



# Πανελλήνια Ομοσπονδία Μουάιτάι (Π.Ο.Μ.)



Αρ. μητρώου Γ.Γ.Α ΧΓ36

A MEMBER OF/RECOGNISED BY



Αθλητική Ομοσπονδία  
Μιλήτου 2, Αργυρούπολη,  
Αττική, Τ.Κ. 164 51  
Τηλ: 210 96 03 031  
E-mail: [pmf@pmf.gr](mailto:pmf@pmf.gr)

## Θέμα: Παγκόσμιο Πρωτάθλημα Μουάιτάι IFMA 2019

Προς : Συλλόγους – Μέλη της ΠΟΜ,

Αγαπητά Μέλη,

Θα θέλαμε να σας ανακοινώσουμε το Παγκόσμιο Πρωτάθλημα Μουάιτάι 2019 IFMA το οποίο θα διεξαχθεί 19-30 Ιουλίου στην Μπανγκόκ με το σύνθημα «Το Μουάιτάι επιστρέφει στο σπίτι του».

Αυτή είναι μια επίσημη πρόσκληση του συλλόγου σας ώστε να συμμετάσχει στο ετήσιο αυτό αθλητικό γεγονός της IFMA το οποίο συμπεριλαμβάνει πολιτισμικές ανταλλαγές, αθλητικά και κοινωνικά δρώμενα και φυσικά τη διεξαγωγή του παγκοσμίου πρωταθλήματος. Αυτή τη χρονιά το Παγκόσμιο Πρωτάθλημα θα συμπεριλάβει πέρα από την παραδοσιακή ελίτ κατηγορία και μία ανταγωνιστική Β' κατηγορία κάτω των 23 ετών.

Το Παγκόσμιο Πρωτάθλημα του 2019 έχει συμπεριληφθεί μεταξύ άλλων και ως μία από τις επίσημες προκριματικές διοργανώσεις για τα World Games 2021 και όσοι καταφέρουν να πάρουν μετάλλιο θα λάβουν και πόντους στο σύστημα αξιολόγησης.

## Δηλώσεις συμμετοχής – Κόστος – Πρόγραμμα/Ημερομηνίες

Επίσημες ημερομηνίες : 19-30 Ιουλίου

19-20 Ιουλίου : Αφίξεις

20 Ιουλίου : Πρώτη προ-κλήρωση ζύγιση

21 Ιουλίου : Προ-κλήρωση ζύγιση για τις τελευταίες αφίξεις, κλήρωση και Τελετή Έναρξης

22 Ιουλίου : Προκριματικοί αγώνες

26 Ιουλίου : Ημέρα ξεκούρασης – Πολιτιστικές Εκδηλώσεις – Απονομές Βραβείων

28 Ιουλίου : Τελικοί και απονομές μεταλλίων

29 Ιουλίου : Τελικοί και απονομές μεταλλίων

30 Ιουλίου : Αναχωρήσεις





# Πανελλήνια Ομοσπονδία Μουάιτάι (Π.Ο.Μ.)



Αρ. μητρώου Γ.Γ.Α ΧΓ36

A MEMBER OF/RECOGNISED BY



Οι συμμετέχοντες του Παγκοσμίου Πρωταθλήματος 2019 πρέπει υποχρεωτικά να διαμείνουν στα επίσημα ξενοδοχεία της διοργάνωσης για να λάβουν διαπίστευση. Επίσης πρέπει να εγγραφούν στη διοργάνωση μέσω της επίσημης πλατφόρμας (ifmalive.com) και να έχουν έγκυρη συνδρομή στο σύστημα (20\$ ανά έτος).

## Κόστος Φιλοξενίας:

**Για όλες τις κρατήσεις που έχουν επιβεβαιωθεί και πληρωθεί μέχρι τις 20 Ιουνίου:**

Διπλό δωμάτιο 70€ το άτομο για κάθε νύχτα

VIP Μονό Δωμάτιο 99€ το άτομο για κάθε νύχτα

**Για όλες τις κρατήσεις μετά τις 20 Ιουνίου και όλες τις πληρωμές με μετρητά κατά την άφιξη, οι οποίες θα γίνονται δεκτές μόνο στο τοπικό νόμισμα:**

Διπλό δωμάτιο 77€ το άτομο για κάθε νύχτα

VIP Μονό Δωμάτιο 112€ το άτομο για κάθε νύχτα

Περιλαμβάνονται : Μεταφορά από και προς το αεροδρόμιο και το ξενοδοχείο στις 19, 20 και 29 Ιουλίου καθώς και όλα τα γεύματα.

## Πολιτική ακυρώσεων:

Ακυρώσεις 15 και πλέον ημερών νωρίτερα της ημέρας αφίξεων θα επιφέρει 10% χρέωση.

Ακυρώσεις 2 ή λιγότερες ημέρες πριν από την ημέρα αφίξεων θα επιφέρουν 100% χρέωση.

Η πλατφόρμα ifmalive.com ανοίγει στις 20 Φεβρουαρίου.

Όλοι οι συμμετέχοντες θα πρέπει να βεβαιωθούν για το αν χρειάζονται Visa για να εισέλθουν στην Ταϊλάνδη και να επικοινωνήσουν με την πρεσβεία εάν αυτό κρίνεται απαραίτητο. Η IFMA μπορεί να παρέχει γράμμα-πρόσκληση σε όποιον το επιθυμεί.\*

Οι παρόντες κανόνες και κανονισμοί είναι σύμφωνοι με τους ισχύοντες κανόνες και κανονισμούς της Διεθνούς Ομοσπονδίας Ερασιτεχνικού Μουάιτάι (IFMA).

## Επιλεξιμότητα του αθλητή

Τα Παγκόσμια Πρωταθλήματα IFMA του 2019 (Elite Divisions Only) και τα Διεθνή Τουρνουά (Ανταγωνιστική Β Κατηγορία Μόνο) είναι ανοικτά σε όλους τους αθλητές που πληρούν τα ακόλουθα κριτήρια επιλεξιμότητας. Οι συμμετοχές γίνονται αποδεκτές μόνο μέσω της Ομοσπονδίας (Π.Ο.Μ.) η οποία είναι επίσημος εκπρόσωπος της IFMA για την Ελλάδα.





# Πανελλήνια Ομοσπονδία Μουάιτάι (Π.Ο.Μ.)



Αρ. μητρώου Γ.Γ.Α ΧΓ36

A MEMBER OF/RECOGNISED BY



- Οι διαγωνιζόμενοι στην Ανώτερη Ανδρική ή Γυναικεία Κατηγορία (Παγκόσμιο Πρωτάθλημα IFMA) πρέπει να είναι τουλάχιστον 17 ετών, αλλά όχι άνω των 40 ετών.
- Οι διαγωνιζόμενοι στο τμήμα Ανταγωνιστικής Κατηγορίας Β Ανδρών (IFMA International Tournament) πρέπει να είναι τουλάχιστον 17 ετών, αλλά όχι άνω των 23 ετών.
- Δεν θα επιτρέπεται στους κατόχους χρυσού μεταλλίου στην Ανταγωνιστική Κατηγορία Β των προηγούμενων εκδηλώσεων της IFMA να παραμείνουν στην Κατηγορία Ανταγωνισμού Β και πρέπει να διαγωνιστούν στην Α Κατηγορία . Οι καταχωρήσεις θα παρακολουθούνται / θα ελέγχονται από την IFMA, ωστόσο, εάν ανακαλυφθεί το γεγονός ότι μια ομοσπονδία έχει δηλώσει τέτοιο αθλητή σε αυτό το τμήμα, και έχει ήδη ένα Elite αθλητή στην ίδια κατηγορία βάρους, ο αθλητής θα αποκλειστεί και δεν θα επιτρέπεται να αγωνιστεί.
- Οι ασημένιοι και χάλκινοι στην Ανταγωνιστική Κατηγορία Β των προηγούμενων εκδηλώσεων της IFMA θα αναλυθούν και θα εξεταστούν από την επιτροπή επιλογής ως προς το εάν θα τους επιτραπεί να μείνουν στην κατηγορία Β ή να μετακινηθούν στην Elite (Α).
- Κάθε καταχώρηση της Ανταγωνιστικής Κλάσης θα υποβληθεί σε έλεγχο και θα πάρει έγκριση από το διεθνές γραφείο της IFMA και την επιτροπή επιλογής με επικεφαλής τον Τεχνικό Αντιπρόσωπο.

## Λοιπές απαιτήσεις

- Ο αγωνιζόμενος δεν πρέπει να κατατάσσεται στο Top 10 σε οποιοδήποτε επαγγελματικό στάδιο της Ταϊλάνδης.
- Ο διαγωνιζόμενος πρέπει να έχει την ίδια εθνικότητα με την Εθνική Ομοσπονδία που έχει κάνει εγγραφή και θα γίνεται ταυτοποίηση με την προσκόμιση διαβατηρίου ή άλλου επίσημου εγγράφου. Αν ένας διαγωνιζόμενος έχει περισσότερες από μία εθνικότητες, τότε θα μπορεί να αντιπροσωπεύει μόνο μία χώρα και στη συνέχεια δεν μπορεί να εκπροσωπή οποιαδήποτε άλλη χώρα, μέχρις ότου παρέλθει περίοδος τριών (3) ετών. Εάν επιθυμούν οι δύο ενδιαφερόμενες ομοσπονδίες, μπορούν να ζητήσουν από την IFMA να μειώσει ή ακόμα και να καταστείλει αυτή την καθυστέρηση σύμφωνα με τους κανόνες και κανονισμούς της IFMA.
- Το Εκτελεστικό Συμβούλιο της IFMA διατηρεί το δικαίωμα να επιτρέπει στους συμμετέχοντες να εκπροσωπούν τη χώρα της οποίας είναι μόνιμη κατοικία αντί της ιθαγένειας του διαβατηρίου, δεδομένου ότι ο αθλητής ποτέ δεν εκπροσωπούσε τη χώρα του καταγωγής στο διαβατήριό τους.

## Συμμετέχουσες ομάδες

- Οι εθνικές ομάδες όλων των μελών της IFMA (\* με εισφορές που καταβάλλονται μέχρι το 2019) προσκαλούνται να συμμετάσχουν στο πρωταθλήματα.
- Κάθε χώρα μπορεί να στείλει μόνο μία εθνική ομάδα για να συμμετάσχει στα πρωταθλήματα.
- Κάθε ομάδα επιτρέπεται να στέλνει μόνο έναν διαγωνιζόμενο για κάθε κατηγορία βάρους κάθε τμήματος (ανδρών – γυναικών).





# Πανελλήνια Ομοσπονδία Μουαίται (Π.Ο.Μ.)



Αρ. μητρώου Γ.Γ.Α ΧΓ36

A MEMBER OF/RECOGNISED BY



- Για κάθε 6 αθλητές που εισέρχονται, κάθε ομάδα ΠΡΕΠΕΙ να διαθέτει τουλάχιστον 1 Τεχνικό Επίτροπο Ομάδας (R & J)  
Τμήματα του διαγωνισμού  
\*\* Σημείωση: Εάν υπάρχουν λιγότερες από 3 συμμετοχές σε οποιοδήποτε τμήμα, ο διαγωνισμός δεν θα διεξαχθεί για το συγκεκριμένο τμήμα.

KG	B	M	F
45	✓		✓
48	✓	✓	✓
51	✓	✓	✓
54	✓	✓	✓
57	✓	✓	✓
60	✓	✓	✓
63.5	✓	✓	✓
67	✓	✓	✓
71	✓	✓	✓
75	✓	✓	✓
+75			✓
81	✓	✓	
86	✓	✓	
91	✓	✓	
+91	✓	✓	



## Ιατρικός έλεγχος και ζύγιση

Όλοι οι διαγωνιζόμενοι πρέπει να έχουν ιατρικό πιστοποιητικό και να ζυγιστούν την ημέρα έναρξης των Πρωταθλημάτων που περιγράφονται στο τεχνικό εγχειρίδιο. Κάθε διαγωνιζόμενος πρέπει να έχει ιατρικό πιστοποιητικό και να ζυγιστεί το πρωί του διαγωνισμού για κάθε αγώνα. Το Βιβλίο Εγγραφών (δελτίο αθλητή) πρέπει να παρουσιάζεται σε κάθε ιατρικό έλεγχο. Σύμφωνα με τον κανόνα 23 της IFMA, όλα οι διαγωνιζόμενοι πρέπει να έχουν στην κατοχή τους το έντυπο ιατρικής δήλωσης IFMA το οποίο διατίθεται στη διεύθυνση: (<http://www.ifmamuaythai.org/technical-reference/athletes-medical-declaration-form/>) υπογεγραμμένο από εξουσιοδοτημένο γιατρό, δηλώνοντας ότι προτού εγκαταλείψει τη χώρα του ήταν σε καλή φυσική κατάσταση και δεν υπέφερε από τραυματισμό, λοίμωξη ή αναπηρία που ενδέχεται να επηρεάσουν την ικανότητά του να αγωνισθεί στη χώρα που επισκέπτεται. Το έγγραφο αυτό πρέπει να συνοδεύεται από αποτελέσματα ανάλυσης αίματος για τον ιό **HIV**, την ηπατίτιδα **B** και την ηπατίτιδα **C**. Τα έγγραφα αυτά πρέπει να σαρωθούν και να σταλούν στην επίσημη πλατφόρμα εγγραφής πριν από την πρώτη επίσημη ζύγιση





# Πανελλήνια Ομοσπονδία Μουάιτάι (Π.Ο.Μ.)



Αρ. μητρώου Γ.Γ.Α ΧΓ36

A MEMBER OF/RECOGNISED BY



αναφέροντας : ΧΩΡΑ / ΟΝΟΜΑ / ΕΠΩΝΥΜΟ του αθλητή στο πεδίο θέμα του μηνύματος ηλεκτρονικού ταχυδρομείου.

Αυτά τα έγγραφα πρέπει επίσης να επισυνάπτονται με το δελτίο αθλητή κατά την ιατρική εξέταση.

Η μορφή της ιατρικής δήλωσης και του τεστ αίματος δεν μπορεί να είναι μεγαλύτερη των 6 μηνών και πρέπει να είναι στην αγγλική γλώσσα.

Οι γιατροί που είναι επιφορτισμένοι με τις ιατρικές εξετάσεις εξουσιοδοτούνται να διενεργούν δοκιμασία φασματοσκοπίας ούρων για αφυδάτωση σε οποιοδήποτε αθλητή σε οποιαδήποτε δεδομένη στιγμή υποψιαστούν συμπτώματα αφυδάτωσης. Οποιοσδήποτε αθλητής με πυκνότητα ούρων πάνω 1.030 δεν επιτρέπεται να ανταγωνιστεί. Ως εκ τούτου, η μέθοδος της κοπής βάρους από το λίπος έναντι του νερού είναι εξαιρετικά προτιμώμενη .

Όλοι οι αθλητές και οι προπονητές θα χρειαστεί επίσης να συμπληρώσουν τη δήλωση καταγραφής βάρους η οποία βρίσκεται στο Ρ.2 του εντύπου ιατρικής δήλωσης της IFMA.

Όλοι οι γυναίκες συμμετέχοντες πρέπει να υπογράψουν τη δήλωση μη εγκυμοσύνης που βρίσκεται στο κάτω μέρος της φόρμας IFMA Medical.

## Αλλαγή Κατηγοριών

Το πρωί της επίσημης ζύγισης, αν το βάρος ενός αθλητή είναι πάνω από το δηλωμένο βάρος, επιτρέπεται να μετακινηθεί σε υψηλότερη κατηγορία βάρους.

## Κλήρωση ονομάτων

Η κλήρωση θα διεξαχθεί μετά τον τελικό επίσημο ιατρικό έλεγχο και τη ζύγιση. Κατά τη διάρκεια αυτής πρέπει να είναι παρών ο διευθυντής ομάδας ή ο προπονητής ή ένας επιλεγμένος εκπρόσωπος από κάθε χώρα.

## Εμφάνιση του διαγωνιζόμενου

Ο διαγωνιζόμενος πρέπει να φοράει το επίσημο σορτς και το αμάνικο φανελάκι της IFMA WC2019 σε κόκκινο ή μπλε χρώμα, σύμφωνα με τη γωνιά του/της. Η στολή πρέπει να αγοραστεί από την IFMA στη συνάντηση των Team Manager. Ο αγωνιζόμενος πρέπει να φορέσει ένα Mongkon (ιερό κεφαλόδεσμο) κατά τη διάρκεια του WaiKru πριν από τον αγώνα. Ένα φυλακτό μπορεί να φορεθεί γύρω από τον άνω





# Πανελλήνια Ομοσπονδία Μουάιτάι (Π.Ο.Μ.)



Αρ. μητρώου Γ.Γ.Α ΧΓ36

A MEMBER OF/RECOGNISED BY



βραχίονα αλλά πρέπει να καλύπτεται τακτοποιημένα. Ο αγωνιζόμενος πρέπει να φορέσει την κάσκα, τα γάντια, τα προστατευτικά όπως προβλέπεται από την Οργανωτική Επιτροπή. Οι διαγωνιζόμενοι πρέπει να φορούν τα δικά τους προστατευτικά (άνδρες και γυναίκες), και την προστασία του μαστού (γυναίκες μόνο) και τις επικαλαμίδες. Τα νύχια πρέπει να είναι κομμένα κοντά. Τα γένια πρέπει να ναι ξυρισμένα.

## Επίδεσμοι

Οι διαγωνιζόμενοι πρέπει να χρησιμοποιήσουν τους επίδεσμους που παρέχονται από την Οργανωτική Επιτροπή, τα οποία θα συμπεριληφθούν στη στολή.

## Χρονισμός των Γύρων

3 γύροι των 3 λεπτών για τους άνδρες και τις γυναίκες. Πλήρες 1 λεπτό ανάπαυσης μεταξύ των γύρων.

\*\* Η διακοπή του αγώνα για προειδοποιήσεις, καταμέτρηση, τοποθέτηση ενδυμάτων ή εξοπλισμού, για παρατήρηση συμπεριφοράς ή για οποιαδήποτε άλλο λόγο δεν περιλαμβάνεται στην περίοδο του γύρου.

## Συμπεριφορά αγωνιζομένων

Όλοι οι διαγωνιζόμενοι πρέπει να συμπεριφέρονται σύμφωνα με τον κώδικα δεοντολογίας IFMA (βλ. <http://www.ifmamuythai.org/technicalreference/ifma-code-of-ethics/>)

Ένας καλός αθλητής ακολουθεί τους κανόνες και τους κανονισμούς που ορίζονται.

Οι διαγωνιζόμενοι θα τιμωρούνται για τυχόν παραβάσεις.

## Ο γιατρός

Θα υπάρχει πάντα ένας γιατρός κοντά στο ρινγκ. Ένας γιατρός θα διοριστεί ως επικεφαλής.

## Αποφάσεις

Όλες οι προσφυγές πρέπει να είναι σύμφωνες με τους κανόνες και κανονισμούς της Διεθνούς Ομοσπονδίας Ερασιτεχνικού Muaythai (IFMA) για διεθνής τουρνουά και διαγωνισμούς.

## Βραβεία





# Πανελλήνια Ομοσπονδία Μουάιτάι (Π.Ο.Μ.)



Αρ. μητρώου Γ.Γ.Α ΧΓ36

A MEMBER OF/RECOGNISED BY



Σε κάθε κατηγορία της Elite Division Ανδρών / Γυναικών , ο νικητής του τελικού αγώνα θα είναι ο πρωταθλητής και θα πάρει το χρυσό μετάλλιο του παγκόσμιου πρωταθλήματος IFMA. Οι άλλοι φιναλίστ θα λάβουν το ασημένιο μετάλλιο IFMA World Championship και οι δύο ημι-φιναλίστ θα λάβουν από ένα χάλκινο μετάλλιο του IFMA World Championship. Σε κάθε κατηγορία βάρους της Κατηγορίας Β, ο νικητής του τελικού αγώνα θα λάβει το χρυσό μετάλλιο IFMA International Tournament. Οι άλλοι φιναλίστ θα λάβουν το ασημένιο μετάλλιο της IFMA International Tournament και 2 χάλκινα μετάλλια του IFMA International Tournament θα απονεμηθούν στους 2 ημιτελικούς.

## Έλεγχος Ντόπινγκ

Οι αθλητές και οι εκπρόσωποι των ομάδων που θα συμμετάσχουν στο Παγκόσμιο Πρωτάθλημα υπόκεινται και πρέπει να συμμορφώνονται με τους κανονισμούς Αντιντόπινγκ της IFMA. Αυτοί οι κανονισμοί, που είναι σύμφωνοι με τον Διεθνή Κώδικα Αντιντόπινγκ και τα διεθνή πρότυπα, συναντώνται και στην ιστοσελίδα της IFMA.

Η Επίσημη Αθλητική Αρχή της Ταϊλάνδης θα διεξάγει τεστ κατά τη διάρκεια των αγώνων. Η THA-NADO, ο εθνικός οργανισμός αντιντόπινγκ της Ταϊλάνδης, θα συλλέγει τα δείγματα και αυτά θα αναλύονται από το εγκεκριμένο εργαστήριο της WADA στην Μπανγκόκ.

Κατά τη διάρκεια της διοργάνωσης, οι αθλητές μπορεί να υποβληθούν σε έλεγχο ούρων ή αίματος, ανεξαρτήτως ώρας και μέρους, και χωρίς προειδοποίηση.

Είναι στην ευθύνη κάθε αθλητή να γνωρίζει πως καμία απαγορευμένη ουσία δεν υπάρχει στον οργανισμό του. Οι αθλητές είναι υπεύθυνοι για οποιαδήποτε τέτοια ουσία βρεθεί στο σώμα του και πρέπει να είναι εξαιρετικά προσεκτικοί με τη λήψη συμπληρωμάτων διατροφής.

Ο διεθνής κώδικας αντιντόπινγκ επιτρέπει στους αθλητές να αιτηθούν άδεια χρήσης για θεραπευτικούς σκοπούς, ουσίες που βρίσκονται στην απαγορευμένη λίστα.

Αφού κάποιος αθλητής κάνει σχετική αίτηση υποβάλλοντας μαζί και τα απαραίτητα ιατρικά δικαιολογητικά στην IFMA, η διαδικασία λήψης της απόφασης από την αρμόδια επιτροπή της IFMA μπορεί να διαρκέσει έως και 30 μέρες, καθώς και η έκδοση πιστοποιητικού σε περίπτωση που η αίτηση γίνει δεκτή.

Σε περίπτωση που υπάρξει παράβαση του κανονισμού αντιντόπινγκ, η IFMA είναι υπεύθυνη για τον αρχικό χειρισμό της διαδικασίας και τη λήψη απόφασης για επιβολή κυρώσεων, όπως αποκλεισμό από διοργανώσεις.

**ΑΡΧΙΚΟ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΠΑΓΚΟΣΜΙΟΥ ΠΡΩΤΑΘΛΗΜΑΤΟΣ 2019**





# Πανελλήνια Ομοσπονδία Μουαίται (Π.Ο.Μ.)



Αρ. μητρώου Γ.Γ.Α ΧΓ36

A MEMBER OF/RECOGNISED BY



## Παρασκευή 19 Ιουλίου 2019

10.00 - 22.00 Αφίξεις / Εγγραφές

15.00 - 18.00 Σεμινάριο διαιτητών/ κριτών μέρα 1η

## Σάββατο 20 Ιουλίου 2019

10.00 - 22.00 Αφίξεις / Εγγραφές

10.00 - 16.00 Σεμινάριο διαιτητών/ κριτών μέρα 2η

16.00-19.00 Πρώτη επίσημη ζύγιση και ιατρικός έλεγχος

## Κυριακή 21 Ιουλίου 2019

06.00 Άνοιγμα προπονητικών εγκαταστάσεων

07.00-10.00 Ζύγιση αργοπορημένα αφιχθέντων και ιατρικός έλεγχος

13.00 Συνάντηση Υπευθύνων Ομάδων κι Επίσημη Κλήρωση

Τελετή έναρξης

20.00 - 23.00 Βραδινό γεύμα

22.00 Κλείσιμο προπονητικών εγκαταστάσεων

## Δευτέρα 22 Ιουλίου 2019

06.00 Άνοιγμα προπονητικών εγκαταστάσεων

07.00-09.00 Ζύγιση και ιατρικός έλεγχος

10.00-12.00 Σεμινάριο διαιτητών/ κριτών μέρα 3η

13.30-15.00 Ενημέρωση διαιτητών / κριτών

15.00 Προκριματικοί αγώνες

22.00 Κλείσιμο προπονητικών εγκαταστάσεων

## Τρίτη 23 Ιουλίου 2019

06.00 Άνοιγμα προπονητικών εγκαταστάσεων

07.00-09.00 Ζύγιση και ιατρικός έλεγχος

10.00-12.00 Συνάντηση διαιτητών / κριτών

13.30 Ενημέρωση διαιτητών/κριτών

15.00 Προκριματικοί αγώνες

22.00 Κλείσιμο προπονητικών εγκαταστάσεων

## Τετάρτη 24 Ιουλίου 2019

06.00 Άνοιγμα προπονητικών εγκαταστάσεων

07.00-09.00 Ζύγιση και ιατρικός έλεγχος

13.30 Ενημέρωση διαιτητών / Κριτών

15.00 Προκριματικοί αγώνες







# Πανελλήνια Ομοσπονδία Μουαίται (Π.Ο.Μ.)



Αρ. μητρώου Γ.Γ.Α ΧΓ36

A MEMBER OF/RECOGNISED BY



22.00 Κλείσιμο προπονητικών εγκαταστάσεων

## Πέμπτη 25 Ιουλίου 2019

06.00 Άνοιγμα προπονητικών εγκαταστάσεων

07.00-09.00 Ζύγιση και ιατρικός έλεγχος

08.30-11.30 Συνάντηση εκτελεστικού συμβουλίου IFMA

13.30 Ενημέρωση διαιτητών/ κριτών

15.00 Προημιτελικοί αγώνες

22.00 Κλείσιμο προπονητικών εγκαταστάσεων

## Παρασκευή 26 Ιουλίου 2019

### REST DAY

06.00 Άνοιγμα προπονητικών εγκαταστάσεων

08.30-11.30 IFMA Ετήσια Γενική Συνάντηση

Κοινωνικές εκδηλώσεις // Πολιτιστικό πρόγραμμα

22.00 Κλείσιμο προπονητικών εγκαταστάσεων

## Σάββατο 27 Ιουλίου 2019

06.00 Άνοιγμα προπονητικών εγκαταστάσεων

07.00-09.00 Ζύγιση και ιατρικός έλεγχος

09.00 - 12.00 IGLA μέρα 1η

13.30 Ενημέρωση διαιτητών/κριτών

15.00 Ημιτελικοί αγώνες

22.00 Κλείσιμο προπονητικών εγκαταστάσεων

## Κυριακή 28 Ιουλίου 2019

06.00 Άνοιγμα προπονητικών εγκαταστάσεων

07.00-09.00 Ζύγιση και ιατρικός έλεγχος

09.00 - 12.00 IGLA μέρα 2η

13.30 Ενημέρωση διαιτητών / κριτών

15.00 Τελικοί και απονομή μεταλλίων

22.00 Κλείσιμο προπονητικών εγκαταστάσεων

## Δευτέρα 29 Ιουλίου 2019

06.00 Άνοιγμα προπονητικών εγκαταστάσεων

07.00-09.00 Ζύγιση και ιατρικός έλεγχος





# Πανελλήνια Ομοσπονδία Μουαίται (Π.Ο.Μ.)



Αρ. μητρώου Γ.Γ.Α ΧΓ36

A MEMBER OF/RECOGNISED BY



09.00 - 12.00	IGLA μέρα 3η
13.30	Ενημέρωση διαιτητών / κριτών
11.00	Τελικοί και απονομή μεταλλίων
21.00	Gala βραβεύσεων // Τελετή λήξης

Τρίτη 30 Ιουλίου 2019

Αναχωρήσεις

*\*Το πρόγραμμα είναι προσωρινό και υπόκειται σε αλλαγές.*

Καλή επιτυχία σε όλους τους αθλητές.

Μετά τιμής

Ο Πρόεδρος

Ιωάννης Παπαδόπουλος

Ο Γ. Γραμματέας

Ιωάννης Χάλαρης

