



## Ε. Α. Σ. ΣΕΓΑΣ ΑΘΗΝΑΣ

Λεωφ. Κηφισίας 192 – Ζηρίνιο, Κηφισιά  
☎ Fax : 210- 8082100 / ✉: easathinas2014@gmail.com

Κηφισιά, 6/5/2026

Αρ. Πρωτ.: 98

ΠΡΟΣ : ΣΕΓΑΣ (Ανάπτυξη )  
Σωματεία δύναμης ΣΕΓΑΣ

## ΠΡΟΚΗΡΥΞΗ Αγώνες Στίβου “ΤΑΣΟΣ ΞΕΝΟΣ 2026”

Ο Γ.Α.Σ. ΧΟΛΑΡΓΟΥ σε συνεργασία με την Ε.Α.Σ. ΣΕΓΑΣ Αθήνας και τον Δήμο ΠΑΠΑΓΟΥ-ΧΟΛΑΡΓΟΥ προκηρύσσει αγώνες στίβου με την επωνυμία “ΤΑΣΟΣ ΞΕΝΟΣ 2026” οι οποίοι θα διεξαχθούν με τους παρακάτω όρους:

### 1. ΗΜΕΡΟΜΗΝΙΑ ΚΑΙ ΤΟΠΟΣ ΤΕΛΕΣΗΣ

Οι αγώνες θα διεξαχθούν στο Δημοτικό Στάδιο Χολαργού “ΜΑΡΚ ΜΑΡΣΩ”, Ζακύνθου 2 & Φανερωμένης, την Τετάρτη 17 Ιουνίου 2026 σύμφωνα με το συνημμένο πρόγραμμα.

### 2. ΑΓΩΝΙΣΜΑΤΑ

**ΑΝΔΡΕΣ:** 100Μ. - 400Μ. - 800Μ. - 1500Μ. - ΑΛΜΑ ΕΙΣ ΜΗΚΟΣ

**ΓΥΝΑΙΚΕΣ:** 100Μ. - 400Μ. - 800Μ. - 1500Μ.

**Κ20 ΑΝΔΡΩΝ :** 1500Μ.

**Κ18 ΑΝΔΡΕΣ:** 100Μ.- 800Μ. - ΑΛΜΑ ΕΙΣ ΜΗΚΟΣ

**Κ18 ΓΥΝΑΙΚΕΣ :** 400Μ.- ΑΛΜΑ ΕΙΣ ΜΗΚΟΣ

**Κ16 ΑΓΟΡΙΑ:** 80Μ. - 1000Μ.

**Κ16 ΚΟΡΙΤΣΙΑ:** 80Μ. - 1000Μ.

### 3. ΔΙΚΑΙΩΜΑ ΣΥΜΜΕΤΟΧΗΣ – ΤΕΧΝΙΚΕΣ ΔΙΑΤΑΞΕΙΣ

Τα σωματεία έχουν το δικαίωμα να πάρουν μέρος στους αγώνες με απεριόριστο αριθμό αθλητών-τρών και με τους όρους που περιγράφονται στην ΓΕΝΙΚΗ ΠΡΟΚΗΡΥΞΗ των Πρωταθλημάτων του ΣΕΓΑΣ 2026 και βάση της παρούσας προκήρυξης.

#### 4. ΔΗΛΩΣΕΙΣ ΣΥΜΜΕΤΟΧΗΣ

Οι δηλώσεις συμμετοχής των αθλητών-τριών θα πρέπει να σταλούν αυστηρά έως την **ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ 05 ΙΟΥΝΙΟΥ 2026** στα e-mail: [info@gas-holargos.gr](mailto:info@gas-holargos.gr) και [olgaki.k@msn.com](mailto:olgaki.k@msn.com) χρησιμοποιώντας αποκλειστικά και **ΜΟΝΟ το συνημμένο αρχείο excel** (γράφουμε πρώτα το επώνυμο και μετά το όνομα -Όχι χειρόγραφες και σκαναρισμένες, ούτε και σε μορφή pdf-).

**Σε οποιαδήποτε άλλη μορφή θα θεωρείται άκυρη !!!**

Δεν θα γίνει δεκτή καμία δήλωση συμμετοχής αθλητή-τριας την ημέρα των αγώνων.

Η γραμματεία των αγώνων θα λειτουργήσει με **ηλεκτρονικά πινάκια**.

Τηλέφωνο επικοινωνίας 2106522954, Δευτέρα-Παρασκευή 16:30-20:30.

Οι αθλητές-τριες θα πρέπει να επιδεικνύουν το Δελτίο Αθλητικής Ιδιότητας καθώς και την ΚΑΡΤΑ ΥΓΕΙΑΣ στη Γραμματεία των αγώνων.

**Δεν θα επιτραπεί η συμμετοχή αθλητών-τριών χωρίς Κάρτα Υγείας.**

#### 5. ΕΠΑΘΛΑ

Στους τρεις (3) πρώτους νικητές θα απονεμηθούν **μετάλλια και διπλώματα** σύμφωνα με τις κατηγορίες που αναγράφονται στο πρόγραμμα των αγώνων.

Επίσης, θα **αθλοθετηθεί κύπελλο** για την καλύτερη επίδοση στους Άνδρες και την καλύτερη επίδοση στις Γυναίκες σύμφωνα με την Ουγγρική βαθμολογία αγωνισμάτων.

❖ **Τα κύπελλα αθλοθετεί η οικογένεια Τάσου Ξένου.**

#### 6. ΓΕΝΙΚΕΣ ΔΙΑΤΑΞΕΙΣ

##### **ΠΙΣΤΟΠΟΙΗΣΗ ΥΓΕΙΑΣ ΑΘΛΗΤΩΝ – ΑΘΛΗΤΡΙΩΝ ΚΑΙ ΙΑΤΡΙΚΗ ΚΑΛΥΨΗ:**

A) Με φροντίδα και ευθύνη των συλλόγων τους οι αθλητές –τριες πρέπει να έχουν εξετασθεί ιατρικώς πριν από τους αγώνες. Η πιστοποίηση της υγείας των αθλητών και αθλητριών στην κάρτα υγείας αθλητή είναι υποχρεωτική και αποτελεί προϋπόθεση για τη συμμετοχή τους σε προπονήσεις και αγώνες.

Οι υπεύθυνοι της αίθουσας κλήσης θα ελέγχουν τα αθλητικά δελτία και τις κάρτες υγείας των αθλητών - αθλητριών και θα καταχωρούν στα πινάκια ΜΟΝΟ τους αθλητές – αθλήτριες των οποίων η κάρτα υγείας αθλητή είναι θεωρημένη σύμφωνα με την ισχύουσα νομοθεσία.

**ΣΕ ΔΙΑΦΟΡΕΤΙΚΗ ΠΕΡΙΠΤΩΣΗ ΔΕΝ ΘΑ ΤΟΥΣ ΕΠΙΤΡΕΠΕΤΑΙ ΝΑ ΣΥΜΜΕΤΕΧΟΥΝ.**

*ΣΕ ΚΑΘΕ ΠΕΡΙΠΤΩΣΗ ΟΜΩΣ, ΓΙΑ ΤΑ ΘΕΜΑΤΑ ΥΓΕΙΑΣ ΑΥΤΩΝ ΤΩΝ ΑΘΛΗΤΩΝ–ΤΡΙΩΝ ΑΛΛΑ ΚΑΙ ΓΙΑ ΚΑΘΕ ΠΙΘΑΝΟ ΠΡΟΒΛΗΜΑ ΠΟΥ ΘΑ ΠΑΡΟΥΣΙΑΣΤΕΙ ΚΑΤΑ ΤΗ ΔΙΑΡΚΕΙΑ ΤΩΝ ΑΓΩΝΩΝ ΚΑΙ ΟΦΕΙΛΕΤΑΙ ΣΕ ΕΛΛΕΙΨΗ ΠΡΟΛΗΠΤΙΚΟΥ ΙΑΤΡΙΚΟΥ ΕΛΕΓΧΟΥ, ΕΙΝΑΙ ΥΠΕΥΘΥΝΟΣ Ο ΕΚΠΡΟΣΩΠΟΣ ΤΟΥ ΣΩΜΑΤΕΙΟΥ ΚΑΙ Ο ΠΡΟΠΟΝΗΤΗΣ ΠΟΥ ΔΗΛΩΝΕΙ ΑΥΤΟΥΣ ΤΟΥΣ ΑΘΛΗΤΕΣ ΚΑΙ ΣΕ ΚΑΜΙΑ ΠΕΡΙΠΤΩΣΗ ΟΙ ΔΙΟΡΓΑΝΩΤΕΣ ΤΩΝ ΑΓΩΝΩΝ.*

B) Στους αγώνες θα ισχύσουν οι κανονισμοί στίβου της WA και του ΣΕΓΑΣ.

Για ότι δεν αναφέρεται στη παρούσα προκήρυξη, ισχύουν όλα όσα αναφέρονται στην ΓΕΝΙΚΕΣ ΠΡΟΚΗΡΥΞΕΙΣ ΤΩΝ ΠΡΩΤΑΘΛΗΜΑΤΩΝ του ΣΕΓΑΣ και θα επιλύεται από τον αλυτάρχη και τον τεχνικό Υπεύθυνο των Αγώνων.

Γ) Στους Αγώνες θα παρίσταται Ιατρός.

Η Πρόεδρος



Βασιλική Ξένου

Με αθλητικούς χαιρετισμούς,



Ο Γ. Γραμματέας



Χριστόφορος Κουφαλιάς

Ο πρόεδρος της ΕΑΣ ΣΕΓΑΣ ΑΘΗΝΑΣ



Χαράλαμπος Γεωργακόπουλος



## ΩΡΟΛΟΓΙΟ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ

**ΑΓΩΝΕΣ ΣΤΙΒΟΥ "ΤΑΣΟΣ ΞΕΝΟΣ 2026"  
ΤΕΤΑΡΤΗ 17/06/2026  
ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΣΤΑΔΙΟ ΧΟΛΑΡΓΟΥ "ΜΑΡΚ ΜΑΡΣΩ"  
ΦΑΝΕΡΩΜΕΝΗΣ ΚΑΙ ΖΑΚΥΝΘΟΥ 2**

<b>30 ΧΡΟΝΙΑ! ΓΥΜΝΑΣΤΙΚΟΣ ΑΘΛΗΤΙΚΟΣ ΣΥΛΛΟΓΟΣ ΧΟΛΑΡΓΟΥ</b>		
<b>ΩΡΑ</b>	<b>ΔΡΟΜΟΙ</b>	<b>ΑΛΜΑΤΑ</b>
16:45	80Μ Κ16 ΚΟΡΙΤΣΙΩΝ	ΜΗΚΟΣ Κ18 ΓΥΝΑΙΚΩΝ
17:15	80Μ Κ16 ΑΓΟΡΙΩΝ	
17:30	1000Μ Κ16 ΚΟΡΙΤΣΙΩΝ	
17:45	1000Μ Κ16 ΑΓΟΡΙΩΝ	
18:00	400Μ ΓΥΝΑΙΚΩΝ 400Μ Κ18 ΓΥΝΑΙΚΩΝ	
18:20	400Μ ΑΝΔΡΩΝ	ΜΗΚΟΣ Κ18 ΑΝΔΡΩΝ
18:35	800Μ ΓΥΝΑΙΚΩΝ	
18:55	800Μ ΑΝΔΡΩΝ 800Μ Κ18 ΑΝΔΡΩΝ	
19:15	1500Μ ΓΥΝΑΙΚΩΝ	
19:35	1500Μ ΑΝΔΡΩΝ 1500Μ Κ20 ΑΝΔΡΩΝ	
20:00	100Μ Κ18 ΑΝΔΡΩΝ	ΜΗΚΟΣ ΑΝΔΡΩΝ
20:20	100Μ ΑΝΔΡΩΝ	
20:50	100Μ ΓΥΝΑΙΚΩΝ	