



## ΝΑΥΤΙΚΟΣ ΟΜΙΛΟΣ ΣΗΤΕΙΑΣ

### ΠΡΟΚΗΡΥΞΗ

ΠΡΟΠΟΝΗΤΙΚΟΥ CAMP & ΠΑΓΚΡΗΤΙΟΥ ΔΙΑΣΥΛΛΟΓΙΚΟΥ ΑΓΩΝΑ  
ΚΥΠΕΛΛΟ ΓΡΗΓΟΡΙΟΥ ΧΛΟΥΒΕΡΑΚΗ  
ΚΑΤΗΓΟΡΙΑΣ OPTIMIST-LASER 4.7 & LASER RDL  
15-16-17-18 ΙΟΥΛΙΟΥ 2010

#### **1.ΟΡΓΑΝΩΣΗ**

Ο Ναυτικός Όμιλος Σητείας σε συνεργασία με την Ελληνική Ιστιοπλοϊκή Ομοσπονδία σύμφωνα με το ετήσιο πρόγραμμα του, αγώνων και εκδηλώσεων, διοργανώνει Παγκρήτιο Διασυλλογικό Αγώνα και Προπονητικό camp με τον Ομοσπονδιακό Προπονητή κο. ΘΕΟΛΟΓΟ ΔΑΝΕΖΗ στις 15,16,17,18 Ιουλίου 2010 για τις κατηγορίες OPTIMIST & LASER 4.7 και LASER RDL.

ΓΡΑΜΜΑΤΕΙΑ ΑΓΩΝΩΝ

Η Γραμματεία αγώνων είναι η Γραμματεία του Ναυτικού Ομίλου Σητείας  
28430-25155 fax 2843025365.

#### **2.ΤΟΠΟΣ ΔΙΕΞΑΓΩΓΗΣ**

Οι ιστιοδρομίες θα διεξαχθούν στη θαλάσσια περιοχή του κόλπου Σητείας.

#### **3.ΚΑΝΟΝΙΣΜΟΙ**

Οι αγώνες θα διεξαχθούν βάσει:

Α.των Διεθνών κανονισμών Ιστιοδρομιών 2009-2012(RRS-ISAF)

Β.των κανονισμών των κλάσεων

Γ. της προκήρυξης.

Δ.των Οδηγιών πλού.

Ε.των σχετικών εγκυκλίων της Ε.Ι.Ο.

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**

Πληροφορίες 28430 25365 & 6937000325.

Δικαίωμα συμμετοχής έχουν αθλητές-αθλήτριες, κάτοχοι δελτίου της Ε.Ι.Ο με ετήσια ιατρική γνωμάτευση.

Οι δηλώσεις συμμετοχής θα υποβάλλονται με fax η με e-mail στη Γραμματεία 28430-25365 & [nkarpat@otenet.gr](mailto:nkarpat@otenet.gr).

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

#### **5.ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΑΓΩΝΩΝ**

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

**Πέμπτη 15-07-2010**

Αφίξεις 10:00-16:00

17:00-19:00 Προπόνηση στη θάλασσα

**Παρασκευή 16-07-2010**

10:00-12:00 Θεωρία.

12:00-14:00 Προπόνηση στη θάλασσα.

14:00-17:00 Ιστιοδρομίες

17:00-20:00 Θεωρία

### **Σάββατο 17-07-2010**

10:00-12:00 Θεωρία.

12:00-14:00 Προπόνηση στη θάλασσα.

14:00-17:00 Ιστιοδρομίες

17:00-19:00 Θεωρία

### **Κυριακή 18-07-2010**

09:30-11:30 Θεωρία.

11:30-13:00 Προπόνηση στη θάλασσα.

13:00-16:00 Ιστιοδρομίες

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 πάνω από 3 ιστιοδρομίες θα εξαιρείται 1 μία χειρότερη.

### **6. ΑΠΟΝΟΜΕΣ**

Στην κατηγορία Optimist θα απονεμηθούν κύπελλα στους τρεις πρώτα αγόρια και στα 3 πρώτα κορίτσια της γενικής κατάταξης καθώς και στους τρεις πρώτους της γενικής κατάταξης στην κατηγορία 11 χρόνων.

Στην κατηγορία Laser RDL & 4.7 θα απονεμηθούν κύπελλα στους τρεις πρώτους άνδρες και στις τρεις πρώτες γυναίκες της γενικής κατάταξης.