

Αθήνα, 8 Μαΐου 2020  
Αρ. Πρωτ.: 533/20

**ΠΡΟΣ: ΣΩΜΑΤΕΙΑ ΕΟΤ**

**ΘΕΜΑ: ΑΝΑΚΟΙΝΩΣΗ ΓΙΑ ΑΝΟΙΓΜΑ ΠΡΟΠΟΝΗΤΗΡΙΟΥ ΟΑΚΑ**

---

Αγαπητοί φίλοι,

Μετά από 2,5 περίπου μήνες έχουμε την χαρά να ανακοινώσουμε το άνοιγμα του Ανοιχτού Ολυμπιακού Προπονητηρίου του ΟΑΚΑ.

Ο προγραμματισμός της λειτουργίας του ανοιχτού προπονητηρίου του ΟΑΚΑ θα γίνεται σε περιόδους των 2 εβδομάδων και στο τέλος κάθε περιόδου θα αξιολογείται και θα διαφοροποιείται όταν αυτό απαιτηθεί. Έως το τέλος Ιουλίου, η χρήση του προπονητηρίου για όλα τα μέλη σωματείων ΕΟΤ **θα είναι δωρεάν.**

Η Ομοσπονδία έχει σαν πρόθεση, εκτός από τις προπονήσεις, να οργανώσει μικρούς αγώνες στο ΟΑΚΑ και τοπικούς αγώνες στην περιφέρεια όταν αυτό επιτραπεί από την ΓΓΑ (προς το παρόν υπάρχει απαγόρευση μέχρι τέλος Μαΐου), με στόχο την σταδιακή επιστροφή των αθλητών στην αγωνιστική δράση χωρίς πολλές μετακινήσεις και διαμονές.

Δεδομένου ότι υπάρχει αναστολή αγώνων από την Παγκόσμια Ομοσπονδία έως το τέλος Αυγούστου, δεν θα γίνουν αγώνες πρόκρισης για την Εθνική Ομάδα μέχρι την ανακοίνωση του πρώτου διεθνή αγώνα που προτίθεται η Ομοσπονδία να στείλει αθλητές.

Ο χώρος του προπονητηρίου θα είναι κατάλληλα διαμορφωμένος ώστε να υπάρχουν 2 αθλητές σε κάθε στόχο οι οποίοι θα ρίχνουν σε διαφορετική σειρά. Η απόσταση μεταξύ των αθλητών στη γραμμή βολής, αλλά και γενικά στον χώρο, θα πρέπει να είναι 2μ κατ' ελάχιστο.

Οι συμμετέχοντες αθλητές και προπονητές θα πρέπει να τηρούν αυστηρά τους όρους και προϋποθέσεις συμμετοχής τους καθώς και τις οδηγίες των υπεύθυνων στο προπονητήριο. Σε περίπτωση που δεν τηρούνται, οι υπεύθυνοι θα μπορούν άμεσα να ζητήσουν την απομάκρυνση του αθλητή/προπονητή από το προπονητήριο.

Οι προπονήσεις θα χωριστούν σε δυο κατηγορίες:

- Για την πρώτη κατηγορία έχει γίνει μια αρχική επιλογή αθλητών από τους Ομοσπονδιακούς προπονητές μεταξύ αθλητών που είχαν συμμετοχή φέτος στα προπονητικά camp και στις προπονήσεις των Προεθνικών Ομάδων και διαμένουν στην ευρύτερη περιοχή της Αθήνας. Οι προπονήσεις τους θα γίνουν με την καθοδήγηση του Ομοσπονδιακού προπονητή Συνθέτου τόξου Αλέξανδρου Παμβουξόγλου που θα είναι σε στενή συνεργασία και επικοινωνία με τον Ομοσπονδιακό προπονητή Ολυμπιακού τόξου Αλέξανδρου Νασούλα, ο οποίος λόγω των περιορισμών που υπάρχουν δεν μπορεί προς το παρόν να έρθει στην Αθήνα. Υπεύθυνος για τον συντονισμό των αθλητών της πρώτης κατηγορίας θα είναι ο Τεχνικός Σύμβουλος της Ομοσπονδίας και μέλος της Τεχνικής Επιτροπής Γρηγόρης Σουλιώτης (Τηλέφωνο επικοινωνίας: 6932415326).

- Η παρουσία των αθλητών στις προπονήσεις δεν είναι υποχρεωτική.
- Σε περίπτωση που κάποιος αθλητής της πρώτης κατηγορίας ή μέλος της οικογένειας του παρουσιάσει συμπτώματα θα πρέπει να παραμείνει στο σπίτι και να ενημερώσει άμεσα την Ομοσπονδία μέσω του κ. Σουλιώτη.
- Πριν από την έναρξη των προπονήσεων οι αθλητές θα πρέπει να συμπληρώσουν το ιστορικό τους, παρουσία του υπεύθυνου ιατρού της Ομοσπονδίας (το Σάββατο 9/5 πριν από την έναρξη της προπόνησης).

Η κατηγορία αυτή θα προπονείται για τις επόμενες 2 εβδομάδες τις παρακάτω μέρες και ώρες:

Σάββατο 9/05 →	10:00 έως 13:00
Κυριακή 10/05, 17/05 & 24/05 →	10:00 έως 13:00
Τρίτη 12/5 & 19/5 →	15:30 έως 18:00
Πέμπτη 14/05 & 21/05 →	15:30 έως 18:00

Οι αθλητές που θα συμμετέχουν στην πρώτη κατηγορία, μετά από πρόταση των δύο Ομοσπονδιακών προπονητών είναι:

#### ΟΛΥΜΠΙΑΚΟ ΤΟΞΟ

1. Καραγεωργίου Αλέξανδρος	ΣΟΕΛ
2. Ξιαρχογιαννόπουλος Παναγιώτης	ΓΑΣ ΧΟΛΑΡΓΟΥ
3. Κατσαϊτης Παναγιώτης	ΠΑΣΒ Ο Μ. ΑΛΕΞΑΝΔΡΟΣ
4. Σπαταλάς Αριστείδης	ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΟΣ ΓΣ
5. Θεμελής Παναγιώτης	ΠΑΝΑΘΗΝΑΪΚΟΣ ΑΟ
6. Χριστόπουλος Αντώνιος	ΑΟ ΣΤΟΧΟΣ
7. Σούλτης Χρήστος	ΓΣ ΚΕΡΑΤΕΑΣ
8. Γκορίλα Ανατολή Μάρθα	ΑΟΤ ΑΧΑΙΟΙ
9. Αναστασιάδη Στυλιανή Αντιγόνη	ΣΚ.Ο.Α.Α.Π.Θ.
10. Χαλκιοπούλου Δασκαλάκη Σοφία Θεοδώρα	ΑΚΑΔΗΜΙΑ ΤΟΞΟΒΟΛΙΑΣ
11. Παπαδοπούλου Δήμητρα	ΑΟΤ ΑΧΑΙΟΙ

#### ΣΥΝΘΕΤΟ ΤΟΞΟ

1. Λεκάτης Ιωάννης	ΑΣΣΑ ΠΕΡΑΜΑΤΟΣ
2. Αερικός Χρήστος	ΑΣΠ ΠΡΟΜΗΘΕΑΣ
3. Κουμερτάς Σταύρος	ΑΣΗ ΕΚΗΒΟΛΟΣ
4. Δρακιώτης Δημήτριος Κωνσταντίνος	ΑΚΑΔΗΜΙΑ ΤΟΞΟΒΟΛΙΑΣ
5. Λαμπράκης Δημήτριος	ΓΑΣ ΧΟΛΑΡΓΟΥ
6. Κροαζιέ Κυριάκος	ΑΣΠ ΠΡΟΜΗΘΕΑΣ
7. Σπαταλάς Φίλιππος	ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΟΣ ΓΣ
8. Κουκουζέλης Ανδρέας	ΠΑΝΑΘΗΝΑΪΚΟΣ ΑΟ
9. Τσακίρη Αναστασία	ΣΟΕΛ
10. Κωστάκου Εύα	ΑΣΣΑ ΠΕΡΑΜΑΤΟΣ
11. Βόκολου Ελευθερία	ΠΑΝΑΘΗΝΑΪΚΟΣ ΑΟ

- Η δεύτερη κατηγορία αποτελείται από αθλητές σωματείων που έχουν γεννηθεί έως 31/12/2005 και μετά και είναι ενεργοί αθλητές.

Για να μπορέσει να εξασφαλιστεί η ομαλή και ασφαλής λειτουργία του προπονητηρίου καθώς και η δυνατότητα συμμετοχής όλων των σωματείων που έχουν αθλητές που διαμένουν στην ευρύτερη περιοχή της Αθήνας, θα υπάρχουν οι κάτωθι προϋποθέσεις και περιορισμοί:

1. Κατά τη διάρκεια μιας ημερήσιας προπόνησης θα μπορούν να υπάρχουν ταυτόχρονα το πολύ δύο αθλητές ανά σωματείο. Για να μπορέσει να μπει ένας τρίτος αθλητής του ίδιου σωματείου πρέπει πρώτα να αποχωρήσει ένας από τους δυο πρώτους και ούτω καθ' εξής
2. Η μέγιστη διάρκεια παραμονής κάθε αθλητή στο προπονητήριο θα είναι 2 ώρες
3. Κάθε σωματείο μπορεί να έχει το πολύ έναν προπονητή εντός του προπονητηρίου
4. Τα σωματεία θα είναι υπεύθυνα για την επιλογή των 2 αθλητών τους που θα συμμετέχουν συγκεκριμένες μέρες και ώρες στις προπονήσεις. Θα μπορεί για παράδειγμα να χωρίσει τους αθλητές ανά 2ωρο και ανά μέρα ώστε να έχουν όλοι πρόσβαση. Οι υπεύθυνοι προπονητηρίου δεν θα έχουν το πλάνο κάθε σωματείου και θα ελέγχουν μόνο τον αριθμό.
5. Τα σωματεία θα πρέπει να ενημερώνουν τους αθλητές τους για την κατανομή που έχουν επιλέξει ώστε να μην υπάρξουν περιπτώσεις άσκοπής μετάβασης στον χώρο. Επιπλέον των 2 αθλητών ανά σωματείο δεν θα επιτρέπεται η είσοδος αθλητή ακόμα και στην περίπτωση που υπάρχει κενή θέση
6. Το κάθε σωματείο, πριν από την έναρξη προπονήσεων των αθλητών/προπονητή του στο Ολυμπιακό προπονητήριο του ΟΑΚΑ θα πρέπει να στείλει με mail βεβαίωση στην οποία να αναφέρεται ότι έχει στο αρχείο του υπογεγραμμένο το ιατρικό ιστορικό (σύμφωνα με το υπόδειγμα της ΓΓΑ που σας έχει αποσταλεί και αναρτηθεί στην ιστοσελίδα ΕΟΤ) τόσο των αθλητών όσο και του προπονητή που θα συμμετέχει στις προπονήσεις και το οποίο θα προσκομίσει εφόσον ζητηθεί από κάποια αρμόδια αρχή.

Η κατηγορία αυτή θα προπονείται για τις επόμενες 2 εβδομάδες τις παρακάτω μέρες και ώρες:

Δευτέρα 11/5 & 18/5 →	16:00 έως 20:30
Τρίτη 12/5 & 19/5 →	18:30 έως 20:30
Τετάρτη 13/5 & 20/5 →	16:00 έως 20:30
Πέμπτη 14/5 & 21/5 →	18:30 έως 20:30
Παρασκευή 15/5 & 22/5 →	16:00 έως 20:30
Σάββατο 16/05 & 23/5 →	10:00 έως 14:00

Για την είσοδό του στο προπονητήριο, ο αθλητής θα πρέπει να έχει μαζί του την κάρτα υγείας αθλητή σε ισχύ, στην οποία να αναγράφεται υποχρεωτικά ο αριθμός μητρώο του.

Κατά την είσοδο και έξοδο των αθλητών συνιστάται ισχυρά η χρήση μάσκας. Δεν απαιτείται η χρήση μάσκας κατά την διάρκεια της προπόνησης.

Οι προπονητές θα πρέπει να φοράνε μάσκα καθ' όλη την διάρκεια της προπόνησης και να μην κινούνται άσκοπα στον χώρο. Όταν θα παρακολουθούν έναν αθλητή τους στην γραμμή βολής θα πρέπει να τηρούν απόσταση 2μ κατ' ελάχιστο, ενώ σε κάθε άλλη περίπτωση να κάθονται στον ειδικό χώρο για προπονητές.

Κατά την προσέλευση οι αθλητές και οι προπονητές θα πρέπει να περνάνε πρώτα από τον ειδικό χώρο της γραμματείας όπου θα καταγράφονται τα στοιχεία που θα τους ζητηθούν.

Η προπόνηση θα γίνεται σε 2 σειρές με μέγιστο αριθμό αθλητών ανά στόχο τους 2.

Η μέγιστη χωρητικότητα του προπονητηρίου είναι 28 αθλητές.

Οι αθλητές θα πηγαίνουν από και προς τους στόχους κρατώντας απόσταση 2μ και θα βγάζουν ένας -ένας τα βέλη τους.

Ο εξοπλισμός των αθλητών θα βρίσκεται δίπλα από την καρέκλα τους στον καθορισμένο χώρο αναμονής και θα πρέπει να έχουν μαζί τους νερό ή στιδήποτε άλλο προσωπικό είδος το οποίο απαγορεύεται να μοιράζονται με άλλους αθλητές ή τον προπονητή τους. Μετά την λήξη της προπόνησης θα πρέπει να μαζέψουν αμέσως τον εξοπλισμό τους και να αποχωρίσουν περνώντας από την γραμματεία η οποία θα καταγράφει την ώρα αποχώρησης.

Συνιστάται ισχυρά η αποφυγή χρήσης των κοινόχρηστων τουαλετών. Σε περίπτωση που αυτό είναι απαραίτητο η χρήση της τουαλέτας θα γίνεται από ένα άτομο κάθε φορά.

Τέλος συνιστάται στους αθλητές να προπονούνται στους χώρους των σωματείων τους στις περιπτώσεις που τα σωματεία έχουν ανοιχτό χώρο που είναι σε λειτουργία, ώστε να αποφευχθούν οι μετακινήσεις και ο συνωστισμός.

Υπενθυμίζεται ότι ανήλικοι αθλητές χωρίς συνοδεία αδειοδοτημένου από τη ΓΓΑ προπονητή δεν θα γίνονται δεκτοί.

Επιπλέον πληροφορίες θα δοθούν στους συμμετέχοντες από τους υπεύθυνους του προπονητηρίου.

Όλες οι παραπάνω ρυθμίσεις και τα μέτρα προφύλαξης είναι σύμφωνα με τις οδηγίες της πολιτείας και την έγκριση της ΓΓΑ.

Ευελπιστώντας στην εφαρμογή της ατομικής ευθύνης όλων μας, πιστεύουμε ότι το άθλημά μας θα συνεχίσει να λειτουργεί απρόσκοπτα και όλοι μαζί θα ξεπεράσουμε και αυτή την δυσκολία.

Η Ομοσπονδία θα συνεχίσει να ενημερώνει τα μέλη της για κάθε εξέλιξη.

**Με αθλητικούς χαιρετισμούς**

**Για το Δ.Σ. της Ε.Ο.Τ.**

**Ο Πρόεδρος**



**Δρ. Πέτρος Συναδινός**



**Η Γενική Γραμματέας**



**Έβελυν Παπαδοπούλου**