



Πανελλήνια Ομοσπονδία Μουαϊτάι (Π.Ο.Μ.)



Αρ. μητρώου Γ.Γ.Α ΧΓ36

A MEMBER OF/RECOGNISED BY



## Προκήρυξη Αγώνων

# ΚΑΛΟΚΑΙΡΙΝΕΣ ΔΡΑΣΕΙΣ ΜΟΥΑΪΤΑΪ

## «SUMMER ΜΟΥΑΪΤΑΪ 2020»

**28-29-30 Αυγούστου**

**Κατηγορίες:**

Βετεράνων 35+

Ενηλίκων 17-40

Minions in the Ring 6-16

**Sport Camp Λουτράκι**

Κέντρο Άθλησης και Αναψυχής  
Περιοχή Κατουνίστρα, Λουτράκι

Τ.Θ. 150

ΛΟΥΤΡΑΚΙ 20300





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



Αρ. μητρώου Γ.Γ.Α ΧΓ36

A MEMBER OF/RECOGNISED BY



Η Πανελλήνια Ομοσπονδία Μuaythai (Π.Ο.Μ) σας προσκαλεί στους αγώνες Summer Muaythai 2020 που θα πραγματοποιηθούν το τριήμερο **28, 29 και 30 Αυγούστου 2020**.

Ο χώρος διεξαγωγής των αγώνων είναι το Sport Camp στο Λουτράκι.

Η διοργάνωση θα αφορά **Σεμινάρια & Προπονήσεις Αγωνιστικού Muaythai**, **Αγώνες Ενηλίκων – Βετεράνων**, **Αγώνες, Minions in the Ring, Muay Talay**, (παιχνίδια στην πισίνα), **τοξοβολία** και **καλοκαιρινές δράσεις για μικρούς και μεγάλους**.

## Λεπτομέρειες

### **Σεμινάρια & Προπονήσεις Αγωνιστικού Muaythai**

Κατά το τριήμερο θα πραγματοποιούνται προπονήσεις φυσικής κατάστασης και σεμινάρια από έμπειρους προπονητές της Ομοσπονδίας μας.

### **Αγώνες Ενηλίκων**

Οι αγώνες αφορούν ενήλικες 17-40 ετών

### **Αγώνες Βετεράνων**

Οι αγώνες αφορούν ενήλικες 35+ και θα είναι αγώνες μέτριας έντασης με αποτέλεσμα.

### **Αγώνες Minions in the Ring**

Οι αγώνες αφορούν τους μικρούς μας φίλους (6-17)

### **Muay Talay**

Παιχνίδια αγωνιστικού Μουάιτάι στην πισίνα.

Πρόκειται για μια πρωτοπορία της IFMA (Παγκόσμια Ομοσπονδία Μουάιτάι – αναγνωρισμένη από την Διεθνή Ολυμπιακή Επιτροπή), που έχει ως σκοπό να διασκεδάσει, να ψυχαγωγήσει και να γυμνάσει ταυτόχρονα μικρούς και μεγάλους.

### **Άλλες Καλοκαιρινές Δράσεις**

Για τους μικρούς μας φίλους θα υπάρχουν παιχνίδια κρυμμένου θησαυρού, παιχνίδια στην πισίνα και άλλες πολλές δράσεις.

Είναι μια ευκαιρία να αποχαιρετήσουμε όλοι μαζί το καλοκαίρι και να ενημερωθείτε από την διοίκηση της Ομοσπονδίας για τα σχέδια της νέας σεζόν.





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



Αρ. μητρώου Γ.Γ.Α ΧΓ36

A MEMBER OF/RECOGNISED BY



## Διευκρίνιση για την κατηγοριοποίηση των αθλητών:

Το ζευγάρι των αθλητών θα γίνεται βάσει της αγωνιστικής τους εμπειρίας, δηλαδή τον αριθμό αγώνων που αναγράφεται στη δήλωση συμμετοχής.

Όσον αφορά τη κατηγορία Βετεράνων δικαίωμα συμμετοχής έχουν παλαιμάχοι αθλητές καθώς και ενήλικοι αθλητές του Μουάιτάι που επιστρέφουν στην αγωνιστική δράση μετά από πολύμηνη αποχή.

Οι αγώνες αυτής της κατηγορίας θα είναι **μέτριας έντασης (50%)**, με αποτέλεσμα στο πλαίσιο του **VS (1 εναντίον 1)**. Σε περίπτωση, κατά την οποία ο αθλητής υπερβαίνει την ένταση, θα διακόπτεται ο αγώνας εις βάρος του, κατόπιν σχετικής απόφασης διαιτητή –κριτών.

**Κατά τα λοιπά, ισχύουν οι επίσημοι κανόνες διεξαγωγής αγώνων της Ομοσπονδίας μας και βάσει του Υγειονομικού Πρωτοκόλλου.**

## Υγειονομικό Πρωτόκολλο

Όλοι οι αθλητές, προπονητές, συνοδοί και διαιτητές κατά την είσοδό τους θα υπογράφουν στον «Κατάλογο εισερχομένων-εξερχομένων».

Οι αθλητές θα πρέπει να έχουν μαζί τους:

1. Δελτίο Αθλητικής Ιδιότητας
2. Κάρτα Υγείας Αθλητή
3. Ιατρική Βεβαίωση για είσοδο σε αθλητικές εγκαταστάσεις (covid)

## Σημαντικές διευκρινίσεις:

Η **επίσημη δήλωση** των αθλητών κάθε αθλητικού σωματείου θα γίνεται μέσω των έντυπων αιτήσεων συμμετοχής.

Οι αιτήσεις συμμετοχής θα πρέπει να συνοδεύονται από το αποδεικτικό κατάθεσης, στο οποίο θα αναγράφονται ως αιτιολογία «όνομα σωματείου, συνολικός αριθμός αθλητών» (π.χ. «**Α.Σ. ΕΠΩΝΥΜΙΑ ΣΩΜΑΤΕΙΟΥ**», 25), ώστε να θεωρούνται έγκυρες.

Κάθε **σωματείο** υποχρεούται να υποδείξει τουλάχιστον **ένα μέλος** του, ως **υπεύθυνο ροής**, ο οποίος θα επωμίζεται το βάρος του συντονισμού των αθλητών του σωματείου του.

Επίσης είναι στην ευχέρεια του κάθε σωματείου να προσφέρει εθελοντική βοήθεια. Τα σωματεία θα πρέπει εγκαίρως να δηλώσουν τους εθελοντές τους μέσω του ηλεκτρονικού ταχυδρομείου ([pmf@pmf.gr](mailto:pmf@pmf.gr)) στην Π.Ο.Μ.

## Κανόνες και κανονισμοί





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



Αρ. μητρώου Γ.Γ.Α ΧΓ36

A MEMBER OF/RECOGNISED BY



## Διάρκεια γύρων:

Για όλους τους αθλητές, ο αγώνας αποτελείται από 2 γύρους των 1,5' λεπτών, με 1' λεπτό διάλειμμα μεταξύ των γύρων.

Η διακοπή του αγώνα για προειδοποίηση, παρατήρηση, μέτρημα αθλητή ή διόρθωση εξοπλισμού ή για οποιοδήποτε άλλο λόγο δεν περιλαμβάνεται στην περίοδο του γύρου.

## Γενικοί Κανόνες

- Η **ηλικία** ενός αθλητή καθορίζεται από την **πλήρη ημερομηνία γέννησής** του και όχι μόνο τη χρονιά.
- Σε περίπτωση που δεν υπάρχει αντίπαλος σε κάποια κατηγορία κιλών ο αθλητής θα **ανεβαίνει** αυτόματα στην επόμενη **κατηγορία**, όπου αυτό είναι εφικτό, και εφόσον πρόκειται για 2 ή περισσότερες κατηγορίες, κατόπιν συνεννόησης με τον προπονητή ή τον υπεύθυνο ροής του σωματείου.
- Ο **προστατευτικός εξοπλισμός** των αθλητών (ΕΝΗΛΙΚΕΣ) περιλαμβάνει (γάντια, μασέλα, επικαλαμίδες, επιαγκωνίδες, κάσκα, θώρακα, σπασουάρ (και γυναικείο σπασουάρ για τις αθλήτριες)).
- Τα **μπαντάζ** δεν πρέπει να είναι μακρύτερα από 2.5 μέτρα με πλάτος όχι μεγαλύτερο από 5 εκατοστά. Η χρήση οποιουδήποτε άλλου υλικού, ελαστικού ή αυτοκόλλητου ή αυτοσχέδιου απαγορεύεται. Επιτρέπεται η χρήση λεπτής αυτοκόλλητης ταινίας για να ασφαλίσει το κλείσιμο του μπαντάζ στο τελείωμά του, μήκους έως 7.5 εκ και πλάτους έως 2.5 εκ.
- Οι **ενστάσεις** θα πρέπει να γίνονται **εντός πέντε λεπτών από την ολοκλήρωση** του συγκεκριμένου αγώνα. Γίνονται **μόνο** από τον αρχηγό/υπεύθυνο της κάθε ομάδας και κοστίζουν **100€**. Οι ενστάσεις αφορούν **ΜΟΝΟ την μη τήρηση κανονισμών και όχι το αποτέλεσμα των κριτών και του αγώνα**. Σε περίπτωση που μια ένσταση γίνει αποδεκτή, το χρηματικό ποσό επιστρέφεται στο σωματείο.
- Οι **αποφάσεις του ιατρού** των αγώνων είναι **οριστικές** και δεν υπάρχει κανένα δικαίωμα ένστασης.
- **Αθλητής που θα καθυστερήσει πάνω από δύο λεπτά** να εμφανιστεί στην γωνία του, έτοιμος για να αγωνιστεί, θα **αποκλείεται**. Επίσης σε περίπτωση τραυματισμού, αθλητής που δεν θα είναι ικανός να συνεχίσει τον αγώνα του, μετά από τρία λεπτά από τον τραυματισμό του, θα αποκλείεται.







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



Αρ. μητρώου Γ.Γ.Α ΧΓ36

A MEMBER OF/RECOGNISED BY



- Αθλητής δεν μπορεί να αγωνιστεί εάν στην **γωνία** του δεν κάθεται ο **δηλωμένος προπονητής ή βοηθός προπονητή του σωματείου** όπου σε καμία περίπτωση δε μπορεί να υπερβαίνουν τα 2 (δύο) άτομα. Προπονητής που θα καθυστερήσει πάνω από δύο λεπτά να εμφανιστεί στην γωνία του αθλητή, θα αποκλείεται ο αθλητής. Οι προπονητές κατά την διάρκεια του αγώνα θα πρέπει να κάθονται στην καρέκλα τους, να συμπεριφέρονται κόσμια και να φορούν αθλητική ενδυμασία. **Τα παραπτώματα των προπονητών θα επιβαρύνουν τον εκάστοτε αθλητή.** Σε περίπτωση σοβαρών πειθαρχικών παραπτωμάτων, η αντίστοιχη Επιτροπή της Ομοσπονδίας έχει δικαίωμα τιμωρίας του αντίστοιχου σωματείου/αθλητή. Αντίστοιχα, ο αθλητής που δεν συμμορφώνεται με τις υποδείξεις του διαιτητή, και ενεργεί αντίθετα από τους κανονισμούς, αγωνίζεται αντιαθλητικά ή υποπίπτει σε παραπτώματα γενικά, μπορεί να προειδοποιηθεί, να παρατηρηθεί ή ακόμα και να αποβληθεί από τον αγωνιστικό χώρο χωρίς προειδοποίηση, ανάλογα με την κρίση του διαιτητή ή του επιβλέποντα επόπτη.
- Στον αγωνιστικό χώρο θα βρίσκεται η κεντρική γραμματεία της διοργάνωσης (καθώς και οι επιμέρους γραμματείες). **Ο κάθε προπονητής ή υπεύθυνος ροής των σωματείων μπορεί να ενημερώνεται και να ζητάει πληροφορίες ΜΟΝΟ από τους επόπτες κάθε αγωνιστικού χώρου (ρινγκ) και ΟΧΙ από την κεντρική γραμματεία ή τις επιμέρους.** Η επικοινωνία για οποιοδήποτε θέμα, δεν μπορεί σε καμία περίπτωση να γίνεται από αθλητή. Σε κάθε περίπτωση ο αθλητής θα πρέπει να συνοδεύεται από τον προπονητή του ή τον εκπρόσωπο του σωματείου στο οποίο ανήκει, μαζί με το δελτίο αθλητικής ιδιότητας.
- Κανείς αθλητής δεν μπορεί να αγωνιστεί αν δεν έχει **Κάρτα Υγείας Αθλητή σε ισχύ, Ιατρική Βεβαίωση για είσοδο σε αθλητικές εγκαταστάσεις (covid) και Δελτίο Αθλητικής Ιδιότητας.** Όσοι αθλητές δεν έχουν ήδη δελτίο αθλητικής ιδιότητας, θα πρέπει να έχουν αποστείλει την αίτηση έκδοσης δελτίου μαζί με 2 φωτογραφίες και αντίγραφο αστυνομικής ταυτότητας στο [pmf@pmf.gr](mailto:pmf@pmf.gr) γράφοντας στο θέμα του μηνύματος το ονοματεπώνυμο του αθλητή και το σωματείο, **μέχρι τις 3 Αυγούστου 2020.** Οποιοσδήποτε αθλητής δεν έχει το δελτίο αθλητικής ιδιότητας του μαζί του στο χώρο των αγώνων, δε θα έχει δικαίωμα να αγωνιστεί.
- Όλοι όσοι συμμετέχουν στους αγώνες με οποιοδήποτε μορφή και καθήκον (σωματεία, προπονητές, αθλητές, διαιτητές, κριτές, ιατρός αγώνων κλπ.) θα πρέπει να αποδέχονται και να τηρούν το σύνολο των [κανονισμών που διέπουν τους αγώνες](#), καθώς και τον εσωτερικό κανονισμό της Π.Ο.Μ.





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



Αρ. μητρώου Γ.Γ.Α ΧΓ36

A MEMBER OF/RECOGNISED BY



## Αιτήσεις – Συμμετοχές – Πληρωμές – Ακυρώσεις

Οι αιτήσεις συμμετοχών θα πρέπει να έχουν υποβληθεί στο ([pmf@pmf.gr](mailto:pmf@pmf.gr)) μέσω ηλεκτρονικού ταχυδρομείου συμπληρωμένες με ΚΕΦΑΛΑΙΑ γράμματα) μέχρι την **καταληκτική ημερομηνία (Παρασκευή 21 Αυγούστου 2020)** και θα πρέπει να συνοδεύονται από το αποδεικτικό κατάθεσης των χρημάτων για τις συμμετοχές.

Η αίτηση συμμετοχής θα πρέπει να έχει συμπληρωμένα **όλα** τα πεδία για να θεωρηθεί έγκυρη. Επίσης, θα πρέπει να αναγράφει τα πλήρη στοιχεία του υπευθύνου ροής, ο οποίος θα είναι ο **μοναδικός αρμόδιος και υπεύθυνος** για την **παραλαβή και επιστροφή του εξοπλισμού**, αλλά και τον συντονισμό των αθλητών του κάθε σωματείου.

**Αποδεικτικό κατάθεσης χρημάτων:** Ως αιτιολογία στο αποδεικτικό κατάθεσης, αναγράφουμε την ονομασία του σωματείου και το συνολικό αριθμό των συμμετεχόντων.

**ΔΕΝ θα πρέπει να** πληρώνετε τις υπόλοιπες υποχρεώσεις σας (π.χ. Δελτία Αθλητικής Ιδιότητας) ταυτόχρονα στην ίδια κατάθεση.

**ΔΕΝ θα πρέπει να** γίνονται πληρωμές για κάθε συμμετοχή ξεχωριστά αλλά μια συνολική για κάθε σωματείο.

Οι πληρωμές συμμετοχής θα γίνονται **μόνο** μέσω τράπεζας στο τραπεζικό λογαριασμό της Ομοσπονδίας (Eurobank: **GR4002601750000410200795711**).

## Ακυρώσεις και επιστροφή χρημάτων:

Οι ακυρώσεις αγώνων που θα γίνονται μέχρι τις **24 Αυγούστου**, θα έχουν επιστροφή 100% των χρημάτων.

Για τις ακυρώσεις που θα γίνουν πέραν αυτής της προθεσμίας **ΔΕΝ** θα γίνεται επιστροφή χρημάτων.





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



Αρ. μητρώου Γ.Γ.Α ΧΓ36

A MEMBER OF/RECOGNISED BY



Όσες αιτήσεις δεν περιέχουν τα παραπάνω δικαιολογητικά ή δεν είναι όλα τα πεδία συμπληρωμένα, **ΔΕΝ** θα καταχωρούνται αλλά θα επιστρέφονται στους υπευθύνους των σωματείων, προκειμένου να κατατεθούν εκ νέου, με όλα τα πεδία συμπληρωμένα.

## Ενημέρωση προς τους αθλητές

Οι αθλητές θα πρέπει να συμμορφώνονται με τις υποδείξεις και τους **κανονισμούς** της **Π.Ο.Μ.** Θα πρέπει να βρίσκονται ανά σωματείο στις καθορισμένες θέσεις τους, ώστε να μπορούν να τους βρίσκουν οι διοργανωτές, όταν αυτό είναι απαραίτητο. Επίσης, θα πρέπει να είναι σε άμεση συνεννόηση με τους υπευθύνους ροής και να ακολουθούν τις οδηγίες, ώστε να αποφεύγονται οι καθυστερήσεις.

## Πρόγραμμα

### Παρασκευή 28 Αυγούστου 2020

08:00-10:00	Αφίξεις
11:00-12:30	Προπόνηση
12:30-15:30	Γεύμα
17:00-18:30	Σεμινάριο Αγωνιστικού Μουαίται
20:00	Δείπνο Καλωσορίσματος

### Σάββατο 29 Αυγούστου 2020

08:00-08:30	Πρωινό Τρέξιμο (*προαιρετικά)
10:30-12:00	Πρωινή Προπόνηση
11:00-13:30	Αγώνες Βετεράνων
13:30-15:30	Γεύμα
15:30-18:30	Minions in the Ring
19:30-21:00	Σεμινάριο αγωνιστικού Μουαίται
21:30	Δείπνο





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



Αρ. μητρώου Γ.Γ.Α ΧΓ36

A MEMBER OF/RECOGNISED BY



**Κυριακή 30 Αυγούστου 2020**

08:00-09:30	Σεμινάριο αγωνιστικού Μουάιτάι
08:00-10:30	Πρωινό
10:30-12:00	Παιχνίδι Χαμένου Θησαυρού
12:00-14:00	Γεύμα (δεν συμπεριλαμβάνεται διατίθεται με 8€/άτομο από το camp)
13:30-15:30	Muay- Talay (δωρεάν συμμετοχή για όλους)
15:30-18:30	Συγκέντρωση – Αποχαιρετιστήριο κέρασμα – Προετοιμασία Αναχώρησης

**\*το παρόν πρόγραμμα μπορεί να τροποποιηθεί.**

## Γενικές Πληροφορίες

- Δηλώσεις Συμμετοχών μέχρι: **Παρασκευή 21/08/2020** στο [pmf@pmf.gr](mailto:pmf@pmf.gr)
- Κόστος Συμμετοχής αγώνων **για αυτούς που θα συμμετάσχουν σε όλο το τριήμερο:**
  - 30€ + 45€ για τον εξοπλισμό ο οποίος περιλαμβάνει , 2 μπλουζάκια, 1 σορτσάκι Π.Ο.Μ. (Υποχρεωτικά σε περίπτωση δεν διατίθεται)
- Κόστος Συμμετοχής αγώνων για αυτούς που **δεν θα συμμετάσχουν** σε όλο το τριήμερο
  - 65€ (περιλαμβάνεται το κόστος εισόδου στο sport camp) + 45€ για τον εξοπλισμό ο οποίος περιλαμβάνει , 2 μπλουζάκια, 1 σορτσάκι (Υποχρεωτικά σε περίπτωση δεν διατίθεται)
- Κόστος Συμμετοχής αγώνων Minions in the Ring για όσους **δεν θα συμμετάσχουν** στο τριήμερο:
  - 25€ (περιλαμβάνεται το κόστος εισόδου στο sport camp)
- Κόστος Συμμετοχής αγώνων Minions in the Ring για όσους **θα συμμετάσχουν** στο τριήμερο:
  - 15€
- Κόστος **συνοδών** κατά την είσοδο στο camp 10€/ άτομο για όσους **δεν θα συμμετάσχουν** στο τριήμερο.
- Το κόστος των συνοδών (οικογένεια, φίλοι , γονείς) για όλο το τριήμερο είναι ακριβώς το ίδιο με τους συμμετέχοντες αθλητές:
  - Μονόκλινο (122€)
  - Δίκλινο (110€)
  - Τρίκλινο (99€)
  - 4-6 άτομα (87€)

Οι τιμές αφορούν όλη τη διαμονή και τη διατροφή κατ' άτομο όλο το τριήμερο.

- Προαιρετικά όποιος επιθυμεί μπορεί να προμηθευτεί από το περίπτερο των χορηγών της Ομοσπονδίας μας γάντια, επικαλαμίδες και επιαγκωνίδες.
- Για συμμετοχές σε αγώνες, που θα παραλειφθούν μετά τις 21 Αυγούστου το κόστος θα είναι 85€.







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



Αρ. μητρώου Γ.Γ.Α ΧΓ36

A MEMBER OF/RECOGNISED BY



- Μετά τις 24 Αυγούστου καμία συμμετοχή δε θα γίνεται δεκτή.
- Για τις συμμετοχές στο τριήμερο Camp η προκαταβολή 50% επί του συνολικού ποσού θα πρέπει να κατατεθεί μέχρι την Παρασκευή 14 Αυγούστου. Σε περίπτωση ακύρωσης κάποιας συμμετοχής έως την 25<sup>η</sup> Αυγούστου 2020, θα χρεώνεται ποσοστό 50% επί της ακυρωθείσας κρατήσεως. Σε περίπτωση ακύρωσης κάποιας συμμετοχής από την 25<sup>η</sup> Αυγούστου 2020 δεν θα

γίνεται καμία επιστροφή χρημάτων

- Όλοι οι αθλητές θα πρέπει να φορούν κατά την διάρκεια των αγώνων σορτς Μουαίται και αμάνικο μπλε ή κόκκινο μπλουζάκι, γάντια, επικαλαμίδες και επιαγκωνίδες τα οποία και μπορούν να προμηθευτούν το γήπεδο την ίδια μέρα. (45€)
- Το πρωτάθλημα συγκαταλέγεται στο επίσημο καλεντάρι της Ομοσπονδίας και θα είναι το τελευταίο πριν την έναρξη της νέας Σχολής Προπονητών που αναμένεται να ξεκινήσει εντός το 2020.
- Η Π.Ο.Μ. εφιστά την προσοχή των σωματείων ως προς την τήρηση των κανονισμών και τον σεβασμό προς τους διαιτητές και υπευθύνους της διοργάνωσης.

Αριθμός Τραπεζικού Λογαριασμού της Π.Ο.Μ: EUROBANK: GR4002601750000410200795711

Τρόποι επικοινωνίας: Email : [pmf@pmf.gr](mailto:pmf@pmf.gr)

Τηλ.: 210 96 03 031 Δευτέρα – Πέμπτη 09:00-17:00

Καλή επιτυχία!

Μετά τιμής

Ο Πρόεδρος

Ο Γ. Γραμματέας



Ιωάννης Παπαδόπουλος

Δημήτριος Μποταΐτης

\*Η παρούσα (22-07-20) ενδέχεται να τροποποιηθεί.

