



27^η ΔΙΕΘΝΗΣ ΣΥΝΑΝΤΗΣΗ ΡΥΘΜΙΚΗΣ ΓΥΜΝΑΣΤΙΚΗΣ "ΚΑΛΑΜΑΤΑ CUP"

6^η ΔΙΕΘΝΗΣ ΣΥΝΑΝΤΗΣΗ ΡΥΘΜΙΚΗΣ ΓΥΜΝΑΣΤΙΚΗΣ "ELEGANT CUP"

22 -24 ΦΕΒΡΟΥΑΡΙΟΥ 2019

Αγαπητοί φίλοι της Ρυθμικής Γυμναστικής ,

Ο Φιλογυμναστικός Όμιλος Καλαμάτας διοργανώνει διεθνείς διασυλλογικούς αγώνες Ρυθμικής γυμναστικής στην Καλαμάτα από τις 22 έως τις 24 Φεβρουαρίου 2019.

Οι αγώνες γίνονται υπό την αιγίδα της Ελληνικής Γυμναστικής Ομοσπονδίας . Θα είναι μεγάλη τιμή για εμάς να έχουμε την ευκαιρία να φιλοξενήσουμε τα αστέρια της ρυθμικής γυμναστικής.

Θα είμαστε χαρούμενοι να καλωσορίσουμε την αντιπροσωπεία σας στην Καλαμάτα

Με εκτίμηση

Σ.Κουβάτσου

Πρόεδρος του Φ.Ο.Καλαμάτας





27^η ΔΙΕΘΝΗΣ ΣΥΝΑΝΤΗΣΗ ΡΥΘΜΙΚΗΣ ΓΥΜΝΑΣΤΙΚΗΣ "ΚΑΛΑΜΑΤΑ CUP"

6^η ΔΙΕΘΝΗΣ ΣΥΝΑΝΤΗΣΗ ΡΥΘΜΙΚΗΣ ΓΥΜΝΑΣΤΙΚΗΣ "ELEGANT CUP"

22 -24 ΦΕΒΡΟΥΑΡΙΟΥ 2019

Προκήρυξη

Τόπος και χρόνος τέλεσης.

Οι αγώνες θα διεξαχθούν στην Καλαμάτα, στο Κλειστό γυμναστήριο «ΤΕΝΤΑ» στις 22 έως 24 Φεβρουαρίου 2019 .

Αποστολές

Το κάθε σωματείο μπορεί να συμμετέχει με **10 αθλήτριες**. Τα έξοδα καταβάλλονται από τους συμμετέχοντες.

Δικαίωμα συμμετοχής έχουν αθλήτριες των Συλλόγων που είναι εγγεγραμμένοι στη δύναμη της Ε.Γ.Ο. και διαθέτουν Αθλητική Αναγνώριση .

Όλες οι αθλήτριες θα πρέπει να προσκομίσουν το δελτίο αθλητικής ιδιότητας και την κάρτα Υγείας ή μόνο την κάρτα Υγείας στις μικρότερες κατηγορίες που πιθανώς δε διαθέτουν ακόμη δελτίο.

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

Πρόγραμμα

Φεβρουάριος 21/2/2019- Αφιξη, διαμονή, τεχνική σύσκεψη, προπόνηση

Φεβρουάριος 22/2/2019- Σύσκεψη κριτών, γενικός αγώνας ατομικού και ομαδικού

Φεβρουάριος 23/2/2019- Γενικός αγώνας ατομικού και ομαδικού

Φεβρουάριος 24/2/2019- Γενικός αγώνας ατομικού και ομαδικού, Γκαλά

Φεβρουάριος 25/2/2019- Αναχώρηση των ομάδων

Απονομές

Σύνθετο ατομικό -1^η θέση-κύπελλο, μετάλλιο και δίπλωμα

2^η-3^η θέση -μετάλλια και διπλώματα

4^η -8^η θέση-διπλώματα

Τελικά οργάνων- 1^η -3^η θέση-μετάλλιο και διπλώματα

4^η-8^η θέση-διπλώματα

Kids: Απονομή σε όλες τις αθλήτριες

Benjamin's , Pre-Juniors: Απονομές ανά Level 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 2003 και νωρίτερα.
Seniors groups έτος 2003 και μεγαλύτερες
Juniors(Νεανίδες) έτος 2004-2005-2006 .
Juniors groups έτος 2004-2005-2006 .
Pre-juniors (κορασίδες) έτος 2007, 2008 A & B LEVEL
Pre-juniors groups έτος 2007, 2008
Benjamin's (παγκορασίδες) έτος 2009, 2010 A & B LEVEL
Kids (προαγωνιστικά): έτος 2011 και αργότερα

Προγράμματα

Seniors (Γυναίκες) 3 όργανα FIG
Seniors groups 5 μπάλες, 3 Στεφάνια και 4 Κορύνες.

Juniors(Νεανίδες) 3 όργανα FIG
Juniors groups 5 Hoops / 5 Ribbons

Pre-Juniors (κορασίδες) 2 όργανα επιλογής Σχοινάκι, Στεφάνι, Μπάλα , Κορύνες.
Pre-Juniors groups 5 Στεφάνια

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

Kids (προαγωνιστικά): Χ.Ο

Κόστος συμμετοχής

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 .

Το παράβολο συμμετοχής στον αγώνα είναι για το Ατομικό 50 ευρώ Seniors, Juniors, Pre-Juniors, Benjamin's, 30 ευρώ Kids και 80 ευρώ για το ομαδικό.

Διαμονή

45 ευρώ το άτομο με πρωινό, βραδινό. Στην τιμή περιλαμβάνονται όλες οι μετακινήσεις από αεροδρόμιο, σιδ. σταθμό και σταθμό λεωφορείων προς ξενοδοχείο, γυμναστήριο

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 (Preliminary registration) : 20 Ιανουαρίου 2019
Ονομαστική Δήλωση (Nominative & apparatus registration) : 05 Φεβρουαρίου 2019
Διαμονή (Accommodation registration): 05 Φεβρουαρίου 2019
Πρόγραμμα μετακίνησης (Travel schedule) : 10 Φεβρουαρίου 2019
Δήλωση Γκαλά : 10 Φεβρουαρίου 2019

Επικοινωνία

Κουβάτσου Βούλα
Τηλ. 6972677627
E-mail : f.o.kalamatas@hotmail.com st4.k@hotmail.com

TECHNICAL REGULATIONS

Individual

<p>Kids 2011 and earlier</p> <p>Without Apparatus</p> <p>Body Difficulty (BD) max. 4.00 p.</p>	<p>Without Apparatus</p> <p>BD: min 3 - max 9,</p> <p>Jump/Leaps- <i>Min. 1-Max. 3</i> Balances- <i>Min. 1-Max. 3</i> Rotations- <i>Min. 1-Max. 3</i></p> <p>R min 1, S min 2</p>
<p>Benjamins: (2009- 2010)</p> <p>LE V E L A Difficulty (D) Max. 5.0 p.</p> <p>LE V E L B Difficulty (D) Max. 4.0 p</p> <p>Without Apparatus ,Rope, Hoop or Ball (2 Apparatus by choice)</p>	<p>Without Apparatus</p> <p>BD: min 3 - max 9,</p> <p>Jump/Leaps- <i>Min. 1-Max. 3</i> Balances- <i>Min. 1-Max. 3</i> Rotations- <i>Min. 1-Max. 3</i></p> <p>R max 2, S min 2</p> <p>←————→</p> <p>Rope, Hoop or Ball</p> <p>BD: min 3 - max 7,</p> <p>Jump/Leaps <i>Min. 1</i> Balances- <i>Min. 1</i> Rotations- <i>Min. 1</i></p> <p>R max 2, S min 2, AD max 5</p>
<p>Pre-juniors: (2007-2008)</p> <p>LE V E L A Difficulty (D) Max. 6.0 p.</p> <p>LE V E L B Difficulty (D) Max. 5.0 p</p> <p>Rope, Hoop, Ball or Clubs (2 Apparatus by choice)</p>	<p>Rope, Hoop, Ball or Clubs</p> <p>BD: min 3 - max 7,</p> <p>Jump/Leaps <i>Min. 1</i> Balances- <i>Min. 1</i> Rotations- <i>Min. 1</i></p> <p>R max 3, S min 2, AD No min/No max</p>

Juniors (2004-2005-2006): Rope – Ball – Clubs – Ribbon
(3 Apparatus by choice) FIG requirements 2017-2020

Seniors (2003 and earlier): Hoop – Ball – Clubs – Ribbon
(3 Apparatus by choice) FIG requirements 2017-2020

TECHNICAL REGULATIONS

Groups

Pre-Juniors Groups (2007-2008) 5 hoops

Difficulty components connected with Apparatus Technical elements	Difficulty without Exchanges: Body Difficulty	Difficulty with Exchange: Exchange Difficulty	Dance Steps Combination	Dynamic Element with Rotation	Collaboration
Symbols	BD Min. 3	ED Min. 3	S Min.2	R Max.1	C Min. 6
	Max 7 (1 by choice)				
Body Difficulty Groups	Jump/Leaps- Min.1 Balances Min1 Rotations Min 1				

Value of *each* Difficulty (BD and ED) with and without Exchange: 0.10 - 0.50

Juniors Groups_ (2004-2005-2006) 5 Hoops / 5 Ribbons

FIG requirements 2017-2020

Seniors Groups (2003 and older) 5 Balls / 3 Hoops & 2 pairs Clubs

FIG requirements 2017-2020