'' 0	1 58'' 64	1 58'' 5	1 59'' 64	
1.500	4 23'' 14	4 23'' 0	4 08'' 14	4 08'' 0	4 11'' 64	
* 5.000	17 00'' 14	17 00'' 0	16 16'' 14 ΥΨ. ΠΡΙΜ. 15 50'' 00 ΠΡΟΚΡΙΣΗΣ	16 16'' 0 ΥΨ. ΠΡΙΜ. 15 50'' 0 ΠΡΟΚΡΙΣΗΣ	16 16'' 14 34 00'' 14	
* 10.000			33 00'' 14	33 00'' 0	33 00'' 00	
** ΜΑΡΑΘΩΝΙΟΣ			3:00 00'' 00	3:00 00'' 0	3:30 00'' 00	
3.000 Φ.Ε.	10 50'' 14	10 50'' 0	10 15'' 14 ΥΨ. ΠΡΙΜ. 10 00'' 0 ΠΡΟΚΡΙΣΗΣ	10 15'' 0 ΥΨ. ΠΡΙΜ. 10 00'' 0 ΠΡΟΚΡΙΣΗΣ	10 15'' 14	
110 ΕΜΠ	17'' 24	17'' 0	16'' 54	16'' 3	16'' 64	
400 ΕΜΠ	1 02'' 74	1 02'' 6	59'' 64	59'' 5	1 00'' 64	
ΥΨΟΣ		1.82		1.90		
ΕΠΙΚΟΝΤΩ		3.60		4.10		1.86
ΜΗΚΟΣ		6.10		6.80		4.00
ΤΡΙΠΛΟΥΝ		12.80		13.80		6.70
ΣΦΑΙΡΑ		11.50		13.00 Α - 14.50 ΕΦ.		13.70
ΔΙΣΚΟΣ		35.00		40.00 Α - 42.00 ΕΦ.		39.00
ΑΚΟΝΤΙΟ		44.00		52.00		51.00
ΣΦΥΡΑ		52.00		47.00 Α - 47.00 ΕΦ.		46.00
** ΔΕΚΑΘΛΟ		4.500 Β		4.900 Β. (Α) & 5.000 Β. (ΕΦ)		4.850 Β
10.000 ΒΑΛΗΝ	54 00'' 14	54 00'' 0	52 00'' 14	52 00'' 0		
** 20.000 ΒΑΛΗΝ			1:50 00'' 00	1:50 00'' 0		1:55 00'' 0
** 50.000 ΒΑΛΗΝ			5:10 00'' 00	5:10 00'' 0		5:15 00'' 0
4Χ100	46'' 44	46'' 3	44'' 44	44'' 3	44'' 94	
4Χ400	3 42'' 14	3 42'' 0	3 35'' 14	3 35'' 0	3 36'' 14	

*10.000. Τα έτη 2018 - 2019 * Στα 5.000 μ υπάρχει όριο προκρίσης και από τα 1.500μ / 3.000μ / 10.000μ / 3.000 Φ.Ε.

**Μαραθώνιος - 20.000 Β. - 50.000 Β. - Δέκαθλο: Τα έτη 2017 - 2018 - 2019.

ΓΥΝΑΙΚΕΣ 2019						
ΑΙΤΗΣΙΑ	ΟΡΙΑ ΒΑΘΜΟΛΟΓΗΣΗΣ & ΚΑΤΑΘΛΗΣ ΕΞΟΔΩΝ ΔΙΑΣΥΛΛΟΓΙΚΩΝ ΑΙΩΝΩΝ ΓΥΝΑΙΚΩΝ		ΟΡΙΑ ΠΡΩΜΟΛΟΓΗΣΗΣ ΥΨΗΛΩΝ ΕΠΙΔΟΣΕΩΝ ΚΑΙ ΠΡΟΚΡΙΣΗΣ ΓΙΑ ΤΟ ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΟ ΠΡΩΤΑΘΛΗΜΑ ΓΥΝΑΙΚΩΝ		ΟΡΙΑ ΒΑΘΜΟΛΟΓΗΣΗΣ ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΟΥ ΠΡΩΤΑΘΛΗΜΑΤΟΣ ΓΥΝΑΙΚΩΝ	
	ΓΥΝΑΙΚΕΣ ΕΛΑΣΤ. ΤΑΠ. ΚΑΙ ΗΛΕΚΤΡ. ΧΡΟΝ.	ΓΥΝΑΙΚΕΣ ΕΛΑΣΤ. ΤΑΠ. ΚΑΙ ΧΡΟΝ. ΧΕΙΡΟΣ	ΓΥΝΑΙΚΕΣ ΕΛΑΣΤ. ΤΑΠ. ΚΑΙ ΗΛΕΚΤΡ. ΧΡΟΝ.	ΓΥΝΑΙΚΕΣ ΕΛΑΣΤ. ΤΑΠ. ΚΑΙ ΧΡΟΝ. ΧΕΙΡΟΣ	ΓΥΝΑΙΚΕΣ ΕΛΑΣΤ. ΤΑΠ. ΚΑΙ ΗΛΕΚΤΡ. ΧΡΟΝ.	ΓΥΝΑΙΚΕΣ ΕΛΑΣΤ. ΤΑΠ. ΚΑΙ ΗΛΕΚΤΡ. ΧΡΟΝ.
100	13' 74"	13' 5"	12' 84"	12' 6"	13' 04"	
200	28' 54"	28' 3"	26' 54"	26' 3"	27' 04"	
400	1' 05' 04"	1' 04' 9"	1' 01' 14"	1' 01' 0"	1' 02' 14"	
800	2' 32' 14"	2' 32' 0"	2' 23' 14"	2' 23' 0"	2' 26' 14"	
1.500	5' 27' 14"	5' 27' 0"	5' 05' 14"	5' 05' 0"	5' 10' 64"	
5.000	21' 15' 14"	21' 15' 0"	20' 20' 14" ΥΨ. ΠΡΩΜ. *19' 30' 00" ΠΡΟΚΡΙΣΗΣ	20' 20' 0" ΥΨ. ΠΡΩΜ. *19' 30' 00" ΠΡΟΚΡΙΣΗΣ	20' 22' 14"	
* 10.000			44' 00' 14"	44' 00' 0"	46' 00' 14"	
*** ΜΑΡΑΘΩΝΙΟΣ			3:50' 00' 00"	3:50' 00' 0"	4:30' 00' 00"	
3.000 Φ.Ε.	13' 50' 14"	13' 50' 0"	13' 00' 14"	13' 00' 0"	13' 10' 14"	
100 ΕΜΠ	18' 14"	17' 9"	16' 84"	16' 6"	16' 94"	
400 ΕΜΠ	1' 12' 64"	1' 12' 5"	1' 09' 64"	1' 09' 5"	1' 10' 64"	
ΥΨΟΣ	1.50		1.50	1.59	1.55	
ΕΠΙΚΟΝΤΟ	2.90		2.90	3.20	3.10	
ΜΗΚΟΣ	5.00		5.50	5.35	5.35	
ΤΡΙΠΛΟΥΝ	10.40		11.20	11.20	11.00	
ΣΦΑΙΡΑ	9.60		10.70	10.70	10.60	
ΔΙΣΚΟΣ	32.00		36.00	36.00	35.00	
ΑΚΟΝΤΙΟ	33.00		40.00	40.00	34.50	
ΣΦΥΡΑ	35.00		40.00	40.00	39.00	
** ΕΠΤΑΘΛΟ	3.100 Β		3.600 Β	3.600 Β	3.450 Β	
10.000 Β.	1:00' 30" 14"	1:00' 30' 0"	58' 30" 14"	58' 30' 0"		
** 20.000 Β.			2:10' 00' 00"	2:10' 00' 0"	2:15' 00' 00"	
** 50.000 Β.			6:05' 00' 00"	6:05' 00' 00"	6:10' 00' 00"	
4Χ100	54' 44"	54' 3"	51' 64"	51' 5"	52' 04"	
4Χ400	4' 24" 14"	4' 24' 0"	4' 19" 14"	4' 19' 0"	4' 21" 14"	

*10.000: Τα έτη 2018 - 2019 * Στα 5.000 μ υπάρχει όριο πρόκρισης και από τα 1.500μ - 3.000μ - 10.000μ - 3.000 Φ.Ε.

** Μαραθώνιος - 20.000 Β. - 50.000 Β. - Έπταθλο: Τα έτη 2017 - 2018 - 2019.

ΤΕΧΝΙΚΕΣ ΔΙΑΤΑΞΕΙΣ 2019

ΑΓΩΝΙΣΜΑ	ΕΦΗΒΩΝ - ΝΕΩΝ (Α) - ΝΕΑΝΙΔΩΝ - ΝΕΩΝ (Γ) 2019						ΟΡΙΑ ΒΑΘΜΟΛΟΓΗΣΗΣ & ΚΑΤΑΒΟΛΗΣ ΕΞΟΔΩΝ ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΩΝ ΠΡΟΣΤΑΘΛΗΜΑΤΩΝ
	ΟΡΙΑ ΠΡΟΚΡΙΣΗΣ ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΩΝ ΠΡΟΣΤΑΘΛΗΜΑΤΩΝ ΕΦΗΒΩΝ - ΝΕΩΝ (Α)		ΟΡΙΑ ΒΑΘΜΟΛΟΓΗΣΗΣ & ΚΑΤΑΒΟΛΗΣ ΕΞΟΔΩΝ ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΩΝ ΠΡΟΣΤΑΘΛΗΜΑΤΩΝ		ΟΡΙΑ ΠΡΟΚΡΙΣΗΣ ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΩΝ ΠΡΟΣΤΑΘΛΗΜΑΤΩΝ ΝΕΑΝΙΔΩΝ - ΝΕΩΝ (Γ)		
	ΕΦΗΒΩΝ - ΝΕΩΝ (Α) ΗΛΕΚΤΡ.ΧΡ.	ΕΦΗΒΩΝ - ΝΕΩΝ (Α) ΧΡΟΝ. ΧΕΙΡΟΣ	ΕΦΗΒΩΝ - ΝΕΩΝ (Α) ΗΛΕΚΤΡ. ΧΡΟΝ.	ΕΦΗΒΩΝ - ΝΕΩΝ (Α) ΗΛΕΚ.	ΝΕΑΝΙΔΩΝ - ΝΕΩΝ (Γ) - ΧΡΟΝ. ΧΕΙΡ	ΝΕΑΝΙΔΩΝ - ΝΕΩΝ (Γ) ΗΛΕΚΤΡ. ΧΡΟΝ.	
100	11"34	11"1	11"54	12"94	12"7	13"34	
200	23"04	22"8	23"34	26"74	26"5	27"64	
400	51"64	51"5	52"44	1'01"64	1'01"5	1'03"14	
800	2'00"64	2'00"5	2'04"04	2'25"64	2'25"5	2'29"14	
1.500	4'14"14	4'14"0	4'18"14	5'06"14	5'06"0	5'21"14	
3.000				11'30"14	11'30"0	11'50"14	
5.000	16'30"14	16'30"0	16'50"14	20'40"14	20'40"0	21'15"14	
* 10.000 ΕΦ	36'00"14	36'00"0	37'00"14				
* 10.000 ΝΕΩΝ (Α-Γ)	34'00"14	34'00"0	35'00"14	44'30"14	44'30"0	46'30"14	
3.000 Φ.Ε.	10'25"14	10'25"0	10'38"14	13'18"14	13'18"0	14'00"14	
110-100 ΕΜΠ	16"74 ΕΦ./17"04 Ν.	16"5 ΕΦ./16"8 Ν.	16"94 ΕΦ./17"24 ΝΕΟΙ	17"64	17"4	17"84	
400 ΕΜΠ	1'00"84	1'00"7	1'01"14	1'10"84	1'10"7	1'11"64	
ΥΨΟΣ		1.86	1.84		1.56	1.50	
ΕΠΙ ΚΟΝΤΩ		4.00	3.60		3.20	3.00	
ΜΗΚΟΣ		6.60	6.30		5.40	5.20	
ΤΡΙΠΛΩΝ		13.50	13.40		11.00	10.80	
ΣΩΛΗΡΑ	14.30 ΕΦ-12.50 ΝΕΟΙ (Α)		13.60 ΕΦ-11.50 ΝΕΟΙ	10.40	10.40	9.80	
ΔΙΣΚΟΣ	42.00 ΕΦ-38.00 ΝΕΟΙ (Α)		39.00 ΕΦ-35.00 ΝΕΟΙ	34.00	34.00	30.00	
ΑΚΟΝΤΙΟ	48.00		47.00	35.00	35.00	32.00	
ΣΟΥΡΑ	47.00 ΕΦ-45.00 ΝΕΟΙ (Α)		45.00 ΕΦ-38.00 ΝΕΟΙ	38.00	38.00	33.00	
** ΔΕΚΑΘΛΟ	5.000 Β ΕΦ-4.900 Β ΝΕΟΙ (Α)		4.800 Β ΕΦ-4.600 Β ΝΕΟΙ				
** ΕΠΤΑΘΛΟ				3.600 Β		3.300 Β	
10.000 Β. (Ε-Ν)	55'00"14	55'00"0	56'00"14	1'00'00"14	1'00'00"0	1'01'45"14	
** 20.000 Β. ΝΕΩΝ (Α/Γ)	2'00'00"00	2'00'00"0	2'02'00"00	2'15'00"00	2'15'00"0	2'18'00"00	
4 X 100	45"04	44"9	45"24	52"44	52"3	52"64	
4 X 400	3'37"64	3'37"5	3'38"14	4'21"64	4'21"5	4'24"14	

*10.000: Τα έτη 2018 - 2019

**20.000 Β. - Δέκαθλο - Έπταθλο : Τα έτη 2017 - 2018 - 2019.

ΑΓΩΝΙΣΤΙΚΟ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ "RUN GREECE"

Μάρτιος

31: Run Greece, Λάρισα

Απρίλιος

7: Run Greece, Ηράκλειο

Μάιος

12: Run Greece, Καστοριά

19: Run Greece, Ιωάννινα

Σεπτέμβριος

22: Run Greece, Αλεξανδρούπολη

Οκτώβριος

6: Run Greece, Πάτρα

13: Run Greece, Ρόδος

RunGreece

ΒΑΘΜΟΛΟΓΙΑ ΤΕΤΡΑΘΛΩΝ - Κ 14 ΠΑΜΠΙΔΩΝ Β

ΒΑΘΜΟΙ	60μ		1.200μ		60μ 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	≤ 3.40.13	≤ 3.39.9	≤ 9.83	≤ 9.5	≥ 1.60	≥ 5.51	≥ 14.01	≥ 52.51
100	8.04-8.23	7.8-7.9	3.40.14-3.47.13	3.40.0-3.46.9	9.84-10.13	9.6-9.8	1.55	5.31-5.50	13.51-14.00	50.01-52.00
95	8.24-8.43	8.0-8.1	3.47.14-3.54.13	3.47.0-3.53.9	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	3.54.14-4.01.13	3.54.0-4.00.9	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	4.01.14-4.08.13	4.01.0-4.07.9	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	4.08.14-4.15.13	4.08.0-4.14.9	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	4.15.14-4.22.13	4.15.0-4.21.9	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	4.22.14-4.29.13	4.22.0-4.28.9	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	4.29.14-4.36.13	4.29.0-4.35.9	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	4.36.14-4.43.13	4.36.0-4.42.9	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	4.43.14-4.50.13	4.43.0-4.49.9	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	4.50.14-4.57.13	4.50.0-4.56.9	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	4.57.14-5.04.13	4.57.0-5.03.9	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	5.04.14-5.11.13	5.04.0-5.10.9	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	5.11.14-5.18.13	5.11.0-5.17.9	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	5.18.14-5.25.13	5.18.0-5.24.9	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	5.25.14-5.32.13	5.25.0-5.31.9	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	5.32.14-5.39.13	5.32.0-5.38.9	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	5.39.14-5.46.13	5.39.0-5.45.9	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	≥ 5.46.14	≥ 5.46.00	≥ 15.24	≥ 15.0	0.90	≤ 2.20	≤ 5.00	≤ 7.50

ΒΑΘΜΟΛΟΓΙΑ ΤΕΤΡΑΘΛΟΝ - Κ 14
ΠΑΤΚΟΡΑΣΙΔΩΝ Β'

ΒΑΘΜΟΙ	60μ		1.200μ		60μ 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	≤ 4.15.13	≤ 4.14.9	≤ 10.73	≤ 10.4	≥ 1.45	≥ 4.71	≥ 9.71	≥ 42.01
100	8.84-9.03	8.6-8.7	4.15.14-4.22.13	4.15.0-4.21.9	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	4.22.14-4.29.13	4.22.0-4.28.9	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	4.29.14-4.36.13	4.29.0-4.35.9	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	4.36.14-4.43.13	4.36.0-4.42.9	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	4.43.14-4.50.13	4.43.0-4.49.9	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	4.50.14-4.57.13	4.50.0-4.56.9	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	4.57.14-5.04.13	4.57.0-5.03.9	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	5.04.14-5.11.13	5.04.0-5.10.9	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	5.11.14-5.18.13	5.11.0-5.17.9	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	5.18.14-5.25.13	5.18.0-5.24.9	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	5.25.14-5.32.13	5.25.0-5.31.9	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	5.32.14-5.39.13	5.32.0-5.38.9	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	5.39.14-5.46.13	5.39.0-5.45.9	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	5.46.14-5.53.13	5.46.0-5.52.9	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	5.53.14-6.00.13	5.53.0-5.59.9	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	6.00.14-6.07.13	6.00.0-6.06.9	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	6.07.14-6.14.13	6.07.0-6.13.9	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	6.14.14-6.21.13	6.14.0-6.20.9	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	≥ 6.21.14	≥ 6.21.0	≥ 16.14	≥ 15.9	0.80	≤ 2.00	≤ 2.50	≤ 6.00

ΤΕΧΝΙΚΕΣ ΔΙΑΤΑΞΕΙΣ 2019

ΚΑΛΕΝΤΑΡΙ - 2019

Ιανουάριος

- 19 Σαβ. Μεσογειακοί Αγώνες K23, Μασσαλία
- 19 Σαβ. Ημερίδα κλειστού στίβου Α/Γ, K20, K18, K16, Άγιος Κοσμάς
- 20 Κυρ. Πανελλήνιο Πρωτάθλημα 50χλμ. βάδην Ανδρών - Γυναικών, Σχηνιάς/Μαραθώνα
- 25 Παρ. Ημερίδα κλειστού στίβου Α/Γ, K20, K18, K16, ΣΕΦ
- 27 Κυρ. Ημερίδα κλειστού στίβου Α/Γ, K20, K18, K16, Άγιος Κοσμάς
- 27 Κυρ. Αναπτυξιακοί Αγώνες Δρόμου σε ανώμαλο έδαφος

Φεβρουάριος

- 3 Ευρωπαϊκό Πρωτάθλημα συλλόγων Δρόμου σε ανώμαλο έδαφος Α/Γ και K20, Αλμπουφείρα (Πορτογαλία)
- 9-10 Σαβ. - Κυρ. Πανελλήνιο Πρωτάθλημα κλειστού Α/Γ και συνθέτων, ΣΕΦ
- 10 Κυρ. Βαλκανικό Πρωτάθλημα K20, Κωνσταντινούπολη (Τουρκία)
- 16 Σαβ. Βαλκανικό Πρωτάθλημα Α/Γ, Κωνσταντινούπολη (Τουρκία)
- 24 Κυρ. Πανελλήνιο Πρωτάθλημα σε ανώμαλο δρόμο, Τρίκαλα

Μάρτιος

- 1-3 Παρ. - Κυρ., Ευρωπαϊκό Πρωτάθλημα κλειστού στίβου, Γλασκώβη (Μ. Βρετανία)
- 9-10 Σαβ. - Κυρ., Ευρωπαϊκό Χειμερινό Κύπελλο ρίψεων Α/Γ K23, Σαμορίν (Σλοβακία)
- 17 Κυρ. Πανελλήνιο Πρωτάθλημα Ημιμαραθωνίου δρόμου, Αθήνα
- 17 Κυρ. 8ος Ημιμαραθωνιος Αθήνας, Αθήνα
- 23 Σαβ. Χειμερινό Κύπελλο Ρίψεων, Θεσσαλονίκη
- 24 Πανελλήνιο Πρωτάθλημα βάδην 20.000 μ. K23, Ημερίδα Α/Γ, K20, K18, Μέγαρο
- 30 Κυρ. Παγκόσμιο Πρωτάθλημα σε ανώμαλο έδαφος, Άαρχους (Δανία)
- 31 Κυρ. Run Greece, Λάρισα

Απρίλιος

- 6 Σαβ. Διασυλλογικοί Αγώνες K18
- 7 Κυρ. Run Greece, Ηράκλειο
- 13 Σαβ. Διασυλλογικοί Αγώνες K14 (ΠΠ/ΠΚ Β'), Τέτραθλα Α' αγώνας
- 13 Σαβ. Φωτιάδεια, Πάτρα
- 14 Κυρ. Πανελλήνιο Πρωτάθλημα ορεινού δρόμου
- 14 Κυρ. «Κώστας Γιαταγάνας», Αθήνα
- 16 -17 Τρ.- Τετ. Σχολικοί Αγώνες (β' φάση)
- 20 Σάβ. Βαλκανικό Πρωτάθλημα βάδην Α/Γ, K23, K20, Αλεξανδρούπολη
- 20 Σαβ. Πανελλήνιο Πρωτάθλημα 20χλμ. βάδην Α/Γ, Αλεξανδρού-

πολη

- 20 Διασυλλογικοί Αγώνες K16 (ΠΠΑ/ΠΚΑ)
- 21 Κυρ. Βαλκανικό Πρωτάθλημα Ημιμαραθωνίου, Κίεβο (Ουκρανία)
- 21 Κυρ. «Χατζηδαμίδα 2019», Κιλκίς (ρίψεις)
- 23-24 Τρίτ. - Τετ. Διασυλλογικοί Αγώνες συνθέτων αγωνισμάτων Α/Γ, K18
- 24 Τετ. Πανελλήνιο Πρωτάθλημα 10.000μ. Α/Γ, K23, K20, Μέγαρο
- 24 «Αλέκα Σιούλη», Πάτρα

Μάιος

- 4 Σαβ. Διασυλλογικοί Αγώνες Α/Γ (α' αγώνας) και δάθλο K16
- 8-9 Τετ. - Πέμπ. Πανελλήνιο Σχολικό Πρωτάθλημα (Γ' φάση)
- 11 Σαβ. Διασυλλογικοί Αγώνες K14 (ΠΠ/ΠΚ Β) Τέτραθλα (β' αγώνας)
- 11 Σαβ. «Φεστιβάλ ρίψεων», Τρίπολη
- 11-12 Σαβ. - Κυρ. Παγκόσμιο Πρωτάθλημα Σκυταλοδρομιών, Γιοκοχάμα (Ιαπωνία)
- 11 Σαβ. «Βεργώτεια 2019» Κεφαλονιά
- 11 Σαβ. «Ορσίπεια», Μέγαρο
- 12 Κυρ. Πανελλήνιο Πρωτάθλημα 10χλμ. σε δημόσιο δρόμο, Καστοριά
- 12 Κυρ. Run Greece, Καστοριά
- 12 Κυρ. «Θώδεια», Λουτράκι
- 12 Κυρ. «Patras Race Walking Festival», Πάτρα
- 18 Διασυλλογικοί Αγώνες Α/Γ (β' αγώνας) και 5αθλο K16
- 18 Σάβ. Βαλκανικό Πρωτάθλημα βουνού Α/Γ και K20, Καμπουλουνγκ Μολντοβενεσκ (Ρουμανία)
- 19 Κυρ. Ευρωπαϊκό Κύπελλο βάδην Α/Γ και K20, Άλιτους (Λιθουανία)
- 19 Κυρ. Run Greece, Γιάννενα
- 24 Παρ. «Αλεξάνδρειοι δρόμοι», Θεσσαλονίκη
- 25 Σαβ. «Αμεινίας Παληνές», Παλλήνη
- 25 Σαβ. «Ίόνιοι Αγώνες», Λευκάδα
- 25 Σαβ. Μάχη Κρήτης, Χανιά
- 25 Σαβ. Αχιλλεία, Γρεβενά
- 29 Τετ. «Ευάγγελος Δεπάστας», Σχηματίρι
- 29 Τετ. Γκραν Πρι Αλεξάνδρεια, Έδεσσα (International meeting with national permit)

Ιούνιος

- 1 Σαβ. Γιτάνεια, Ηγουμενίτσα
- 1 Σαβ. «Ηράκλεια 2019», Ηράκλειο
- 1 Σαβ. Χειμωνίδεια, Θεσσαλονίκη
- 5 Τετ. Διεθνές Μίτινγκ Αλμάτων, Καλλιθέα (International meeting with national permit)
- 5 Τετ. «Γ. Ζδράγκας 2019», Λάρισα
- 8 Σαβ. Ζαχαριάδεια, Θεσσαλονίκη
- 8 Σαβ. Καποδίστρια, Κέρκυρα
- 8 Σαβ. Αιγιάλεια, Αίγιο

- 8-9 Σαβ.- Κυρ. Παπαναστάσια, Αθήνα
 8-9 Σάβ.- Κυρ. Διεθνές Μίτινγκ Συνθέτων, Νάξος (International meeting with national permit)
 9 Κυρ. Διεθνές μίτινγκ «Βενιζέλαια- Χανιά», Χανιά (Classic meeting)
 12 Τετ. Πανιώνεια, Ν. Σμύρνη
 12 Τετ. Women Gala, Φιλοθέη (Special Premium Meetings)
 15 Σαβ. Αγώνες ρίψεων «Κώστας Σπανίδης», Θεσσαλονίκη
 15 Σαβ. «Δ. Βραϊμάκης», Χαλκίδα
 16 Κυρ. «Αέτεια/Κοτσιόδεια», Θεσσαλονίκη
 19 Τετ. «Τάσος Ξένος», Χολαργός
 19 Τετ. Παπαφλέσσα, Καλαμάτα (International meeting with national permit)
 21 Παρ. Athens Street Pole Vault, Αθήνα (Special Premium Meetings)
 22- 23 Σαβ. - Κυρ, Πανελλήνιο Πρωτάθλημα Κ20 και Πανελλήνιο συνθέτων Κ20, Κατερίνη
 22 Βαλκανικό Πρωτάθλημα 10χλμ. σε Δημόσιο δρόμο, Μπρκο (Βοσνία Ερζεγοβίνη)
 23-28 Σαβ. - Παρ. Ευρωπαϊκοί Αγώνες, Μίνσκ (Λευκορωσία)
 29 Σαβ. «Κνώσεια 2019», Ηράκλειο
 29-30 Σαβ. Κυρ. Πανελλήνιο Πρωτάθλημα Κ23, Λάρισα

Ιούλιος

- 3 Τετ. Γκραν Πρι, Αργος Ορεστικό (International meeting with national permit)
 5-6 Παρ. - Σαβ. Βαλκανικό Πρωτάθλημα Κ20, Κλουζ (Ρουμανία)
 6-7 Σάβ. - Κυρ. Ευρωπαϊκό Πρωτάθλημα συνθέτων αγωνισμάτων Σούπερ Λίγκα, Λουτσκ (Ουκρανία)
 6-7 Σάβ. - Κυρ. Ευρωπαϊκό Πρωτάθλημα συνθέτων αγωνισμάτων 1η και 2η κατηγορία, Ριμπέιρα (Πορτογαλία)
 6 Σαβ. Ευρωπαϊκό Κύπελλο 10.000 μ., Λονδίνο (Μ. Βρετανία)
 6-7 Σαβ. -Κυρ. Πανελλήνιο Πρωτάθλημα Κ18, Τρίκαλα
 7 Σαβ. 18ο Ευρωπαϊκό Πρωτάθλημα Ορεινού Δρόμου και Βουνού, Α/Γ και Κ20, Ζερματ (Ελβετία)
 10 Τετ. Γκραν Πρι Τοφάλεια, Πάτρα (International meeting with national permit)
 11-14 Πεμπ. - Κυρ. 12ο Ευρωπαϊκό Πρωτάθλημα Κ23, Γκέβλε (Σουηδία)
 13 Σαβ. Βαλκανικό Πρωτάθλημα Κ18, Κράγιεβο (Σερβία)
 13 Σαβ. «Βουδούρεια 2019», Θήβα
 13-14 Σαβ. - Κυρ. Πανελλήνιο Πρωτάθλημα Κ16, Καβάλα/Χαλκίδα
 17 Τετ. Γκραν Πρι Δαβιτζόγια, Καβάλα (International meeting with national permit)
 18-21 Πεμπ. - Κυρ. 25ο Ευρωπαϊκό Πρωτάθλημα Κ20, Μπόρας (Σουηδία)
 20 Σαβ. Δρόμεια, Βάρη (International meeting with national

- permit)
 20-28 Ευρωπαϊκό φεστιβάλ Νεότητας Κ18, Μπακού (Αζερμπαϊτζάν)
 27-28 Σαβ. - Κυρ. Πανελλήνιο Πρωτάθλημα Α/Γ, Πάτρα
 27-28 Σαβ.- Κυρ. Βαλκανικό Πρωτάθλημα σκυταλοδρομιών, Ερζουρούμ (Τουρκία)
 31 Τετ. Συνάντηση Ελλάδα- Κύπρος Κ18

Αύγουστος

- 1 Πέμ. Συνάντηση Ελλάδα- Κύπρος Κ18
 3-4 Σαβ. - Κυρ. Πανελλήνιο Πρωτάθλημα συνθέτων Α/Γ, Κ23, Κ18, Θεσσαλονίκη
 9-11 Παρ. - Κυρ. Ευρωπαϊκό Πρωτάθλημα ομάδων Σούπερ Λίγκα, Μπίνγκοζ (Πολωνία)

Σεπτέμβριος

- 2-3 Δευτ. - Τρ. Βαλκανικό Πρωτάθλημα Α/Γ, Πράβες (Βουλγαρία)
 6 Παρ. Σιθώνεια, Νικήτη Χαλκιδική, (International meeting with national permit)
 21 Σαβ. Βιλαέτια, Πύργος
 22 Κυρ. Run Greece, Αλεξανδρούπολη
 28 Σαβ. Μπεκιάρεια, Σέρρες
 28/9-6/10 Παγκόσμιο Πρωτάθλημα Α/Γ, Ντόχα (Κατάρ)

Οκτώβριος

- 28/9-6/10 Παγκόσμιο Πρωτάθλημα Α/Γ, Ντόχα (Κατάρ)
 5 Σαβ. Διασυλλογικοί Αγώνες Κ14 Τέτραθλα (γ' αγώνας)
 6 Κυρ. Run Greece, Πάτρα
 5-6 Σαβ. - Κυρ. Αιγαιοπελαγίτικοι Αγώνες, Ικαρία
 12 Σαβ. «24α Κωνσταντινίδια», Νάουσα
 12 Σαβ. «Δήλεια 2019», Μύκονος
 13 Κυρ. Run Greece, Ρόδος

Νοέμβριος

- 3 Κυρ. Βαλκανικό Πρωτάθλημα Ημιμαραθωνίου, Βελιγράδι (Σερβία)
 9 Σαβ. Βαλκανικό Πρωτάθλημα ανώμαλου δρόμου, Μπεράνε (Μαυροβούνιο)
 10 Κυρ. Πανελλήνιο Πρωτάθλημα Μαραθωνίου, Αθήνα
 10 Κυρ. Μαραθώνιος Αθήνας, Αυθεντικός, Αθήνα

Δεκέμβριος

- 8 Κυρ. Ευρωπαϊκό Πρωτάθλημα Δρόμου σε ανώμαλο έδαφος Α/Γ, Κ23, Κ20, Λισσαβώνα (Πορτογαλία)

ΤΕΧΝΙΚΕΣ ΔΙΑΤΑΞΕΙΣ 2019

Αγωνιστικό πρόγραμμα αγώνων σε δημόσιο δρόμο και βουνό 2019

Ιανουάριος

20	Kυρ	Πανελλήνιο Πρωτ. Βάδην 50χλμ. Ανδρών, Μαραθώνας	14	Kυρ	Moraitis Run, Φιλοθέη - Ψυχικό
20	Kυρ	Λέβαδος, Λιβαδειά	20	Σάβ	Βαλκανικό Πρωτ. Βάδην (S,U23,U20), Αλεξανδρούπολη
27	Kυρ	Ιωάννης Καποδίστριας, Αίγινα	20	Σάβ	Πανελλήνιο Πρωτ. Βάδην 20χλμ., Αλεξανδρούπολη
27	Kυρ	Κυριακίδεια, Φιλοθέη	21	Kυρ	Βαλκανικό Πρωτ. Ημιμαραθωνίου, Ουκρανία
			21	Kυρ	Μαραθώνιος Κρήτης, Χανιά

Φεβρουάριος

3	Kυρ	Δρόμος Βουνού Υμηττός, Χολαργός
3	Kυρ	Loutraki Run, Λουτράκι
3	Kυρ	Ευρωπαϊκό Πρωτάθλημα Συλλόγων Δρόμου σε Ανώμαλο Έδαφος (S & U20), Πορτογαλία
24	Kυρ	Πανελλήνιο Πρωτ. Δρόμου σε Ανώμαλο Έδαφος, Τρίκαλα

Μάρτιος

3	Kυρ	Μαραθώνιος Ναυπλίου, Ναύπλιο
16	Σάβ	Αγώνες Δρόμου «Γιάννης Παπανικόλας», Κάλυμνος
17	Kυρ	Run Άργος Ορεστικό, Άργος Ορεστικό
17	Kυρ	Πελάσγιος Δρόμος, Λάρισα
17	Kυρ	Πανελλήνιο Πρωτ. Ημιμαραθωνίου, Αθήνα
17	Kυρ	Ημιμαραθώνιος Αθήνας, Αθήνα
24	Kυρ	Πανελλήνιο Πρωτ. Βάδην 20.000μ. Κ23 (ΝΕΩΝ Α-Γ), Μέγαρο
24	Kυρ	Μαραθώνιος Μεσσήνης, Μεσσήνη
30	Σάβ	Παγκόσμιο Πρωτ. Δρόμου σε Ανώμαλο Έδαφος, Δανία
31	Kυρ	Kifisia Run, Κηφισιά
31	Kυρ	Run Greece Λάρισα, Λάρισα
31	Kυρ	Ranorama Charity Fun Run, Πανόραμα Θεσσαλονίκης
31	Kυρ	Μαραθώνιος Ολυμπίας, Αρχ. Ολυμπία

Απρίλιος

7	Kυρ	Kallithea Run, Καλλιθέα
7	Kυρ	Run Greece Ηράκλειο, Ηράκλειο
7	Kυρ	Ημιμαραθώνιος Μαραθώνα, Μαραθώνας
7	Kυρ	Run Deskati Κωνσταντινεία, Δεσκάτη Γρεβενών
7	Kυρ	Πανελλήνιο Πρωτ. Ορεινού Δρόμου, Δεσκάτη Γρεβενών
14	Kυρ	Διεθνής Μαραθώνιος Μέγας Αλέξανδρος, Θεσσαλονίκη
14	Kυρ	Μαραθώνιος Ρόδου, Ρόδος

Μάιος

4	Σάβ	Πράσινο Ημιμαραθώνιο, Λευκάδα
5	Kυρ	Run the theatre, Μεγαλόπολη
5	Kυρ	Τρίκαλα City Run, Τρίκαλα
12	Kυρ	Run Greece & Ημιμαραθώνιος Καστοριάς, Καστοριά
12	Kυρ	Πανελλήνιο Πρωτ/μια 10χλμ. σε Δημόσια Οδό, Καστοριά
12	Kυρ	Via Egnantia Run, Αλεξανδρούπολη
12	Kυρ	Ειρηνοδρομία, Άγιος Δημήτριος Αττικής
18	Σάβ	Βαλκανικό Πρωτ. Ορεινού Δρόμου & Βουνού (S,U20), Ρουμανία
19	Kυρ	Ευρωπαϊκό Κύπελλο Βάδην (S,U20), Λιθουανία
19	Kυρ	Run Greece Ιωάννινα, Ιωάννινα

Ιούνιος

9	Kυρ	Ημιμαραθώνιος Βερδικούσιας, Βερδικούσια Ελασσόνας
16	Kυρ	Follow the River, Τρίκαλα
16	Kυρ	Stymphalia LakeRun, Τρίκαλα Κορινθίας
22	Σάβ	Βαλκανικό Πρωτάθλημα 10χλμ. σε Δημόσια οδό, Βοσνία Ερζεγοβίνη
23	Kυρ	Ορεινός Ημιμαραθώνιος Δολιανών, Άνω Δολιανά

Ιούλιος

7	Kυρ	18ο Ευρωπαϊκό Πρωτάθλημα Ορεινού Δρόμου & Βουνού (S,U20), Ελβετία
20	Σάβ	Ευρπτάνειος Δρόμος, Καρπενήσι

Σεπτέμβριος

5	Πέμ	Δρόμος Νίκης 2019, Ρόδος
8	Kυρ	Στα Ίχνη της Ιεράς Οδού, Ελευσίνα
22	Kυρ	Τροφώνιος Ημιμαραθώνιος, Λιβαδειά
22	Kυρ	Kallithea Halfmarathon, Καλλιθέα
22	Kυρ	Run Greece Αλεξανδρούπολη, Αλεξανδρούπολη
27	Παρ	Spartathlon, Αθήνα - Σπάρτη

- 29 Κυρ Run Φλώρινα, Φλώρινα
- 29 Κυρ Corfu halfmarathon, Κέρκυρα
- 29 Κυρ Αγώνας UNESCO, Λάρισα

Οκτώβριος

- 6 Κυρ Ημιμαραθώνιος Κρήτης, Αρκαλοχώρι
- 6 Κυρ Ημιμαραθώνιος Δρόμος Στα χνάρια του Πausανία, Ελευσίνα - Μέγαρο
- 6 Κυρ Run Greece Πάτρα, Πάτρα
- 13 Κυρ Αγώνας Δρόμου Ιστορικής Μνήμης Νέας Σμύρνης, Νέα Σμύρνη
- 13 Κυρ Halkida Bridges halfMarathon, Χαλκίδα
- 13 Κυρ Run Greece Ρόδος, Ρόδος
- 19 Σάβ Kallithea Night Run, Καλλιθέα
- 19 Σάβ Νυχτερινός Ημιμαραθωνιος Θεσσαλονίκης, Θεσσαλονίκη
- 20 Κυρ 3ος Ξενοδάμειος δρόμος, Αράχωβα
- 20 Κυρ Παράκτιος Δρόμος Ηγουμενίτσας, Ηγουμενίτσα
- 20 Κυρ Ημιμαραθώνιος Δρόμος Αχαΐας «Φάνης Τσιμγκάτος», Πάτρα
- 20 Κυρ Run In Lagadas (Το 10αρι Του Λαγκαδά), Λαγκαδάς

- 20 Κυρ Run Γρεβενά, Γρεβενά
- 27 Κυρ Meteora Trail Run, Καλαμπάκα

Νοέμβριος

- 3 Κυρ Βαλκανικό Πρωτ. Ημιμαραθωνίου, Σερβία
- 9 Κυρ Βαλκανικό Πρωτ. Ανωμάλου Δρόμου, Μαυροβούνιο
- 10 Κυρ Πανελλήνιο Πρωτ. Μαραθωνίου, Αθήνα
- 10 Κυρ Μαραθώνιος της Αθήνας - Ο Αυθεντικός, Αθήνα
- 24 Κυρ Δρόμος Ελευθερίας (Θερμοπύλες Αλαμάνα Γοργοπόταμος), Λαμία
- 24 Κυρ Δημοκρίτειος Ημιμαραθωνιος Ξάνθης, Ξάνθη
- 24 Κυρ Παλαμηδεις Άθλος, Ναύπλιο

Δεκέμβριος

- 1 Κυρ Ημιμαραθώνιος Τύρναβος – Λάρισα, Λάρισα
- 8 Κυρ 26ο Ευρωπαϊκό Πρωτάθλημα Δρόμου σε Ανώμαλο Έδαφος (S,U23,U20), Πορτογαλία



ΤΕΧΝΙΚΕΣ ΔΙΑΤΑΞΕΙΣ 2019

ΔΙΕΘΝΕΙΣ ΑΓΩΝΕΣ ΕΝΤΟΣ ΣΤΑΔΙΟΥ ΜΕ ΤΗΝ ΕΓΚΡΙΣΗ ΤΗΣ ΕΑΑ, ΤΟΥ ΣΕΓΑΣ ΚΑΙ ΕΛΛΗΝΙΚΑ GP

ΕΑΑ CLASSIC MEETING			
ΙΟΥΝΙΟΣ			
9	Κυριακή	“Βενιζέλεια - Χανιά”	Χανιά
SPECIAL PREMIUM MEETING			
ΙΟΥΝΙΟΣ			
12	Τετάρτη	Filothei Women Gala	Φιλοθέη
21	Παρασκευή	Athens Street Pole Vault	Αθήνα
INTERNATIONAL MEETING WITH NATIONAL PERMIT			
ΜΑΙΟΣ			
29	Τετάρτη	GP Αλεξάνδρεια	Έδεσσα
ΙΟΥΝΙΟΣ			
5	Τετάρτη	Μήτινγκ Αλμάτων	Καλλιθέα
8-9	Σάββατο - Κυριακή	“Portarathlon” Μήτινγκ Συνθέτων	Νάξος
19	Τετάρτη	“Παπαφλέσσεια”	Καλαμάτα
ΙΟΥΛΙΟΣ			
3	Τετάρτη	GP Άργος Ορεστικό	Άργος Ορεστικό
10	Τετάρτη	GP Τοφάλεια	Πάτρα
17	Τετάρτη	GP Δαβιτζόγλεια	Καβάλα
20	Σάββατο	“Δρόμεια”	Βάρη
ΣΕΠΤΕΜΒΡΙΟΣ			
6	Παρασκευή	“Σιθώνεια”	Χαλκιδική

ΕΠΙΚΟΙΝΩΝΙΑ

ΤΗΛΕΦΩΝΑ - Ε MAIL ΕΠΙΤΕΛΙΚΩΝ ΤΕΧΝΙΚΩΝ Σ.Ε.Γ.Α.Σ.

ΚΑΛΟΥΔΗΣ ΜΑΡΚΟΣ	6975 888929	mkaloud@gmail.com	ΚΟΥΤΣΙΩΡΑΣ ΓΙΑΝΝΗΣ	6932 242264	kg.segas@gmail.com koutsiorasgiannis@hotmail.com
ΜΑΤΑΚΗΣ ΣΤΕΦΑΝΟΣ	6946 953858	smatakis@gmail.com	ΜΕΛΕΤΟΓΛΟΥ ΧΡΗΣΤΟΣ	6977 626315	juniors@segas.gr
ΧΑΤΖΗΒΑΣΙΛΕΙΟΥ ΧΡΗΣΤΟΣ	6944 736010	xrisxat@gmail.com	ΑΠΟΣΤΟΛΟΠΟΥΛΟΣ ΑΠΟΣΤΟΛΟΣ	6975 888931	apap1995@yahoo.gr
ΒΑΡΥΤΙΜΙΔΗΣ ΧΑΡΗΣ	6972 883096	harisvaritim110@yahoo.gr	ΧΡΥΣΟΣΤΟΜΙΔΗΣ ΧΡΗΣΤΟΣ	6944 292500	xrixri.segas@gmail.com
ΓΚΟΓΚΑΣ ΑΝΔΡΕΑΣ	6975 888925	andreasgogas@gmail.com	ΕΥΑΓΓΕΛΟΠΟΥΛΟΣ ΔΗΜΗΤΡΗΣ	6977 324291	d.euaggelo@gmail.com
ΠΡΟΒΑΤΑΣ ΑΓΓΕΛΟΣ	6945 232728	aprovatas@sch.gr	ΚΟΥΤΣΟΓΙΑΝΝΟΠΟΥΛΟΣ ΓΙΑΝΝΗΣ	6932 245454	jkouts@ath.forthnet.gr
ΧΑΛΒΑΤΖΑΡΑΣ ΔΗΜΗΤΡΗΣ	6932 549556	chalvdim@gmail.com			
Ε.Α.Σ. Σ.Ε.Γ.Α.Σ.	ΤΗΛΕΦΩΝΑ	E-MAIL	ΤΕΧΝΙΚΟΙ ΣΥΜΒΟΥΛΟΙ	ΤΗΛΕΦΩΝΑ	E-MAIL
ΑΝΑΤΟΛΙΚΗ ΜΑΚΕΔΟΝΙΑ & ΘΡΑΚΗ	23210-50818	sersegas@gmail.com	ΖΟΡΜΠΑΣ ΣΤΑΥΡΟΣ	6947 600430	stivzorbas@yahoo.gr
			ΣΟΥΛΤΑΝΗΣ ΑΓΓΕΛΟΣ	6972 881965	soultanis@sch.gr
ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗ	2310-211770	segasthes@gmail.com	ΚΑΪΣΙΔΗΣ ΜΑΤΘΑΙΟΣ	6976 511771	12kmat@gmail.com
ΚΕΝΤΡΙΚΗ ΜΑΚΕΔΟΝΙΑ	23827-73987	eassegaskm@gmail.com	ΧΑΤΖΗΒΑΣΙΛΕΙΟΥ ΧΡΗΣΤΟΣ	6944736010	xrisxat@gmail.com
ΔΥΤΙΚΗ ΜΑΚΕΔΟΝΙΑ	24670-23555	segas-dm@otenet.gr	ΕΛΕΥΘΕΡΙΑΔΗΣ ΘΑΝΑΣΗΣ	6947 277602	eleph_than@hotmail.com
ΗΠΕΙΡΟΣ	26510-29168	segasepirou@yahoo.gr	ΠΛΑΤΩΝΑΣ ΒΑΣΙΛΗΣ	6948 517412	bplatonas@yahoo.gr
ΚΕΡΚΥΡΑ	26611-81054	segaskerkyras@gmail.com	ΜΟΣΧΟΣ ΝΙΚΟΣ	6932 466341	segaskerkyras@gmail.com
ΘΕΣΣΑΛΙΑ	2410-537048	segas.thessalias@gmail.com	ΜΠΟΥΛΟΓΕΩΡΓΟΣ ΘΑΝΑΣΗΣ	6977 296780	aboul@sch.gr
			ΧΑΛΙΤΣΙΟΣ ΧΡΗΣΤΟΣ	6974 960551	chalitsios@gmail.com
ΑΝΑΤΟΛΙΚΗ ΣΤΕΡΕΑ - ΕΥΒΟΙΑ	22210-27114	stibos04@otenet.gr	ΜΠΟΥΛΟΥΚΟΣ ΚΩΣΤΑΣ	6977 670120	dmpouloukos@yahoo.gr
ΑΘΗΝΑ	210-8082100	easathinas2014@gmail.com	ΚΑΡΟΥΖΟΣ ΧΡΥΣΑΝΘΟΣ	6944 373110	chriskarouzos@gmail.com
ΠΕΙΡΑΙΑΣ & ΝΟΤΙΟΔΥΤΙΚΗ ΑΤΤΙΚΗ	210-4834232	segaspeiraia@gmail.com	ΜΑΤΑΚΗΣ ΣΤΕΦΑΝΟΣ	6942 982633	smatakis@gmail.com
ΠΕΡΙΦΕΡΕΡΕΙΑ ΠΕΛΟΠΟΝΝΗΣΟΥ	2710-222093	segastri@otenet.gr	ΤΡΙΑΝΤΑΦΥΛΛΟΠΟΥΛΟΣ ΣΠ.	6873 335709	s.a.triantafillopoulos@gmail.com
ΒΟΡΕΙΑ ΠΕΛΟΠΟΝΝΗΣΟΣ	2610-320203	segaspatra@yahoo.gr	ΟΡΦΑΝΟΠΟΥΛΟΣ ΔΗΜΗΤΡΗΣ	6973 351237	dimitros_1924@yahoo.gr
ΛΕΣΒΟΣ	22510-26453	segas-le@otenet.gr	ΜΑΚΑΡΩΝΗΣ ΣΤΕΛΙΟΣ	6985 080552	stemakron@gmail.com
ΧΙΟΣ - ΣΑΜΟΣ	22710-20588	segaschios-samos@otenet.gr	ΠΕΤΡΗΣ ΙΩΑΝΝΗΣ	6978 335942	jopetris@gmail.com
ΚΥΚΛΑΔΕΣ	6944 356695	segas_kykladwn@yahoo.gr	ΣΙΔΕΡΗΣ ΠΕΤΡΟΣ	6946 100701	sideris87@gmail.com
ΔΩΔΕΚΑΝΗΣΑ	22410-30145	segasdod@gmail.com	ΔΙΑΚΟΝΙΚΟΛΑΣ ΣΑΒΒΑΣ	6942 475735	savvasdiak@yahoo.gr
ΚΡΗΤΗ	2810-253587	segas.kritis@gmail.com	ΚΑΛΟΥΔΗΣ ΜΑΡΚΟΣ	6975 888929	mkaloud@gmail.com

ΤΕΧΝΙΚΕΣ ΔΙΑΤΑΞΕΙΣ 2019

Σ.Ε.Γ.Α.Σ. - SEGAS

ΣΥΝΔΕΣΜΟΣ ΕΛΛΗΝΙΚΩΝ ΓΥΜΝΑΣΤΙΚΩΝ & ΑΘΛΗΤΙΚΩΝ ΣΩΜΑΤΕΙΩΝ / HELLENIC AMATEUR ATHLETIC ASSOCIATION

ΔΙΕΥΘΥΝΣΗ: Λ. ΣΥΓΓΡΟΥ 137, 171 21 ΝΕΑ ΣΜΥΡΝΗ / ADDRESS: 137 SYNGROU AVENUE 171 21 NEA SMYRNI, ATHENS

www.segas.gr

www.athensauthenticmarathon.gr

www.athinahalfmarathon.gr

www.run-greece.gr

ΥΠΗΡΕΣΙΕΣ - ΓΡΑΦΕΙΑ	ΤΗΛΕΦΩΝΟ	ΦΑΞ	E-MAIL
ΠΡΟΕΔΡΟΣ	211 187 7700-01	210 934 2980	president@segas.gr
ΓΕΝΙΚΟΣ ΓΡΑΜΜΑΤΕΑΣ	211 187 7700-01	210 934 2980	secretarygeneral@segas.gr
ΔΙΕΥΘΥΝΤΡΙΑ ΥΠΗΡΕΣΙΩΝ	211 187 7712		director@segas.gr
ΤΜΗΜΑΤΑΡΧΗΣ ΠΡΟΣΩΠΙΚΟΥ	211 187 7730		personnel@segas.gr
ΤΜΗΜΑΤΑΡΧΗΣ ΟΙΚΟΝΟΜΙΚΟΥ	211 187 7745	210 935 9334	segaslog01@gmail.com
ΤΜΗΜΑΤΑΡΧΗΣ ΔΙΟΙΚΗΣΕΩΣ	211 187 7700		president@segas.gr administration@segas.gr
ΕΘΝΙΚΕΣ ΟΜΑΔΕΣ	211 187 7710		nationalteams@segas.gr
ΑΠΟΣΤΟΛΕΣ-ΚΟΙΝΩΝΙΚΗ ΕΥΘΥΝΗ	211 187 7711		nationalteams@segas.gr csr@segas.gr
ΑΝΑΠΤΥΞΗ	211 187 7732		development@segas.gr
ΕΠΙΤΡΟΠΗ ΑΓΩΝΩΝ	211 187 7735		competition@segas.gr
ΜΗΤΡΩΟ ΑΘΛΗΤΩΝ	211 187 7743 211 187 7744	210 935 8489	mitroo@segas.gr
ΣΤΑΤΙΣΤΙΚΗ	211 187 7713 211 187 7714		statistics@segas.gr
ΔΙΕΘΝΕΙΣ ΣΧΕΣΕΙΣ	211 187 7703 211 187 7704		internationalrelations@segas.gr
ΛΟΓΙΣΤΗΡΙΟ	211 187 7746 211 187 7747 211 187 7748 211 187 7751		segaslog01@gmail.com
ΜΑΡΚΕΤΙΝΓΚ	211 187 7749	210 935 9334	marketing@segas.gr
ΠΡΟΜΗΘΕΙΕΣ	211 187 7750 211 187 7749	210 935 9334	supplies@segas.gr
ΓΡΑΦΕΙΟ ΜΑΡΑΘΩΝΙΟΥ	211 187 7717	211 182 7689	marathon@segas.gr
Ατομικές εγγραφές (και Ημιμαραθωνίου)	211 187 7725, 20, 19		
Ομαδικές εγγραφές (και Ημιμαραθωνίου)	211 187 7721		
ΓΡΑΦΕΙΟ ΤΥΠΟΥ	211 187 7715 211 187 7716		press@segas.gr press1@segas.gr press2@segas.gr

ΕΠΙΤΡΟΠΗ ΑΘΛΗΤΙΚΟΥ ΣΧΕΔΙΑΣΜΟΥ (ΕΠ.Α.Σ.)

A/A	ΟΝΟΜΑΤΕΠΩΝΥΜΟ		ΙΔΙΟΤΗΤΑ
1	ΒΑΣΙΛΕΙΟΣ ΣΕΒΑΣΤΗΣ	ΓΕΝΙΚΟΣ ΓΡΑΜΜΑΤΕΑΣ ΣΕΓΑΣ	ΠΡΟΕΔΡΟΣ
2	ΠΟΥΛΥΞΗΝΗ ΑΡΓΕΙΤΑΚΗ	ΤΟΜΕΑΣ ΕΘΝΙΚΩΝ ΟΜΑΔΩΝ Δ/Σ	ΜΕΛΟΣ
3	ΑΘΑΝΑΣΙΟΣ ΡΑΠΤΗΣ	ΤΟΜΕΑΣ ΑΓΩΝΩΝ Δ/Σ	ΜΕΛΟΣ
4	ΣΠΥΡΟΣ ΚΕΛΛΗΣ	ΤΟΜΕΑΣ ΕΠΙΜΟΡΦΩΣΗΣ Δ/Σ	ΜΕΛΟΣ
5	ΙΩΑΝΝΗΣ ΚΟΥΤΣΙΩΡΑΣ	ΕΘΝΙΚΟΣ ΠΡΟΠΟΝΗΤΗΣ	ΜΕΛΟΣ
6	ΧΡΗΣΤΟΣ ΜΕΛΕΤΟΓΛΟΥ	ΕΘΝΙΚΟΣ ΠΡΟΠΟΝΗΤΗΣ Κ20	ΜΕΛΟΣ
7	ΑΠΟΣΤΟΛΟΣ ΑΠΟΣΤΟΛΟΠΟΥΛΟΣ	ΕΘΝΙΚΟΣ ΠΡΟΠΟΝΗΤΗΣ Κ18	ΜΕΛΟΣ
8	ΧΡΗΣΤΟΣ ΧΡΥΣΟΣΤΟΜΙΔΗΣ	ΤΕΧΝΙΚΟΣ ΥΠΕΥΘΥΝΟΣ Κ.Υ.Α.Θ.	ΜΕΛΟΣ
9	ΓΕΩΡΓΙΟΣ ΠΟΜΑΣΚΙ	ΣΥΝΤΟΝΙΣΤΗΣ ΟΜΟΣΠΟΝΔΙΑΚΟΣ	ΜΕΛΟΣ
10	ΜΑΡΚΟΣ ΚΑΛΟΥΔΗΣ	ΤΕΧΝΙΚΟΣ ΑΝΑΠΤΥΞΗΣ	ΜΕΛΟΣ
11	ΣΤΕΦΑΝΟΣ ΜΑΤΑΚΗΣ	ΤΕΧΝΙΚΟΣ ΑΝΑΠΤΥΞΗΣ	ΜΕΛΟΣ
12	ΧΡΗΣΤΟΣ ΧΑΤΖΗΒΑΣΙΛΕΙΟΥ	ΤΕΧΝΙΚΟΣ ΑΝΑΠΤΥΞΗΣ	ΜΕΛΟΣ
13	ΧΑΡΗΣ ΒΑΡΥΤΙΜΙΔΗΣ	ΤΕΧΝΙΚΟΣ ΑΝΑΠΤΥΞΗΣ	ΜΕΛΟΣ
14	ΑΝΔΡΕΑΣ ΓΚΟΓΚΑΣ	ΤΕΧΝΙΚΟΣ ΔΙΕΥΘΥΝΤΗΣ ΑΓΩΝΩΝ	ΜΕΛΟΣ
15	ΔΗΜΗΤΡΗΣ ΕΥΑΓΓΕΛΟΠΟΥΛΟΣ	ΣΥΜΒΟΥΛΟΣ ΕΠΙΤΡΟΠΗΣ ΑΘΛ. ΣΧ.	ΜΕΛΟΣ
16	ΙΩΑΝΝΗΣ ΚΟΥΤΣΟΓΙΑΝΝΟΠΟΥΛΟΣ	ΤΕΧΝΙΚΟΣ ΣΥΜΒΟΥΛΟΣ ΔΙΟΙΚΗΣΗΣ	ΜΕΛΟΣ
17	ΙΩΑΝΝΗΣ ΚΟΥΤΣΟΦΛΙΝΗΣ	ΤΕΧΝΙΚΟΣ ΣΥΜΒΟΥΛΟΣ ΔΙΟΙΚΗΣΗΣ	ΜΕΛΟΣ
18	ΜΑΙΡΗ ΠΑΝΑΓΙΩΤΑΚΗ	ΥΠΑΛΛΗΛΟΣ ΣΕΓΑΣ	ΓΡΑΜΜΑΤΕΑΣ
19	ΚΛΕΟΠΑΤΡΑ ΠΑΠΑΝΙΚΟΛΑΟΥ	ΥΠΑΛΛΗΛΟΣ ΣΕΓΑΣ	ΓΡΑΜΜΑΤΕΑΣ
20	ΦΩΤΕΙΝΗ ΚΑΣΙΔΗ	ΥΠΑΛΛΗΛΟΣ ΣΕΓΑΣ	ΓΡΑΜΜΑΤΕΑΣ



ΜΕΓΑΛΟΙ ΧΟΡΗΓΟΙ ΣΕΓΑΣ



ΕΠΙΣΗΜΟΙ ΧΟΡΗΓΟΙ ΣΕΓΑΣ



ΕΠΙΣΗΜΟΙ ΥΠΟΣΤΗΡΙΚΤΕΣ ΣΕΓΑΣ

