



25<sup>η</sup> ΔΙΕΘΝΗΣ ΣΥΝΑΝΤΗΣΗ ΡΥΘΜΙΚΗΣ ΓΥΜΝΑΣΤΙΚΗΣ "ΚΑΛΑΜΑΤΑ CUP"

4<sup>η</sup> ΔΙΕΘΝΗΣ ΣΥΝΑΝΤΗΣΗ ΡΥΘΜΙΚΗΣ ΓΥΜΝΑΣΤΙΚΗΣ "ELEGANT CUP"

23 -26 ΦΕΒΡΟΥΑΡΙΟΥ 2017

Αγαπητοί φίλοι της Ρυθμικής Γυμναστικής ,

Ο Φιλογυμναστικός Όμιλος Καλαμάτας διοργανώνει διεθνείς διασυλλογικούς αγώνες Ρυθμικής γυμναστικής στην Καλαμάτα από τις 23 έως τις 26 Φεβρουαρίου του 2017.

Η αγώνες γίνονται υπό την αιγίδα της Ελληνικής Γυμναστικής Ομοσπονδίας .

Θα είναι μεγάλη τιμή για εμάς να έχουμε την ευκαιρία να φιλοξενήσουμε την ελίτ και τα μελλοντικά αστέρια της ρυθμικής γυμναστικής.

Θα είμαστε χαρούμενοι να καλωσορίσουμε την αντιπροσωπεία σας στην Καλαμάτα

Με τιμή

Σ.Κουβάτσου

Πρόεδρος του Φ.Ο.Καλαμάτας





25<sup>η</sup> ΔΙΕΘΝΗΣ ΣΥΝΑΝΤΗΣΗ ΡΥΘΜΙΚΗΣ ΓΥΜΝΑΣΤΙΚΗΣ "ΚΑΛΑΜΑΤΑ CUP"

4<sup>η</sup> ΔΙΕΘΝΗΣ ΣΥΝΑΝΤΗΣΗ ΡΥΘΜΙΚΗΣ ΓΥΜΝΑΣΤΙΚΗΣ "ELEGANT CUP"

23 -26 ΦΕΒΡΟΥΑΡΙΟΥ 2017

## Προκήρυξη

### **Τόπος και χρόνος τέλεσης.**

Οι αγώνες θα διεξαχθούν στην Καλαμάτα ,στο Κλειστό γυμναστήριο «ΤΕΝΤΑ» στις 23 έως 26 Φεβρουαρίου 2017 .

### **Αποστολές**

Το κάθε σωματείο μπορεί να συμμετέχει με 12 αθλήτριες . Τα έξοδα καταβάλλονται από τους συμμετέχοντες.

Θα τηρηθεί η χρονολογική σειρά αποστολής των δηλώσεων συμμετοχής από τα σωματεία και δεν θα γίνουν άλλες δεκτές όταν συμπληρωθεί ο αριθμός των αθλητριών ανά κατηγορία.

### **Πρόγραμμα**

Φεβρουάριος 23/2/2017- Αφιξη, διαμονή, τεχνική σύσκεψη, προπόνηση

Φεβρουάριος 24/2/2017- Σύσκεψη κριτών, γενικός αγώνας ατομικού και ομαδικού

Φεβρουάριος 25/2/2017- Γενικός αγώνας ατομικού και ομαδικού

Φεβρουάριος 26/2/2017- Γενικός αγώνας ατομικού και ομαδικού, Γκαλά

Φεβρουάριος 27/2/2017- Αναχώρηση των ομάδων

### **Απονομές**

Σύνθετο ατομικό -1<sup>η</sup> θέση-κύπελλο, μετάλλιο και δίπλωμα

2<sup>η</sup>-3<sup>η</sup> θέση -μετάλλια και διπλώματα

4<sup>η</sup> -8<sup>η</sup> θέση-διπλώματα

Τελικά οργάνων- 1<sup>η</sup> -3<sup>η</sup> θέση-μετάλλιο και διπλώματα

4<sup>η</sup>-8<sup>η</sup> θέση-διπλώματα

Pre-Juniors, Benjamin's: Απονομές ανά χρονιά στο σύνθετο και στα τελικά οργάνων.

Juniors: Απονομές ανά χρονιά στο σύνθετο και στα τελικά οργάνων ανά κατηγορία.

Seniors: Απονομές ανά κατηγορία στο σύνθετο και στα τελικά οργάνων .

### **Κατηγορίες**

Seniors (Γυναίκες) έτος 2001 και πριν.

Seniors groups

Juniors(Νεανίδες) έτος 2002,2003 και 2004.

Juniors groups

Pre-juniors (κορασίδες) έτος 2005, 2006

Benjamin's (παγκορασίδες)-έτος 2007, 2008

## **Προγράμματα**

Seniors (Γυναίκες) 4 όργανα FIG

Seniors groups 5 Στεφάνια , 3 μπάλες και 2 Σχοινάκια.

Juniors(Νεανίδες) 4 όργανα FIG

Juniors groups Κορύνες

Pre-Juniors (κορασίδες) 3 όργανα επιλογής Σχοινάκι, Στεφάνι, Μπάλα , Κορύνες.

Benjamin's (παγκορασίδες) 2 όργανα επιλογής Χ.Ο, Σχοινάκι ,Στεφάνι ,Μπάλα .

Οι αθλήτριες κατηγορίας Γυναικών και Νεανίδων πρέπει να έχουν FIG License.

## **Κόστος συμμετοχής**

Το παράβολο συμμετοχής στον αγώνα για τις αθλήτριες από Ελλάδα είναι για το Ατομικό 60 ευρώ .

Για συλλόγους εκτός Καλαμάτας επειδή το κόστος είναι αυξημένο ,μπορούν να μείνουν στο ξενοδοχείο των αγώνων (2 διανυκτερεύσεις με πρωινό και βραδινό καθώς τις μετακινήσεις και το πάρτι με κόστος 70 ευρώ ή 100 ευρώ με πρωινό, μεσημεριανό ,βραδινό καθώς τις μετακινήσεις και το πάρτι).

Σε περίπτωση που επιλέξετε αυτό το πακέτο φιλοξενίας το παράβολο συμμετοχής στον αγώνα για τις αθλήτριες είναι για το Ατομικό 40 ευρώ.

Τα έξοδα ταξιδιού από το αεροδρόμιο (Αθήνα) προς Καλαμάτα και αντίστροφα με λεωφορείο είναι 40 ευρώ / ανά άτομο και θα πρέπει να καταβληθεί από τους συμμετέχοντες .

## **Πάρτι: 15 ευρώ για όσους δεν διαμένουν στα επίσημα ξενοδοχεία της διοργάνωσης**

### **Γκαλά**

Εάν θέλετε να συμμετέχετε στο γκαλά παρακαλώ να το δηλώσετε.

### **Δηλώσεις συμμετοχής**

Δήλωση Συμμετοχής : 24 Ιανουαρίου 2017

Ονομαστική Δήλωση : 24 Ιανουαρίου 2017

Πρόγραμμα μετακίνησης : 12 Φεβρουαρίου 2017

Δήλωση Γκαλά : 12 Φεβρουαρίου 2017

### **Επικοινωνία**

Κουβάτσου Βούλα

Τηλ. 6980162999

E-mail [f.o.kalamatas@hotmail.com](mailto:f.o.kalamatas@hotmail.com) [st4.k@hotmail.com](mailto:st4.k@hotmail.com)

## TECHNICAL REGULATIONS

**Benjamins:** (2007- 2008)      **Routines (2)** D 5.00 + E 10.00 = 15.00  
Without Apparatus ,Rope, Hoop or Ball (2 by choice )

**Pre-juniors:** (2005-2006)      **Routines (3)** D 6.00 + E 10.00 = 16.00  
Rope, Hoop, Ball or Clubs (3 by choice )

### Benjamins: (2007 – 08)

#### Without Apparatus      **Body Difficulty (BD) max. 5.00 p.**

Body Difficulty	Dance Steps Combination	Dynamic Elements with Rotation
<b>BD</b> Min.3 - Max.9	<b>S</b> Min.2	<b>R</b> Min.1
Jump/Leaps- <i>Min.1-Max. 3</i> Balances- <i>Min.1-Max. 3</i> Rotations- <i>Min.1-Max. 3</i>		

#### Rope-Hoop-Ball      **Body Difficulty (BD) max. 5.00 p.**

Difficulty components connected with Apparatus Technical elements	Body Difficulty	Dance Steps Combination	Dynamic Elements with Rotation	Apparatus Difficulty
Symbol	<b>BD</b> Min.3 - Max.7	<b>S</b> Min. 2	<b>R</b> Min.1	<b>AD</b> No Min/Max
Body Difficulty Groups	Jump/Leaps <i>Min.1</i> Balances- <i>Min.1</i> Rotations- <i>Min.1</i>			

### Pre-juniors (2005 - 2006)

#### Rope-Hoop-Ball-Clubs      **Body Difficulty (BD) max. 6.00 p.**

Difficulty components connected with Apparatus Technical elements	Body Difficulty	Dance Steps Combination	Dynamic Elements with Rotation	Apparatus Difficulty
Symbol	<b>BD</b> Min.3 - Max.7	<b>S</b> Min. 2	<b>R</b> Min.1	<b>AD</b> No Min/Max
Body Difficulty Groups	Jump/Leaps <i>Min.1</i> Balances- <i>Min.1</i> Rotations- <i>Min.1</i>			

**Seniors Individual and Groups** According FIG rules

**Juniors and Juniors Groups** According FIG & UEG rules