



Ναυτικός Όμιλος Θαλασσίων Αθλημάτων Καβάλας

Ταχ. Δ/ση : Κλειστό Κολυμβητήριο Καβάλας

Ταχ. Κώδικας : 65401

Πληροφορίες : Νέζας Θεμιστοκλής - 6973338475, Ντουάνογλου Πρόδρομος - 6975601045

Ιστότοπος : nothak.gr

E-mail : othakavalas@yahoo.gr

ΠΡΟΚΗΡΥΞΗ ΑΓΩΝΑ AQUATHLON SPRINT & AQUATHLON KIDS & OPEN WATER SWIMMING

Ο ΝΟΘΑ Καβάλας, υπο την αιγίδα της Τ.Ο.Ε. προκηρύσσει αγώνα Aquathlon & Open Water

όπως παρακάτω :

ΗΜΕΡΟΜΗΝΙΑ, ΤΟΠΟΣ ΚΑΙ ΩΡΕΣ ΤΕΛΕΣΗΣ:

Χρόνος Τέλεσης: Κυριακή 06/09/2026 10:45

Τόπος Τέλεσης Αγώνων: Νέα Ηρακλείτσα Καβάλας

Γενικός Αλυτάρχης: Νέζας Θεμιστοκλής

- AQUATHLON SPRINT Αγόρια - Κορίτσια 2011 - 2013
- AQUATHLON SPRINT Αγόρια - Κορίτσια 2008 - 2010
- AQUATHLON SPRINT Ανδρών - Γυναικών 19-29, 30-39, 40-49, 50 και άνω
- AQUATHLON KIDS Αγόρια - Κορίτσια 2014 - 2015 & 2016 - 2018
- OPEN WATER Αγόρια - Κορίτσια 2011 - 2013

- OPEN WATER Αγόρια - Κορίτσια 2008 - 2010
- OPEN WATER Ανδρών - Γυναικών 19-29, 30-39, 40-49, 50 και άνω

ΑΠΟΣΤΑΣΕΙΣ ΑΓΩΝΑ

- AQUATHLON SPRINT - Για όλες τις παραπάνω κατηγορίες 1km Τρέξιμο – 500m Κολύμβηση – 1km Τρέξιμο
- AQUATHLON KIDS - Για όλες τις παραπάνω κατηγορίες 200m Κολυμβηση - 800m Τρεξιμο
- OPEN WATER - Αγόρια - Κορίτσια 2011 - 2013 - 1000m
- OPEN WATER - Αγόρια - Κορίτσια 2008 - 2010 & Ανδρών - Γυναικών 19-29, 30-39, 40-49, 50 και άνω - 1000m Ή 2000m

ΔΙΑΔΡΟΜΗ ΑΓΩΝΑ AQUATHLON SPRINT :

ΠΕΡΙΓΡΑΦΗ ΑΓΩΝΑ:

Η εκκίνηση θα δοθεί στον πεζόδρομο μπροστά από το camping SUN PARADISO, ακριβώς κάτω από την αψίδα εκκίνησης, όπου θα είναι και το σημείο τερματισμού του αγώνα. Οι αθλητές θα τρέξουν βόρεια, πάνω στον πεζόδρομο, με κατεύθυνση προς την αλانا για 500μ όπου και θα κάνουν αναστροφή για να επιστρέψουν προς το σημείο εκκίνησης, περνώντας κάτω από την αψίδα εκκίνησης. Στη συνέχεια, θα εισέλθουν στην ζώνη αλλαγής όπου θα τοποθετήσουν τον δρομικό τους εξοπλισμό στα καλαθακια και θα ετοιμαστούν για το κολυμβητικό σκέλος. Εξερχόμενοι από την ζώνη αλλαγής θα ακολουθήσουν την σημαση τρεχοντας στον χώρο της παραλίας πάνω σε μοκετά και θα εισέλθουν στην θάλασσα για να εκτελέσουν το κολυμβητικό σκέλος το οποίο εκτελείται αριστερόστροφα κάνοντας ένα κύκλο των 500μ. Ολοκληρώνοντας το κολύμπι εισέρχονται στην ζώνη αλλαγής αφήνοντας τον κολυμβητικό εξοπλισμό στα καλαθακια και ξεκινάει το δεύτερο δρομικό σκέλος κατά τον ίδιο τρόπο με την εκκίνηση. Οι αθλητές τερματίζουν εγκυρά αφού περάσουν την αψίδα στην επιστροφή στο αρχικό σημείο εκκίνησης - τερματισμού.

ΔΙΑΔΡΟΜΗ ΑΓΩΝΑ AQUATHLON KIDS :

ΠΕΡΙΓΡΑΦΗ ΑΓΩΝΑ:

Η εκκίνηση θα δοθεί στην θάλασσα όπου τα παιδιά θα κολυμπήσουν αριστερόστροφα ένα κύκλο 200μ και στην συνέχεια εξερχόμενα από την θάλασσα θα τρέξουν προς την ζώνη αλλαγής και αφού τοποθετήσουν τον κολυμβητικό τους εξοπλισμό στα καλαθακια θα ετοιμαστούν και θα ξεκινήσουν το δρομικό σκέλος με κατεύθυνση βόρεια ακολουθώντας τον πεζόδρομο προς την αλانا. Στα 400μ θα κάνουν αναστροφή για να επιστρέψουν προς τον τερματισμό του αγώνα ολοκληρώνοντας το δρομικό σκέλος των 800μ.

ΔΙΑΔΡΟΜΗ ΑΓΩΝΑ OPEN WATER :

ΠΕΡΙΓΡΑΦΗ ΑΓΩΝΑ:

Η εκκίνηση θα δωθει στην θαλασσα οπου οι αθλητες θα κολυμπησουν αριστερόστροφα. Για τις κατηγοριες "Αγόρια - Κορίτσια 2011 - 2013" οπως επισης και οσοι αθλητες δηλωσουν 1000μ, **2X500μ.** Για οσους δηλωσουν συμμετοχη στα 2000μ, η διαδρομη οριζεται απο **4X500μ.** Τερματισμος του αγωνα ειναι το σημειο εκκινησης.



ΔΗΛΩΣΕΙΣ ΣΥΜΜΕΤΟΧΗΣ

Το κόστος συμμετοχής στους αγώνες AQUATHLON SPRINT & OPEN WATER ανέρχεται στα 15€ για όλες της κατηγορίες. Το κόστος συμμετοχής στον αγώνα AQUATHLON KIDS ανέρχεται στα 5€. Σε περίπτωση που κάποιος αθλητής επιθυμεί να συμμετασχει σε AQUATHLON SPRINT & OPEN WATER, η συμμετοχή κοστίζει 20€. Εγγραφές για συμμετοχή στον αγώνα θα γίνονται την ίδια μερα στην γραμματεία του αγώνα προσκομίζοντας τα απαραίτητα δικαιολογητικά.

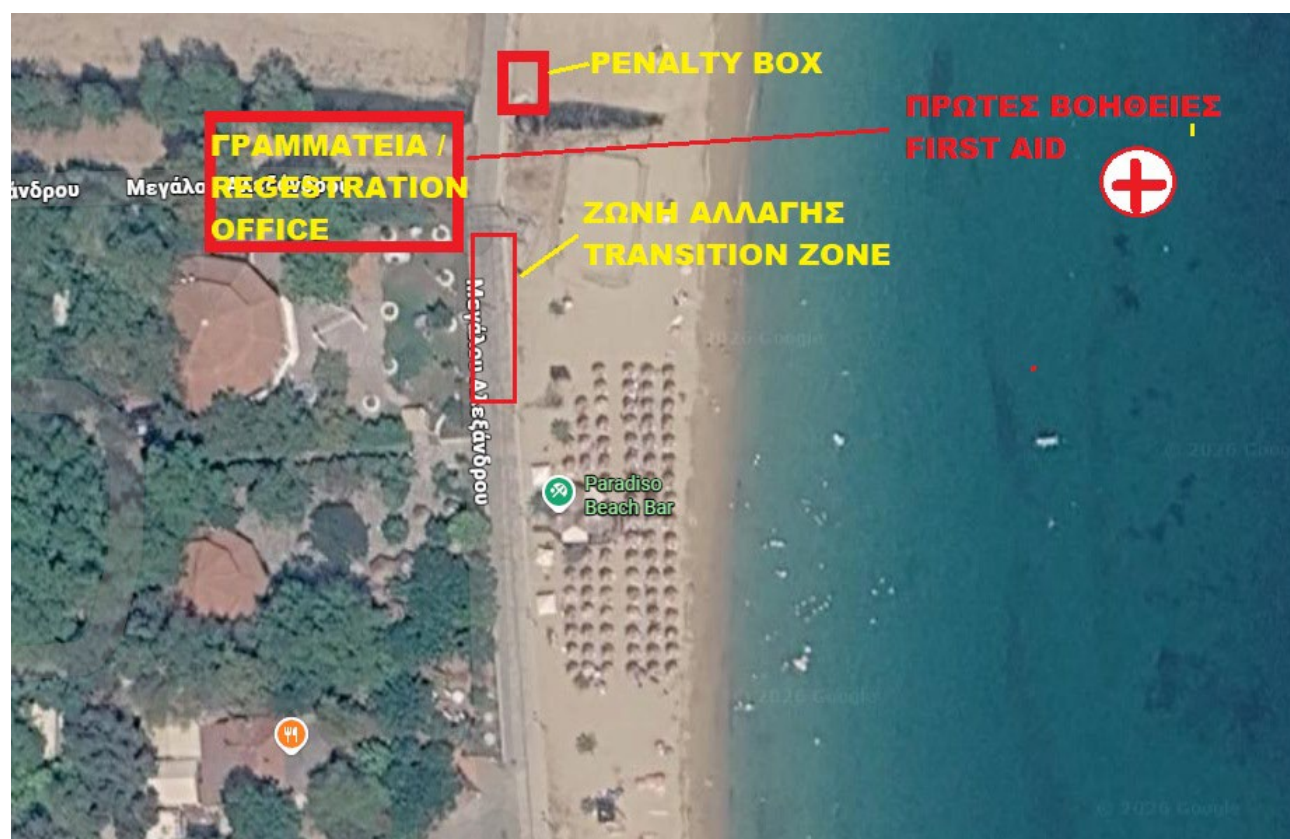
ΔΙΚΑΙΟΛΟΓΗΤΙΚΑ ΣΥΜΜΕΤΟΧΗΣ

Απαιτείται υπογεγραμμένη ιατρική γνωμάτευση που να επιτρέπει την συμμετοχή στον αγώνα, ή καρτα υγείας σε ισχύ από αθλητικό συλλογο. Για τους ανηλικούς αθλητές μαζί με την ιατρική γνωμάτευση ή

κάρτα υγείας σε ισχύ απο αθλητικό συλλογο, απαιτείται και ενυπογραφή υπευθυνη δηλωση γονεα.

ΠΛΗΡΟΦΟΡΙΕΣ ΑΓΩΝΑ - ΠΑΡΑΛΑΒΗ ΑΡΙΘΜΩΝ

Οι αθλητες, κατά την ημέρα του αγώνα και ως μιση ώρα προ της ενάρξεως του αγωνα που συμμετεχουν, θα οριστικοποιούν τις συμμετοχές τους προσκομίζοντας τα απαιριτητα δικαιολογητικα στην γραμματεια έτσι ώστε να μπορούν να παραλαβουν τους αριθμους συμμετοχης. Όλοι οι αθλητές οφείλουν να παραλάβουν το athletes kit τους με όλα τα απαραίτητα από τη γραμματεία της διοργάνωσης. Η διεξαγωγή της τεχνικής σύσκεψης, η οποία διενεργείται βάσει προγράμματος είναι αυστηρά υποχρεωτική η παρακολούθησή της από τους αθλητές και τους προπονητές αυτών.



ΤΕΧΝΙΚΗ ΣΥΣΚΕΨΗ ΑΘΛΗΤΩΝ - ΣΥΝΟΔΩΝ - ΣΩΜΑΤΕΙΩΝ

Οδηγίες για την διεξαγωγή του αγώνα θα δοθούν πριν την εκκίνηση του καθε αγωνα, διπλα απο τον χωρο της γραμματειας. Η παρουσία όλων των αθλητων είναι απαραίτητη και τυχόν απουσία επιφέρει απώλεια δικαιώματος ένστασης.

ΑΠΟΝΟΜΕΣ – ΒΡΑΒΕΥΣΕΙΣ

Οι απονομές θα διεξαχθούν μετά το πέρας των αγώνων στον ειδικα διαμορφωμενο χωρο του camping SUN PARADISO. Σε όλους τους συμμετέχοντες θα δωθούν μπλουζάκια και μετάλλια καθώς και αλλα

αναμνηστικά.

ΑΝΑΛΥΤΙΚΟ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ

Κυριακή Πρωί

07:30 - 10:15 Γραμματεία

10:00 – 10:20 Άνοιγμα της Ζώνης αλλαγής

10:30 Race Briefing

10:45 Εκκίνηση Αγώνα Aquathlon Sprint

ΓΕΝΙΚΕΣ ΔΙΑΤΑΞΕΙΣ

Ο ΝΟΘΑΚ, ως διοργανώτης του αγώνα, διατηρεί το δικαίωμα αλλαγής των τόπων και ωρών τέλεσης του αγώνα. Σε τέτοια περίπτωση ο ΝΟΘΑΚ, θα εκδώσει εγκαίρως νέα προκήρυξη. Εκπρόσωποι, Προπονητές, Αθλητές-τριες, παρακαλούνται να μην συγκεντρώνονται στον χώρο της Γραμματείας κατά την διάρκεια έκδοσης αποτελεσμάτων.

Ο αγώνας κρίνεται με βάση την παρούσα Ειδική Προκήρυξη. Για τυχόν καταστάσεις που δεν προβλέπονται αποφασίζει η Αγωνόδικος Επιτροπή και ο Αλυτάρχης.

Σε περίπτωση ενστάσεων επιλαμβάνεται η Επιτροπή Ενστάσεων. Ενστάσεις κατατίθενται εγγράφως, αιτιολογημένα και ενυπογράφως, συνοδευόμενες από παράβολο αξίας εκατό ευρώ (100,00 €) και πάντως προ της ενάρξεως του επόμενου αγώνα. Σε περίπτωση ενστάσεως που αφορά τα τελικά αποτελέσματα και μόνον αυτά, χρόνος κατάθεσης της ένστασης, ορίζονται 30' λεπτά μετά την λήξη του τελευταίου αγώνα.

ΣΗΜΕΙΩΣΗ:

- Οι αθλητές είναι υποχρεωμένοι να παρακολουθήσουν την τεχνική σύσκεψη πριν από τον κάθε αγώνα και σε συνέχεια αυτής να σεβαστούν τις οδηγίες τις οποίες θα λάβουν.
- Απαγορεύεται η χρήση ακουστικών και συσκευών αναπαραγωγής ήχου (σφυρίχτρες, κόρνες κ.τ.λ.).
- Το τσιπ χρονομέτρησης θα πρέπει να είναι δεμένο με το ειδικό στραπ στον αστράγαλο του κάθε αθλητή.
- Ο αριθμός πρέπει να φαίνεται μπροστά κατά τη διάρκεια του τρεξίματος. Μπορείτε να χρησιμοποιήσετε ειδική ζώνη μέσης (race belt) στην οποία τοποθετείτε τον αριθμό σας.
- Κρατάτε την περιοχή αλλαγών καθαρή με όλα τα αντικείμενα μέσα στο ατομικό σας καλάθι.

- Απαγορεύεται στους αθλητές να τρέχουν με το πάνω μέρος του σώματος τους ακάλυπτο.
 - Οι αθλητές μπορούν να φορούν το σκουφάκι και τα γυαλιά κολυμβησής κατά τη διάρκεια του πρώτου τμήματος τρεξίματος.
 - Οι αθλητές είναι υπεύθυνοι να γνωρίζουν τις διαδρομές, τους γύρους καθώς και τυχόν ποινές που μπορεί να τους επιβληθούν κατά τη διάρκεια του αγώνα.
 - Οι αθλητές οφείλουν να ελέγχουν στο penalty box για να είναι σίγουροι ότι δεν έχουν λάβει κάποια ποινή. Αποτυχία εκτέλεσης των ποινών στο penalty box επισύρουν ακύρωση του αθλητή.
 - Littering: Απαγορεύεται η απόρριψη σκουπιδιών, χρησιμοποιημένων συσκευασιών gel, μπουκαλιών κλπ. Κατ' εξαίρεση επιτρέπεται η απόρριψη τους, πριν ή μετά τους σταθμούς τροφοδοσίας/υδροδοσίας (+/- 10μ). Παράβαση του κανονισμού ισοδυναμεί με χρονική ποινή 15sec.
 - Equipment: Προσωπικά αντικείμενα εκτός του ατομικού καλαθιού στη ζώνη αλλαγής, ισοδυναμεί με χρονική ποινή 10sec.
 - Other Violations: Αντιαθλητική συμπεριφορά προς άλλο αγωνιζόμενο ή κριτή ή μέλος της οργανωτικής ή της αγωνοδίκου επιτροπής, ισοδυναμεί με άμεσο αποκλεισμό.
- *Μόνο για την κατηγορία των Age Groupers (Open), σε περίπτωση των παραπάνω, μπορεί να γίνει παρατήρηση και διόρθωση. Σε περίπτωση μη συμμόρφωσης, ακολουθεί άμεσος αποκλεισμός.
- **Κατά την διάρκεια του αγώνα θα είναι παρόντας γιατρος, ναυαγοσωστής καθώς και κλιμάκιο του Ερυθρού Σταυρού.
- ***Κατά την διάρκεια του αγώνα σε πολλά σημεία των διαδρομών θα βρίσκονται κριτές - εθελοντές για την ασφαλεία των αθλητών,

ΕΠΙΤΡΟΠΗ ΕΝΣΤΑΣΕΩΝ ΑΓΩΝΩΝ:

Πρόεδρος:

Μέλος:

Μέλος:

ΑΓΩΝΟΔΙΚΟΣ ΕΠΙΤΡΟΠΗ

Πρόεδρος Αγωνοδίκου Επιτροπής :

Αλυτάρχης : Νέζας Θεμιστοκλής

Αφέτης :

*Ο αγώνας θα διεξαχθεί με ηλεκτρονική χρονομέτρηση

ΤΡΟΠΟΠΟΙΗΣΕΙΣ

Η παρούσα προκήρυξη μπορεί να τροποποιηθεί ή να διορθωθεί κατά την διάρκεια του αγώνα με την έγκριση του Δ.Σ του ΝΟΘΑΚ.

Για τον ΝΟΘΑΚ

Ο ΠΡΟΕΔΡΟΣ

Ο ΓΡΑΜΜΑΤΕΑΣ