

Κυριακή 7 Νοεμβρίου 2021 (9:00 – 17:00)

Κολυμβητικό Φεστιβάλ Κολύμβησης (10:00 – 17:00) & Jean Mile Jogging (9:00)

Δημοτικό Κολυμβητήριο Αλίμου

Την Κυριακή 7 Νοεμβρίου 2021 στο Κολυμβητήριο Αλίμου διοργανώνεται το 2ο Φεστιβάλ Κολύμβησης Αποστάσεων με παράλληλη εκδήλωση την εκδήλωση περπατήματος/ jogging τρεξίματος 1 μιλίου για την ευαισθητοποίηση των συμπολιτών μας για την κατάθλιψη (2021)

Το Φεστιβάλ είναι αποκλειστικά κοινωνικού χαρακτήρα και όλα τα έσοδα θα διατεθούν για την ενίσχυση της Παιδόπολης “Άγιος Ανδρέας” του Δήμου Αλίμου. Παράλληλα θα συγκεντρωθούν παιχνίδια, ρούχα και είδη πρώτης ανάγκης που θα μας υποδείξει η Δομή. Αθλητές και προπονητές της κολύμβησης και του Τριάθλου μαζί με τη Διοίκηση του Κολυμβητηρίου θα τα μοιράσουν και θα αφιερώσουν χρόνο σε αυτά τα παιδιά που χρειάζονται την αγάπη μας.

Jean Mile Walking/ Jogging : Στόχος να προτρέψουμε τους συμπολίτες μας να εντάξουν την φυσική άσκηση στην καθημερινότητα. Τούτο μεταξύ άλλων θα συμβάλει ως μέτρο πρόληψης όχι μόνο των σωματικών αλλά και των νοητικών ασθενειών, ιδιαίτερα της κατάθλιψης που λόγω της πανδημίας του Covid-19 έχει ακόμα μεγαλύτερη διείσδυση στην κοινωνία μας.

Υπάρχουν πολλοί άνθρωποι που δεν νοιώθουν άνετα να φορέσουν αθλητικά ρούχα και το μήνυμά μας είναι να φορέσουν τα καθημερινά ρούχα τους και να περπατήσουν. Ένα γρήγορο περπάτημα είναι υπερ-αρκετό για την θωράκιση της σωματικής & νοητικής μας υγείας.

Το Φεστιβάλ τελεί υπό την Αιγίδα του Δήμου Αλίμου και την Τεχνική κάλυψη του Αγώνα έχει αναλάβει ως Χορηγία το Triathlon Lab.

Το Φεστιβάλ Κολύμβησης περιλαμβάνει :

Αγώνες Κολύμβησης 1000 & 2000 μέτρων

Συμβολικό Περπάτημα/ Jogging 1600 μέτρων για την ευαισθητοποίηση απέναντι στην κατάθλιψη

Αγώνες 400 μέτρων με σανίδα και κομμένο πέδιλο

Διαδικασία Εγγραφής

Ο κάθε αθλητής για να συμμετέχει στον αγώνα πρέπει να ακολουθήσει τα παρακάτω βήματα:

Συμπληρώνει την αίτηση συμμετοχής και υπογράφει την υπεύθυνη δήλωση. Η αίτηση εγγραφής είναι εκτυπωμένη στο κολυμβητήριο αλλά μπορεί να αποσταλεί ηλεκτρονικά στον ενδιαφερόμενο.

Αποστέλλει επίσης ιατρική βεβαίωση (τελευταίου 12μήνου) από καρδιολόγο ή γενικό γιατρό μαζί με το πιστοποιητικό εμβολιασμού ή νόσησης.

Καταθέτει 10 ευρώ στον Τραπεζικό Λογαριασμό της Παιδόπολης “Αγιος Ανδρέας” του Δήμου Αλίμου

(GR34 0140 1010 1010 0210 1304 595)

Προσκομίζει τα παραπάνω έγγραφα (αίτηση συμμετοχής/ υπεύθυνη δήλωση & καταθετήριο μαζί με την Κάρτα Υγείας Αθλητή/ Ιατρική Βεβαίωση στο εξής email : swimmingpoolalimos@gmail.com

Για δήλωση συμμετοχών και καταβολή του παραβόλου συμμετοχής (10 ευρώ) επικοινωνήστε με τη γραμματεία του κολυμβητηρίου (οι εγγραφές ξεκινούν τη Δευτέρα 18 Οκτωβρίου 2021).

Τεχνικές προδιαγραφές αγώνα

Οι αγώνες των 1000 και 2000 μέτρων θα διεξαχθούν σε σειρές ανάλογα με το κολυμβητικό επίπεδο (αναμενόμενες επιδόσεις) με 3 άτομα ανά διαδρομή και με το drafting να επιτρέπεται όπως και στο open Water (Αριστερόστροφη κυκλική πορεία). Η εκκίνηση θα γίνει μέσα από το νερό.

Το περπάτημα ή τρέξιμο ενός μιλίου θα γίνει με εκκίνηση και τερματισμό από το κολυμβητήριο

Βραβεύσεις

Όλοι όσοι τερματίσουν θα λάβουν αναμνηστικό μετάλλιο και δίπλωμα.

Πληροφορίες

Για θέματα Εγγραφών παρακαλούμε επικοινωνήστε με το κολυμβητήριο Αλίμου : Τηλ. 210 98 13 192 & Email : swimmingpoolalimos@gmail.com

Για Τεχνικά Ζητήματα και συμμετοχή στις δωρεάν εργομετρικές μετρήσεις παρακαλούμε επικοινωνήστε με το Triathlon Lab : Κινητό :6937170260 & Email : info@triathlonlab.gr

& smartsportcoach@hotmail.com

Δήλωση Συμμετοχής και Υπεύθυνη Δήλωση

Κολυμβητικό Φεστιβάλ 2021_Υπεύθυνη Δήλωση

Επώνυμο :

Όνομα :

Ημερομηνία Γέννησης :

Κολυμβητική Απόσταση (1000/ 2000) :

Αναμενόμενη Επίδοση (Min) :

Αναμενόμενος Ρυθμός Επίδοσης (min:sec/100μέτρα) :

Mile Jogging (Ναι/ Όχι) :

Υπεύθυνη Δήλωση

Γνωρίζω και αποδέχομαι συνειδητά ότι η κολύμβηση 1000 ή 2000 μέτρων απαιτούν έντονη σωματική και ψυχική καταπόνηση, και, εν γένει, ότι πρόκειται για ιδιαίτερα απαιτητικούς αγώνες με σωματική, πνευματική και ψυχική προσπάθεια.

Δηλώνω ότι έχω συμπληρώσει το 18ο έτος της ηλικίας μου και έχω λάβει γνώση των κανονισμών – όρων συμμετοχής και οδηγιών του αγώνα και τους αποδέχομαι πλήρως. Επίσης, δηλώνω ότι είμαι απόλυτα υγιής, έχω πρόσφατη ιατρική βεβαίωση καλής υγείας και καλής φυσικής κατάστασης, όπως απαιτείται για τη συμμετοχή μου σε τέτοιου είδους αγωνίσματα και δεν πάσχω από κανενός είδους παθολογικό – ιατρικό νόσημα ή ασθένεια ή πρόβλημα, το οποίο θα μπορούσε να επιδεινωθεί με τη συμμετοχή μου στους αγώνες. Επιπλέον, δηλώνω ότι γνωρίζω άριστα κολύμπι και είμαι σε καλή φυσική κατάσταση.

Ως εκ τούτου, δηλώνω ότι συμμετέχω στην αθλητική διοργάνωση – αγώνα της «Triathlon Lab» με αποκλειστικά δική μου ευθύνη και παραιτούμαι ατομικά και για λογαριασμό των εκ του Νόμου δικαιούχων μου από κάθε σχετική αξίωση ή/και αποζημίωση σε περίπτωση τραυματισμού ή εν γένει βλάβη της υγείας μου πριν, κατά τη διάρκεια ή μετά το τέλος του αγώνα έναντι της διοργανώτριας εταιρίας με την επωνυμία «Triathlon Lab» καθώς και οιοδήποτε άλλου φυσικού προσώπου, εργαζομένου ή/και εθελοντή ή/και προσηθέντα αυτής.

Σε περίπτωση ανάγκης ιατρικής περίθαλψης που τυχόν προκύψει κατά την συμμετοχή μου στον αγώνα, με την παρούσα δήλωση μου εξουσιοδοτώ την Οργανωτική Επιτροπή να προβούν στα απαραίτητα μέτρα και ενέργειες, συμπεριλαμβανομένης και της εισαγωγής μου σε νοσοκομείο, εφόσον κριθεί απαραίτητη, για να προστατευτεί η υγεία και η ζωή μου.

Τέλος, αφού ενημερώθηκα σχετικά με τη συλλογή και επεξεργασία δεδομένων προσωπικού χαρακτήρα, με πλήρη επίγνωση των όσων δηλώνω, δίνω ελεύθερα με

την παρούσα δήλωσή μου τη ρητή μου συγκατάθεση προς τη διοργανώτρια εταιρεία «Triathlon Lab» για την επεξεργασία εκ μέρους της των Δεδομένων Προσωπικού Χαρακτήρα εμού, ήτοι, και πλέον συγκεκριμένα επιτρέπω να χρησιμοποιηθεί – δημοσιευθεί το όνομά μου, φωτογραφία μου, βίντεο κλπ. από τους διοργανωτές για διαφημιστικούς – προωθητικούς σκοπούς των αγώνων.

Ο/ Η Δηλών