



ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΟ ΚΥΠΕΛΛΟ
Σωματικής Διάπλασης & Fitness
Άρσης Δραμιών

ΣΑΒΒΑΤΟ 25 ΜΑΪΟΥ 2024

ΠΡΟΚΗΡΥΞΗ

ΑΡΙΘ. ΠΡΩΤ. 038 / 24/04-2024

ΚΛΕΙΣΤΟ ΓΥΜΝΑΣΤΗΡΙΟ ΙΕΡΙΣΣΟΥ

ΔΗΛΩΣΕΙΣ ΣΥΜΜΕΤΟΧΗΣ ΕΩΣ 20/05/2024

e-mail : info@posd.gr

τηλ.επικ.2752029904

generalsecretary@posd.gr

6937480324

ΠΡΟΣΟΧΗ : Σας επισημαίνουμε ότι όλοι οι προκηρυχθέντες αγώνες και ο τρόπος διεξαγωγής τους θα εναρμονίζονται απαρέγκλιτα με το εκάστοτε υγειονομικό πρωτόκολλο της Επιστημονικής Επιτροπής της Γενικής Γραμματείας Αθλητισμού (Γ.Γ.Α.) όπως και με τα υγειονομικά πρωτόκολλα του Ε.Ο.Δ.Υ.

ΣΩΜΑΤΙΚΗ ΔΙΑΠΛΑΣΗ ΚΑΙ FITNESS

1) FITNESS CHALLENGE

Κατηγορίες ηλικίας και φύλου :

CHILDREN FITNESS CHALLENGE

Παίδων-Κορασίδων: 5 έως 11 ετών

Εφήβων-Νεανίδων: 11 έως 16 ετών

Επίπεδο: ΑΣΗΜΕΝΙΑ ΚΑΤΗΓΟΡΙΑ

ΑΤΟΜΙΚΟ

Νέων Ανδρών: 17 έως 23 ετών

Νέων Γυναικών : 17 έως 23 ετών

Ανδρών: 24 έως 40 ετών

Γυναικών: 24 έως 35 ετών

Ανδρών: 40 +

Γυναικών: 35+

Επίπεδο: ΧΡΥΣΗ ΚΑΤΗΓΟΡΙΑ

ΑΤΟΜΙΚΟ

OPEN Ανδρών

OPEN Γυναικών

ΑΡΣΗ ΔΡΑΜΙΩΝ

1) ΔΙΠΛΟ ΖΕΤΕ – AMATEURS

ΑΝΔΡΩΝ -85kg (+18 ετών)

ΑΝΔΡΩΝ +85kg (+18 ετών)

ΑΝΔΡΩΝ -95kg (+18 ετών)

ΑΝΔΡΩΝ +95kg (+18 ετών)

ΓΥΝΑΙΚΩΝ OPEN (+18 ετών)

ΒΕΤΕΡΑΝΟΙ ΑΝΔΡΩΝ OPEN (+40 ετών)

ΒΕΤΕΡΑΝΟΙ ΓΥΝΑΙΚΩΝ OPEN (+35 ετών)

ΠΑΙΔΩΝ - ΚΟΡΑΣΙΔΩΝ OPEN (12 ετών έως 15 ετών)

ΕΦΗΒΩΝ - ΝΕΑΝΙΔΩΝ OPEN (16 ετών έως 18 ετών)

2) ΑΡΑΣΕ – AMATEURS

ΑΝΔΡΩΝ -85kg (+18 ετών)

ΑΝΔΡΩΝ +85kg (+18 ετών)

ΑΝΔΡΩΝ -95kg (+18 ετών)

ΑΝΔΡΩΝ +95kg (+18 ετών)

ΓΥΝΑΙΚΩΝ OPEN (+18 ετών)

ΒΕΤΕΡΑΝΟΙ ΑΝΔΡΩΝ OPEN (+40 ετών)

ΒΕΤΕΡΑΝΟΙ ΓΥΝΑΙΚΩΝ OPEN (+35 ετών)

ΠΑΙΔΩΝ-ΚΟΡΑΣΙΔΩΝ OPEN (12 ετών έως 15 ετών)

ΕΦΗΒΩΝ - ΝΕΑΝΙΔΩΝ OPEN (16 ετών έως 18 ετών)

3) ΜΑΚΡΥΣ ΚΥΚΛΟΣ – AMATEURS

ΑΝΔΡΩΝ OPEN (+18 ετών)

ΓΥΝΑΙΚΩΝ OPEN (+18 ετών)

ΒΕΤΕΡΑΝΟΙ ΑΝΔΡΩΝ OPEN (+40 ετών)

ΒΕΤΕΡΑΝΟΙ ΓΥΝΑΙΚΩΝ OPEN (+35 ετών)

ΠΑΙΔΩΝ-ΚΟΡΑΣΙΔΩΝ OPEN (12 ετών έως 15 ετών)

ΕΦΗΒΩΝ -ΝΕΑΝΙΔΩΝ OPEN (16 ετών έως 18 ετών)

ΓΕΝΙΚΟΙ ΚΑΝΟΝΕΣ ΤΟΥ ΚΥΠΕΛΛΟΥ

- *Το Κύπελλο διεξάγεται με βάση το ισχύον Νομοθετικό Πλαίσιο του Αθλητικού Νόμου 2725/1999 όπως ισχύει σήμερα, τα προβλεπόμενα στο καταστατικό της Ομοσπονδίας, καθώς και των εσωτερικών κανονισμών.*
- *Δικαίωμα συμμετοχής έχουν τα ταμειακώς τακτοποιημένα σωματεία - μέλη της Π.Ο.ΣΔ με ειδική αθλητική αναγνώριση τα οποία είναι εγγεγραμμένα στο Μητρώο Αθλητικών Σωματείων της Γ.Γ.Α*

[https://somateia2023.gga.gov.gr/eggegramena-somateia?](https://somateia2023.gga.gov.gr/eggegramena-somateia?eggegrammeno_2023=All&kodikos_gga=&name=&omospondia=92066&athlima=All&perifereia=All&perifereiaki_enotita=All&dimos=All&op=%CE%A6%CE%AF%CE%BB%CF%84%CF%81%CE%BF)

[eggegrammeno_2023=All&kodikos_gga=&name=&omospondia=92066&athlima=All&perifereia=All&perifereiaki_enotita=All&dimos=All&op=%CE%A6%CE%AF%CE%BB%CF%84%CF%81%CE%BF](https://somateia2023.gga.gov.gr/eggegramena-somateia?eggegrammeno_2023=All&kodikos_gga=&name=&omospondia=92066&athlima=All&perifereia=All&perifereiaki_enotita=All&dimos=All&op=%CE%A6%CE%AF%CE%BB%CF%84%CF%81%CE%BF)

- Ολοι οι αθλητές θα πρέπει να είναι κάτοχοι της απαιτούμενης από το νόμο Κάρτα Υγείας αθλητή, την οποία θα πρέπει να έχει ελέγξει ο κάθε σύλλογος που συμμετέχει στο Κύπελλο .Τα σωματεία μαζί με την αίτηση συμμετοχής θα πρέπει να στείλουν ηλεκτρονικά και την Κάρτα Υγείας των αθλητών που θα συμμετέχουν στο Κύπελλο και να προσκομίζεται στη Γραμματεία μαζί με το δελτίο του την ημέρα του αγώνα . Δεν επιτρέπεται η συμμετοχή αθλητή στο πρωτάθλημα, ο οποίος δεν έχει προσκομίσει Κάρτας Υγείας στη γραμματεία.

- Οι αθλητές για να αγωνιστούν πρέπει να είναι κάτοχοι έγκυρου δελτίου της Π.Ο.Σ.Δ στο οποίο έχει γίνει η ετήσια ανανέωση .
- Τα σωματεία θα πρέπει να δηλώσουν τους Προπονητές τους στην ηλεκτρονική πλατφόρμα αγώνων με την προϋπόθεση ότι είναι προπονητές στο άθλημα της Σωματικής Διάπλασης και Φίτνες ,κάτοχοι της άδειας ασκήσεως επαγγέλματος της Γ.Γ.Α και να υπάρχει νόμιμη σύμβαση εργασίας με το σωματείο.
- Η ηλικία ενός αθλητή καθορίζεται βάσει πλήρους ημερομηνίας γέννησης.
- Όλοι οι αθλητές θα πρέπει να φοράνε την επίσημη εμφάνιση του σύλλογου στον οποίο ανήκουν καθόλη την διάρκεια του Κυπέλλου .
- Οι αθλητές που θα διαγωνιστούν στην κατηγορία Fitness Challenge όπως επίσης και στο άθλημα της Άρσης Δράμιων, θα πρέπει να φορούν σορτς και την μπλούζα του συλλόγου στον οποίο ανήκουν.
- Οι ενστάσεις γίνονται μόνο από τον αρχηγό - εκπρόσωπο της κάθε αποστολής και κοστίζουν 100,00€.
- Οι προπονητές κατά την διάρκεια του αγώνα θα πρέπει να κάθονται στην καρέκλα τους, να συμπεριφέρονται κόσμια και να φορούν την αθλητική αμφίεση του σωματείου.Τα παραπτώματα των προπονητών θα βαρύνουν τον εκάστοτε αθλητή που εκπροσωπούν.
- Απαγορεύονται οι συνομιλίες προπονητών και αθλητών, με τους κριτές των αγώνων.
- Στον αγωνιστικό χώρο θα βρίσκεται η κεντρική γραμματεία του Κυπέλλου όπου θα μπορεί ο κάθε προπονητής ή εκπρόσωπος σωματείου να ενημερώνεται και να ζητήσει βοήθεια για ότι χρειαστεί. Η επικοινωνία για όλα τα θέματα σε καμία περίπτωση δεν μπορεί να γίνεται με αθλητή. Ο αθλητής για το οτιδήποτε θα πρέπει να συνοδεύεται από τον προπονητή του ή τον εκπρόσωπο του σωματείου στο οποίο ανήκει, μαζί με το αθλητικό δελτίο του.
- **ΟΡΟΙ ΣΥΜΜΕΤΟΧΗΣ**
- Μέχρι την Δευτέρα 20 Μαΐου τα σωματεία θα πρέπει να μας κοινοποιήσουν με e-mail (info@posd.gr generalsecretary@posd.gr) τα στοιχεία του προπονητή – συνοδού .

- Το παράβολο συμμετοχής για τους αθλητές θα είναι 35,00 ευρώ. Αν επιθυμεί κάποιος αθλητής να διαγωνιστεί σε δεύτερη κατηγορία το παράβολο είναι συν 20,00 ευρώ.
- Εκπρόθεσμες δηλώσεις συμμετοχής ,θα γίνονται δεκτές με το διπλασιασμό του παραβόλου ζύγισης.
- Στον αγωνιστικό χώρο θα επιτρέπεται η είσοδος μόνο του δηλωμένου προπονητή-συνοδού και ενός βοηθού του .
- Η εγγραφή των αθλητών θα γίνει ανά σύλλογο (με παρουσία του προπονητή-συνοδου) και όχι μεμονωμένα όποτε θέλει ο κάθε αθλητής.
- Στον αγωνιστικό χώρο θα επιτρέπεται η είσοδος μόνο του αθλητή και του δηλωμένου προπονητή-υπεύθυνου απο το σύλλογο .



