



## **ΝΑΥΤΙΚΟΣ ΟΜΙΛΟΣ ΛΙΜΝΗΣ**

ΤΗΛ/ΦΑΞ: 2227031900 ΛΙΜΝΗ ΕΥΒΟΙΑΣ, ΤΚ:34005  
Email: [nol.evias@gmail.com](mailto:nol.evias@gmail.com) Ιστοσελίδα: [www.nolimnis.gr](http://www.nolimnis.gr)  
ΣΩΜΑΤΕΙΟ ΑΝΑΓΝΩΡΙΣΜΕΝΟ ΑΠΟ ΤΗ Γ.Γ.Α.

ΤΜΗΜΑΤΑ : ΙΣΤΙΟΠΛΟΙΑΣ ΤΡΙΓΩΝΟΥ  
ΙΣΤΙΟΠΛΟΙΑΣ ΑΝΟΙΧΤΗΣ ΘΑΛΑΣΣΑΣ  
ΚΑΝΟΕ-ΚΑΓΙΑΚ  
ΚΟΛΥΜΒΗΣΗΣ

### **ΠΡΟΚΗΡΥΞΗ**

Ο Ναυτικός Όμιλος Λίμνης διοργανώνει για τρίτη χρονιά παράκτιους αγώνες με την επωνυμία «ΕΛΥΜΝΙΟ 2022».

Αγωνίσματα :

- 5000μ. (συμμετέχουν αθλητές-αθλήτριες ΚΟΕ 13-17 ετών και ενήλικες άντρες-γυναίκες από 18 ετών και άνω)
- 1500μ. (αθλητές-αθλήτριες 13-17 ετών με ή χωρίς δελτίο ΚΟΕ και ενήλικες άντρες-γυναίκες από 18 ετών και άνω)
- 600μ. (ενήλικες άντρες-γυναίκες)
- 300μ. (αγόρια-κορίτσια 9-12 ετών με ή χωρίς δελτίο της ΚΟΕ)

#### **ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΑΓΩΝΩΝ ΚΑΙ ΕΚΔΗΛΩΣΕΩΝ**

##### **Κυριακή 21/08/2022 ώρα 10:45πμ**

- **300μ.**  
Εκκίνηση: Κτίριο Μελά→ Τερματισμός : Σκάλα (κεντρική προβλήτα Λίμνης)

##### **Κυριακή 21/08/2022 ώρα 11:00πμ**

- **1500μ.**  
Εκκίνηση: Κιόσκι (ανατολική παραλία, μετά τον Ναυτικό Όμιλο) → Τερματισμός : Σκάλα(κεντρική προβλήτα Λίμνης)

##### **Κυριακή 21/08/2022 ώρα 11:30πμ**

- **5000μ.**  
Εκκίνηση: Αϊ Γιώργης(ανατολική παραλία Λίμνης) →Τερματισμός : Σκάλα(κεντρική προβλήτα Λίμνης)

##### **Κυριακή 21/08/2022 ώρα 11:45πμ**

- **600μ.**  
Εκκίνηση: Ναυτικός Όμιλος→ Τερματισμός : Σκάλα(κεντρική προβλήτα Λίμνης)

Οι αγώνες θα λάβουν χώρα στην παράκτια περιοχή της Λίμνης. Με την διοργάνωση αυτή, επιχειρείται η ανάδειξη του αθλητικού ιδεώδους και η ευαισθητοποίηση της κοινής γνώμης για την προφύλαξη φυσικού περιβάλλοντος του Β. Ευβοϊκού Κόλπου από ανθρωπογενείς παρεμβάσεις και, ταυτόχρονα, η ανάληψη πρωτοβουλιών για την ανακήρυξή του ως περιοχή μεγάλης περιβαλλοντικής και οικολογικής σημασίας, η οποία χρήζει προστασίας.

Σε όλους τους συμμετέχοντες αθλητές της παράκτιας διαδρομής θα απονεμηθούν αναμνηστικά μετάλλια και καπέλο του αγώνα.

Στην εν λόγω διοργάνωση θα ακολουθηθούν τα προβλεπόμενα στην με αριθμό πρωτ.4342/Ε από 16/09/19 εγκύκλιο της Κ.Ο.Ε.

Οι αγώνες θα διεξαχθούν σύμφωνα με τον «ΚΑΝΟΝΙΣΜΟ ΟΡΓΑΝΩΣΗΣ ΚΑΙ ΔΙΕΞΑΓΩΓΗΣ ΠΡΩΤΑΘΛΗΜΑΤΩΝ & ΑΓΩΝΩΝ ΚΟΛΥΜΒΗΣΗΣ & ΚΟΛΥΜΒΗΣΗΣ ΜΕΓΑΛΩΝ ΑΠΟΣΤΑΣΕΩΝ»

Οι αγώνες είναι παράκτιοι και θα διεξαχθούν στις 21 Αυγούστου 2022, στην θαλάσσια περιοχή της Λίμνης Ευβοίας. Η διαδρομή κολύμβησης μπορεί να τροποποιηθεί, με απόφαση της Επιτροπής Διεξαγωγής της Διοργάνωσης, ανάλογα με τις μετεωρολογικές συνθήκες που θα επικρατούν.

Σε όλα τα αγωνίσματα θα υπάρχουν συνοδευτικά σκάφη και εξειδικευμένοι ναυαγοσώστες.

Ο παιδικός αγώνας θα διεξαχθεί σε βάθος όχι μεγαλύτερο από 1.20μ. και η εκκίνησή του θα δοθεί μέσα από το νερό. Επίσης, θα τηρηθεί ο κανόνας αντιστοίχισης ενός (1) ναυαγοσώστη ανά πέντε (5) κολυμβητές/τριες, για λόγους ασφαλείας.

### **Κανόνες συμμετοχής**

Οι συμμετέχοντες αθλητές (με δελτίο αθλητικής ιδιότητας) είναι υποχρεωτικό να καταθέσουν θεωρημένη κάρτα υγείας αθλητή, η οποία θα είναι σε ισχύ κατά την ημερομηνία του αγώνα, για να εγκρίνεται η συμμετοχή τους.

Οι συμμετέχοντες ΜΗ αθλητές είναι υποχρεωτικό να καταθέσουν ιατρική γνωμάτευση από καρδιολόγο ιατρό, που θα πιστοποιεί ότι μπορούν να λάβουν μέρος στον αγώνα.

Όλοι οι συμμετέχοντες (αθλητές και ΜΗ αθλητές) θα υπογράψουν υπεύθυνη δήλωση ότι συμμετέχουν με δική τους ευθύνη στο αγώνα.

Για συμμετέχοντες που δεν έχουν συμπληρώσει το 18ο έτος της ηλικίας του κατά την ημέρα του αγώνα, η προαναφερόμενη υπεύθυνη δήλωση θα υπογραφεί από τον γονέα/κηδεμόνα.

Για την πιστοποίηση των στοιχείων της δήλωσης συμμετοχής και της ηλικίας, οι συμμετέχοντες θα αποστέλλουν / υποβάλλουν και αντίγραφο Δελτίου Ταυτότητας. Για τους ανήλικους υποχρεωτική είναι ΚΑΙ η ταυτότητα του γονέα/κηδεμόνα.

Όλοι οι συμμετέχοντες πρέπει να φέρουν ατομική πετσέτα.

Η διαδικασία εγγραφών ολοκληρώνεται με την κατάθεση από τον/την ενδιαφερόμενο/-η το ποσό των 15 ευρώ στον Τραπεζικό Λογαριασμό του Ν.Ο.Λίμνης, **ΕΘΝΙΚΗ ΤΡΑΠΕΖΑ GR340110404000040448001251** και να αναγράφεται στο παραστατικό της Τραπεζικής Εντολής, το ονοματεπώνυμο του/της συμμετέχοντα/χουσας και τα μέτρα του επιθυμητού Αγώνα π.χ. ΑΝΑΣΤΑΣΙΟΥ ΓΕΩΡΓΙΟΣ 600μ. Εναλλακτικά, η καταβολή του ποσού θα μπορεί να γίνει στο χώρο της Γραμματείας των αγώνων, η οποία θα λειτουργεί στην κεντρική προβλήτα Λίμνης «Σκάλα» την Κυριακή 21/08/2022 από 08:00πμ έως 10:00μμ.

Το συγκεκριμένο ποσό θα επιστραφεί μόνο στην περίπτωση που η Οργανωτική Επιτροπή του Αγώνα απορρίψει συμμετοχές αθλητών/τριών και όχι σε περίπτωση ματαίωσης της συμμετοχής με ατομική ευθύνη των συμμετεχόντων.

Οι Αιτήσεις Συμμετοχής-Υ.Δ. , η ιατρική γνωμάτευση (ή κάρτα υγείας αθλητή), η Ιατρική Βεβαίωση, το αντίγραφο/α Δελτίου Ταυτότητας καθώς και το αποδεικτικό τραπεζικής εντολής, πρέπει ν' αποσταλούν ηλεκτρονικά στο e-mail του Ν.Ο.Λίμνης [nol.evias@gmail.com](mailto:nol.evias@gmail.com) έως την Τρίτη 16/08/2022.

Οι κολυμβητές οφείλουν να συμμετέχουν χωρίς βοηθητικά μέσα (βατραχοπέδιλα, μάσκα ή/και ολόσωμα μαγιό) και να κολυμπούν παράλληλα με την ακτή στην πορεία που έχει υποδείξει η οργανωτική επιτροπή, ανάμεσα στις σημαδούρες σήμανσης του Αγώνα και την ακτογραμμή.

Οι κολυμβητές/τριες δεν επιτρέπεται να ακουμπήσουν το βυθό ή να εξαρτηθούν από σημαδούρα ή συνοδευτικό σκάφος.

Σε όλα τα σημεία εκκίνησης θα υπάρχουν μέλη της επιτροπής των αγώνων, χώρος σκίασης, νερό και ατομικές σακούλες στις οποίες οι συμμετέχοντες θα τοποθετήσουν τα προσωπικά τους αντικείμενα, για να μεταφερθούν στο χώρο του τερματισμού (Σκάλα-κεντρική προβλήτα Λίμνης).

Όλοι οι συμμετέχοντες θα φέρουν στο αριστερό τους μπράτσο, προσωρινό τατουάζ με τον αριθμό συμμετοχής τους, το οποίο θα προμηθευτούν από την γραμματεία την ημέρα των αγώνων, 8:00-10:00πμ. Για την σωστή τοποθέτηση είναι απαραίτητο, το μπράτσο να είναι καθαρό, χωρίς κρέμες ή αντηλιακό.

Στον χώρο του τερματισμού στη Σκάλα της Λίμνης θα υπάρχει, σε όλη τη διάρκεια του Αγώνα ιατρική ομάδα για την παροχή ιατρικών υπηρεσιών, όταν αυτό κριθεί αναγκαίο. Επίσης μετά τον τερματισμό τους, οι αθλητές θα έχουν στη διάθεσή τους ντουζιέρα, πόσιμο νερό και φρούτα.

Στον/στην πρώτο/πρώτη νικητή/νικήτρια κάθε αγωνίσματος θα απονεμηθεί κύπελλο, μετάλλιο και αναμνηστικό δίπλωμα ξεχωριστά για τις κατηγορίες ανδρών και γυναικών. Στον δεύτερο/-η και τρίτο/-η νικητή θα απονεμηθούν μετάλλια και διπλώματα ξεχωριστά για τις κατηγορίες ανδρών και γυναικών. Στον αγώνα των 300μ., στον/στην πρώτο/πρώτη νικητή/νικήτρια θα απονεμηθεί κύπελλο, μετάλλιο και αναμνηστικό δίπλωμα ξεχωριστά σε κάθε ηλικία για αγόρια και κορίτσια και στον δεύτερο/-η και τρίτο/-η νικητή θα απονεμηθούν μετάλλια και διπλώματα ξεχωριστά σε κάθε ηλικία για αγόρια και κορίτσια.

### **Ασφάλεια –Ιατρική κάλυψη**

Θα υπάρχουν στην διαδρομή ταχύπλοα σκάφη για την επίβλεψη της διαδρομής. Επίσης θα υπάρχει ιατρός καρδιολόγος με τον απαιτούμενο ιατρικό εξοπλισμό (απινιδωτή – οξυγόνο) & νοσηλεύτης.

Σε όλη τη διάρκεια του αγώνα θα υπάρξουν οι ανάλογοι Ναυαγοσώστες πάνω σε πλωτά μέσα (ταχύπλοα, sup, κανό). Ο ακριβής αριθμός τους θα οριστικοποιηθεί ανάλογα του αριθμού των συμμετοχών. Η ελάχιστη αναλογία αθλητών/ναυαγοσωστών θα είναι 15/1.

Σε όλη τη διάρκεια του αγώνα θα υπάρξει η παρουσία ενός γενικού γιατρού και ενός καρδιολόγου. Θα υπάρξει η παρουσία των Εθελοντών με απινιδωτή και φιάλη οξυγόνου. Επίσης, θα υπάρξει γραπτή ενημέρωση του ΕΚΑΒ και του Κέντρου Υγείας Μαντουδίου.

Ισχύει το εγκεκριμένο Υγειονομικό Πρωτόκολλο της ΚΟΕ καθώς και το Υγειονομικό Πρωτόκολλο από την Ειδική Υγειονομική Επιτροπή και τη ΓΓΑ.

Κάθε περίπτωση που δεν αναγράφεται στους κανονισμούς επιλύεται επί τόπου από την Επιτροπή Αγώνα.

Η Επιτροπή αγώνα αποτελείται από τους :  
Χρυσομάλλης Δημήτρης, Πρόεδρος Ν.Ο.Λ.  
Μπλέτσου Αικατερίνη, Έφορος Κολύμβησης Ν.Ο.Λ.  
Μουσουντζάνη Ανδρομάχη, βοηθός Έφορου κολύμβησης Ν.Ο.Λ.

Λίμνη, 18/07/2022

ΣΥΝΗΜΜΕΝΑ :

- 1.Αίτηση
- 2.Υπεύθυνη Δήλωση ενήλικων ή γονέα (για ανήλικους αθλητές)

Ιούλιος 2022

Η Οργανωτική Επιτροπή