

## ΠΡΟΚΗΡΥΞΗ ΠΡΟΠΟΝΗΤΙΚΟΥ CAMP & ΠΑΓΚΡΗΤΙΟΥ ΔΙΑΣΥΛΛΟΓΙΚΟΥ ΑΓΩΝΑ

### ΚΑΤΗΓΟΡΙΑΣ OPTIMIST - LASER 4,7 & LASER RDL 19-20-21 ΦΕΒΡΟΥΑΡΙΟΥ 2010

#### 1. ΟΡΓΑΝΩΣΗ

Ο Ιστιοπλοϊκός Όμιλος Ηρακλείου σε συνεργασία με την Ελληνική Ιστιοπλοϊκή Ομοσπονδία „σύμφωνα με το ετήσιο πρόγραμμα του, αγώνων και εκδηλώσεων, διοργανώνει Παγκρήτιο Διασυλλογικό Αγώνα και προπονητικό camp με ομοσπονδιακό προπονητή, στις 19-20-21 Φεβρουαρίου για τις κατηγορίες Optimist & Laser 4,7 και Laser RDL

#### ΓΡΑΜΜΑΤΕΙΑ ΑΓΩΝΩΝ

Η Γραμματεία αγώνων είναι η γραμματεία του Ιστιοπλοϊκού Ομίλου Ηρακλείου τηλ-fax 2810242120

#### 2. ΤΟΠΟΣ ΔΙΕΞΑΓΩΓΗΣ

Οι ιστιοδρομίες θα διεξαχθούν στη θαλάσσια περιοχή του λιμανιού του Ηρακλείου.

#### 3. ΚΑΝΟΝΙΣΜΟΙ

Οι αγώνες θα διεξαχθούν βάσει:

A. των Διεθνών κανονισμών ιστιοδρομιών 2009-2012 (RRS-ISAF)

B. των κανονισμών των κλάσεων

Γ. της προκήρυξης

Δ. των οδηγιών πλού

E. των σχετικών εγκυκλίων της E.I.O.

Στ. Οι οδηγίες πλού μπορούν να τροποποιήσουν κανόνες, όπου επιτρέπεται από τους κανονισμούς (σύμφωνα με το άρθρο 86 RRS-ISAF)

#### 4. ΔΗΛΩΣΕΙΣ ΣΥΜΜΕΤΟΧΗΣ – ΔΙΚΑΙΩΜΑ ΣΥΜΜΕΤΟΧΗΣ

Δικαίωμα συμμετοχής έχουν αθλητές – αθλήτριες, κάτοχοι δελτίου της E.I.O. με ετήσια ιατρική γνωμάτευση.

Οι δηλώσεις συμμετοχής θα υποβάλλονται με fax ή με email στη Γραμματεία των αγώνων 2810242120 & [istiopl@her.forthnet.gr](mailto:istiopl@her.forthnet.gr)

Όλα τα συνοδά σκάφη θα πρέπει να έχουν ασφαλιστήριο συμβόλαιο έναντι τρίτων.

#### 5. ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΑΓΩΝΩΝ

5.1. Το πρόγραμμα των αγώνων και του προπονητικού camp έχει ως εξής:

##### **Παρασκευή 19-2-2010**

Αφίξεις 10:00 – 16:00

15:00 – 18:00 θεωρία προχωρημένης Ιστιοπλοΐας

##### **Σάββατο 20-2-2010**

10:00 – 12:00 θεωρία

12:00 – 14:00 Προπόνηση στη θάλασσα

14:00 – 17:00 ιστιοδρομίες

17:00 – 19:00 θεωρία ( παρατηρήσεις – ανάλυση ημέρας)

##### **Κυριακή 21-2-2010**

09 :30 – 11:30 θεωρία

11:30- 13:00 Προπόνηση στη θάλασσα

13:00- 16:00 Ιστιοδρομίες

# ΙΣΤΙΟΠΛΟΪΚΟΣ ΟΜΙΛΟΣ ΗΡΑΚΛΕΙΟΥ

17:00 Απονομές Επάθλων

- 5.2. Θα γίνει προσπάθεια να πραγματοποιηθούν όσο το δυνατόν περισσότερες ιστιοδρομίες. Δεν θα διεξαχθούν περισσότερες από 6 ιστιοδρομίες. Εάν διεξαχθούν από 4 ιστιοδρομίες και πάνω θα εξαιρείται η μία χειρότερη (1).
- 5.3. Ο αγώνας θα είναι έγκυρος αν πραγματοποιηθούν έστω και 1 ιστιοδρομία και θα αριθμούνται με τη σειρά πραγματοποίησης τους.

## **6. ΦΙΛΟΞΕΝΕΙΑ**

Οι αθλητές θα φιλοξενηθούν από τις οικογένειες των αθλητών του Ι.Ο.Η.

## **7. ΑΠΟΝΟΜΕΣ**

Στην κατηγορία Optimist θα απονεμηθούν κύπελλα στους τρεις πρώτους της γενικής κατάταξης και μετάλλια στα τρία πρώτα κορίτσια καθώς και στην κατηγορία 11χρονων αγοριών και κοριτσιών.

Στην κατηγορία των Laser rdl & 4,7 θα απονεμηθούν κύπελλα στους τρεις πρώτους της γενικής κατάταξης.

## **9. ΕΠΙΤΡΟΠΕΣ ΑΓΩΝΑ**

### **Επιτροπή Αγώνα**

Νικηφορίδης Νικηφόρος Πρόεδρος  
Μακριδάκης Γιώργος  
Κουτεντάκης Παναγιώτης  
Κοβατζής Ηλίας

### **Επιτροπή Ενστάσεων**

Δανέζης Θεολόγος Πρόεδρος  
Σμυρλής Σταύρος  
Νικηφορίδης Βασίλης