



ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΔΗΜΟΚΡΑΤΙΑ
ΝΟΜΟΣ ΑΤΤΙΚΗΣ
ΔΗΜΟΣ ΗΡΑΚΛΕΙΟΥ ΑΤΤΙΚΗΣ
Δ/ΝΣΗ ΠΑΙΔΕΙΑΣ, ΑΘΛΗΤΙΣΜΟΥ
& ΠΟΛΙΤΙΣΜΟΥ
ΤΜΗΜΑ ΑΘΛΗΤΙΣΜΟΥ
Τηλέφωνο: 213 2000 104, 107
Fax: 213 2000 111
E-mail: athlitiko.iraklio@gmail.com

Ηράκλειο Αττ.: 04.04.2019

Αρ. Πρωτ.: οικ. 7955

ΠΡΟΣ:

Δήμους, Αθλ. Οργανισμούς, Σωματεία,
ενδιαφερόμενους φορείς

ΓΥΜΝΑΣΤΡΑΔΑ 2019



29° Πανελλήνιο Φεστιβάλ Γυμναστικής για Όλους 11-12 Μαΐου 2019

Αθλητισμός σημαίνει πολιτισμός. Μέσα από τον Αθλητισμό καλλιεργείται η κοινωνικότητα, η ευγενής άμιλλα, ο υγιής ανταγωνισμός και η αισθητική. Παράλληλα σφυρηλατείται ο χαρακτήρας του ανθρώπου μέσα από την προσπάθεια της ψυχής και του σώματος.

Ο Δήμος Ηρακλείου Αττικής από την πρώτη στιγμή δίνει έμφαση στα μαζικά Προγράμματα Αθλητισμού για μικρούς και μεγάλους προκειμένου να στηρίξει την κοινωνικότητα μεταξύ των Πολιτών και ταυτόχρονα να προσφέρει μια καλύτερη ποιότητα ζωής στους κατοίκους της πόλης μας.

Η προσπάθεια από τον Δήμο μας είναι μεγάλη προκειμένου να πετύχουμε τους στόχους μας και να μπορέσουμε να εφαρμόσουμε στην πράξη το ρητό των αρχαίων «Νους υγιής εν σώματι υγιεί».

Στο πλαίσιο αυτής της γενικότερης προσπάθειας εντάσσεται και η διοργάνωση του **«29^{ου} Πανελληνίου Ξεστιβάλ Γυμναστικής για Όλους»**, που έχει σαν στόχο να φέρει πιο κοντά την νεολαία μας με παιδιά από όλη την Ελλάδα, ανταλλάσσοντας απόψεις σε θέματα αθλητισμού, πολιτισμού κτλ.

Η διοργάνωση ενισχύει τη χαρά της συμμετοχής, της ομαδικής εμπειρίας, της προσπάθειας και παράλληλα εμπνέει την αναζήτηση καινοτόμων θέσεων στη Γυμναστική.

Σας περιμένουμε όλους λοιπόν να λάβετε μέρος στο **«29^ο Πανελλήνιο Ξεστιβάλ Γυμναστικής για Όλους»** στις 11 και 12 Μαΐου 2019 στο Κλειστό Γυμναστήριο «Ολυμπιονίκης Χαρά Καρυάμη».

**Ο ΔΗΜΑΡΧΟΣ
ΗΡΑΚΛΕΙΟΥ ΑΤΤΙΚΗΣ**

ΝΙΚΟΛΑΟΣ ΜΠΑΜΠΑΛΟΣ

ΔΗΜΟΣ ΗΡΑΚΛΕΙΟΥ ΑΤΤΙΚΗΣ

ΔΙΕΥΘΥΝΣΗ ΠΑΙΔΕΙΑΣ, ΑΘΛΗΤΙΣΜΟΥ & ΠΟΛΙΤΙΣΜΟΥ
ΤΜΗΜΑ ΑΘΛΗΤΙΣΜΟΥ

ΓΥΜΝΑΣΤΡΑΔΑ 2019



29° Πανελλήνιο Φεστιβάλ Γυμναστικής για Όλους
11-12 Μαΐου 2019

ΚΛΕΙΣΤΟ ΓΥΜΝΑΣΤΗΡΙΟ ΗΡΑΚΛΕΙΟΥ ΑΤΤΙΚΗΣ
«ΟΛΥΜΠΙΟΝΙΚΗΣ ΧΑΡΑ ΚΑΡΥΑΜΗ»
Ζεφύρου 21 & Θησέως, Ηράκλειο Αττικής

Διοργάνωση: Δήμος Ηρακλείου Αττικής

ΗΜΕΡΟΜΗΝΙΑ ΔΙΕΞΑΓΩΓΗΣ:

- 11-12 ΜΑΪΟΥ 2019

ΓΕΝΙΚΟ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΔΙΟΡΓΑΝΩΣΗΣ:

- ΚΛΕΙΣΤΟ ΓΥΜΝΑΣΤΗΡΙΟ ΗΡΑΚΛΕΙΟΥ ΑΤΤΙΚΗΣ
«ΟΛΥΜΠΙΟΝΙΚΗΣ ΧΑΡΑ ΚΑΡΥΑΜΗ»
Ζεφύρου 21 & Θησέως, Ηράκλειο Αττικής

Σάββατο 11 ^η Μαΐου	1 ^{ος} Όμιλος	11:00
Σάββατο 11 ^η Μαΐου	2 ^{ος} Όμιλος	16:00
Σάββατο 11 ^η Μαΐου	3 ^{ος} Όμιλος	19:00
Κυριακή 12 ^η Μαΐου	4 ^{ος} Όμιλος	11:00
Κυριακή 12 ^η Μαΐου	5 ^{ος} Όμιλος	16:00
Κυριακή 12 ^η Μαΐου	6 ^{ος} Όμιλος	19:00

Η παρουσίαση του αναλυτικού προγράμματος καθώς και η ημέρα και ώρα παρουσίασής σας θα προσαρμοστεί αναλόγως των συμμετοχών και **θα αναρτηθεί στο διαδίκτυο 1 εβδομάδα πριν την έναρξη της εκδήλωσης.**

ΔΙΚΑΙΩΜΑ ΣΥΜΜΕΤΟΧΗΣ:

- Αθλητικά κέντρα, Δημοτικοί Οργανισμοί Άθλησης.
- Δημόσια & Ιδιωτικά Σχολεία.
- Αθλητικοί σύλλογοι, σχολές χορού.
- Τμήματα Α.Ε.Ι. - Τ.Ε.Ι. - Ι.Ε.Κ. κ.λ.π.
- Κ.Α.Π.Η.
- Σύλλογοι Α.Μ.Ε.Α.
- Ανεξάρτητες συλλογικότητες.

ΟΡΟΙ ΣΥΜΜΕΤΟΧΗΣ ΦΟΡΕΩΝ:

- Δεν υπάρχει όριο ηλικίας για τους συμμετέχοντες.
- Ο φορέας είναι υπεύθυνος για τις ιατρικές βεβαιώσεις των συμμετεχόντων.
- Οι φορείς οφείλουν να έχουν μαζί τους πλακάτ που να φέρει τον τίτλο τους.
- Η μουσική κάθε προγράμματος θα είναι ηχογραφημένη σε CD (audio CD όχι mp3) στο οποίο θα αναγράφεται ο τίτλος του προγράμματος και ο φορέας.
- Κάθε ομάδα θα απαρτίζεται από 10 τουλάχιστον άτομα.
- Ο κάθε Φορέας μπορεί να συμμετέχει το πολύ με τρία (3) προγράμματα **ανά ζώνη**.
- Οι αθλητές/ήτριες που θα λάβουν μέρος στην εν λόγω διοργάνωση θα είναι εγγεγραμμένοι στο μητρώο της Ε.Γ.Ο. και κάτοχοι σχετικών καρτών.

ΓΕΝΙΚΑ:

- Προσέλευση ομάδων 30 λεπτά πριν από την έναρξη κάθε ομίλου παρουσίασης.
- Οι ομάδες πρέπει να βρίσκονται στην έξοδο για την παρουσίαση του προγράμματος με ευθύνη των γυμναστών τους. Η είσοδος και έξοδος στο ταπί παρουσίασης της ομάδας και των συνοδών οργάνων/κατασκευών δεν μπορεί να υπερβαίνει τα δύο (2) λεπτά.
- Κάθε φορέας θα κρατά πλακάτ που θα αναγράφει ευκρινώς το όνομα του. (Δεν παρέχεται από τον διοργανωτή).

- Η εμφάνιση αθλητών και προπονητών πρέπει να είναι αυστηρά αθλητική.
- Η είσοδος στον αγωνιστικό χώρο επιτρέπεται μόνο με αθλητικά υποδήματα.
- Απαγορεύεται η χρήση οργάνων ή αυτοσχέδιων κατασκευών με αιχμηρές άκρες, υγρών, τοξικών υλικών, κεριών ή κάθε άλλου είδους για χρήση φωτιάς που μπορεί να προκαλέσουν φθορές στο παρκέ του αγωνιστικού χώρου ή το ταπί παρουσίασης.
- Η διοργάνωση δεν έχει ανταγωνιστικό και βαθμολογικό χαρακτήρα και ως εκ τούτου σε όλους τους συμμετέχοντες θα δοθούν αναμνηστικά διπλώματα και σε κάθε φορέα ειδικό έπαθλο.

ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΑ:

- Γυμναστικής (ακροβατική, ενόργανη, ρυθμική, αεροβική, step)
- Χορού (κλασικός, σύγχρονος, μοντέρνος, jazz)
- Η διάρκεια ορίζεται κατ' ανώτερο όριο στα 5 λεπτά.

ΠΑΡΕΧΟΜΕΝΑ ΟΡΓΑΝΑ:

- Τάπητας ενόργανης, διαστάσεων 14m x 14m x 3,6m, πάνω στον οποίο θα παρουσιάζονται τα προγράμματα
- Όργανα : 1 τραμπολίνο
2 στρώματα αλμάτων
3 στρώματα γυμναστικής

ΔΗΛΩΣΕΙΣ ΣΥΜΜΕΤΟΧΗΣ:

Οι ονομαστικές δηλώσεις συμμετοχής αθλητών - τριών των εθνικών σωματείων θα δηλώνονται μέσω της ηλεκτρονικής πλατφόρμας www.onlinego.gr και θα γίνονται δεκτές μέχρι και την 1^η Μαΐου 2019.

Για κάθε πρόγραμμα συμπληρώνεται ξεχωριστή δήλωση.

Στην αίτηση που ακολουθεί μπορείτε να συμπληρώσετε τον επιθυμητό Όμιλο παρουσίασης και στοιχεία που δεν περιλαμβάνονται στην ηλεκτρονική πλατφόρμα της Ε.Γ.Ο. και να την αποστείλετε, επιπροσθέτως, στην ηλεκτρονική διεύθυνση athlitiko.iraklio@gmail.com, έως και την 1^η Μαΐου 2019, με την προϋπόθεση ότι έχει ήδη κατατεθεί η ανωτέρω σχετική δήλωση στην Ε.Γ.Ο.

Για περισσότερες πληροφορίες επικοινωνήστε με το Τμήμα Αθλητισμού του Δήμου Ηρακλείου στο 213.2000.104, 107 (κ. Αλέκα Κούρλη, και κ. Τόνια Πανούτσου).

Η συμμετοχή στο 29^ο Φεστιβάλ Γυμναστικής για Όλους θα είναι ΔΩΡΕΑΝ.

ΔΗΛΩΣΗ ΑΠΟΔΟΧΗΣ ΟΡΩΝ ΣΥΜΜΕΤΟΧΗΣ

Με την δήλωση συμμετοχής του, ο Φορέας, οι προπονητές και οι αθλητές δηλώνουν ότι:

1. Λαμβάνουν μέρος με ευθύνη του Φορέα που εκπροσωπούν, ο οποίος και είναι υπεύθυνος για τον έλεγχο της εγκυρότητας και την τήρηση των ιατρικών βεβαιώσεων των αθλητών/τριών και ότι όλοι οι αθλητές έχουν προσκομίσει πρόσφατες ιατρικές βεβαιώσεις.
2. Έχουν λάβει γνώση των όρων και των προϋποθέσεων συμμετοχής τους και υποχρεούνται να συμμορφώνονται με όλες τις υποδείξεις των διοργανωτών.
3. Αποδέχονται πλήρως, αποδεσμεύουν και απαλλάσσουν τον διοργανωτή:
 - από οποιαδήποτε ευθύνη για τραυματισμό εντός ή εκτός του αγωνιστικού χώρου πριν, κατά και μετά την εμφάνιση του προγράμματος καθώς την ευθύνη της επιλογής των ασκήσεων, συμπεριλαμβανομένης και της επικινδυνότητας αυτών, για την σύνθεση των

προγραμμάτων έχει κατ' αποκλειστικότητα ο/η/οι προπονητής/τρια/τες του κάθε προγράμματος.

- από κάθε αξίωση σε περίπτωση απώλειας προσωπικών ειδών σε οποιοδήποτε μέρος του σταδίου.
 - Συμφωνούν και αποδέχονται την συλλογή, επεξεργασία και χρήση των προσωπικών τους δεδομένων με σκοπό την συμμετοχή τους στο Φεστιβάλ.
4. Ενημερώθηκαν οι προπονητές, οι υπεύθυνοι των φορέων και όλοι οι συμμετέχοντες ότι κατά τη διάρκεια της εκδήλωσης θα υπάρχει βιντεοσκόπηση και φωτογράφιση και ότι μπορεί να χρησιμοποιηθούν πλάνα και φωτογραφίες από την οργανωτική επιτροπή για διαφημιστικούς λόγους, στην ιστοσελίδα της διοργάνωσης καθώς και στα μέσα κοινωνικής δικτύωσης της διοργάνωσης.
5. Έχουν ενημερωθεί και τηρήσει τους κανόνες έκδοσης καρτών από την ΕΓΟ.

Σας ενημερώνουμε ότι καθ' όλη την διάρκεια της διοργάνωσης θα υπάρχει ιατρική κάλυψη για το ενδεχόμενο παροχής πρώτων βοηθειών.

Σημείωση:

Ότι δεν προβλέπεται από το παρόν ενημερωτικό έντυπο θα αντιμετωπίζεται από τον διοργανωτή κατά περίπτωση. Ο Διοργανωτής έχει το δικαίωμα να τροποποιήσει, καταργήσει ή να προσθέσει οτιδήποτε κρίνει ότι είναι για την καλύτερη οργάνωση της διοργάνωσης.



ΔΗΜΟΣ ΗΡΑΚΛΕΙΟΥ ΑΤΤΙΚΗΣ

ΔΗΛΩΣΗ ΣΥΜΜΕΤΟΧΗΣ

29° ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΟ ΦΕΣΤΙΒΑΛ ΓΥΜΝΑΣΤΙΚΗΣ ΓΙΑ ΟΛΟΥΣ
11 - 12 Μαΐου 2019

Στοιχεία Φορέα

Όνομα Φορέα	
Διεύθυνση	
Πόλη/ ΤΚ	
Τηλέφωνο	
FAX	
Email	

Στοιχεία Νόμιμου Εκπροσώπου Φορέα

Όνομα	
Επώνυμο	
Τηλέφωνο	
Email	

Στοιχεία Προπονητών

	Α' προπονητής	Β' προπονητής	Γ' προπονητής
Όνομα			
Επώνυμο			
Τηλέφωνο			
Email			

Στοιχεία Προγράμματος

Επιθυμητός Όμιλος	
Τίτλος προγράμματος	
Είδος (ρυθμική, χορός κλπ)	
Διάρκεια (λεπτά, δευτερόλεπτα)	
Συνολικός αριθμός αθλούμενων	
Αριθμός Αγοριών	
Αριθμός Κοριτσιών	
Εύρος Ηλικίας	
Όργανα για την εκτέλεση του Προγράμματος	
Παρατηρήσεις	

ΜΕ ΤΗ ΔΗΛΩΣΗ ΣΥΜΜΕΤΟΧΗΣ, ΔΗΛΩΝΩ ΟΤΙ ΕΧΩ ΛΑΒΕΙ ΓΝΩΣΗ ΤΩΝ ΟΡΩΝ ΣΥΜΜΕΤΟΧΗΣ
ΚΑΙ ΤΟΥΣ ΑΠΟΔΕΧΟΜΑΙ ΠΛΗΡΩΣ
Ο/Η ΔΗΛ_____

ΗΜΕΡΟΜΗΝΙΑ / ΟΝΟΜΑΤΕΠΩΝΥΜΟ / ΥΠΟΓΡΑΦΗ