

**ΑΝΑΚΟΙΝΩΣΗ**  
**ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΩΝ ΖΥΓΙΣΗΣ**  
**ΓΙΑ ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΟ ΠΡΩΤΑΘΛΗΜΑ**  
**ΕΦΗΒΩΝ - ΝΕΑΝΙΔΩΝ**  
**ΠΑΤΡΑ 07 – 08 ΜΑΡΤΙΟΥ 2026**  
**ΩΡΑ ΕΝΑΡΞΗΣ ΑΓΩΝΩΝ 10:00 π.μ.**

Σας γνωρίζουμε ότι όσον αφορά το Πανελλήνιο Πρωτάθλημα Εφήβων – Νεανίδων που θα διεξαχθεί στη **Πάτρα, και συγκεκριμένα στο Αθλητικό Κέντρο «Δ. Τόφαλος»** στην περιοχή Μποζαίτικα (Πανεπιστημίου 480, Μποζαίτικα, Πάτρα - Τηλ. : 2610 - 456132) **στις 07 & 08 Μαρτίου 2026**, το πρόγραμμα ζύγισης έχει διαμορφωθεί σύμφωνα με τον επισυναπτόμενο πίνακα.

Για τη διευκόλυνση, θεατών, αθλητών, προπονητών, αρχηγών ομάδων, σας ενημερώνουμε ότι:

Όλοι οι θεατές, αλλά και αθλητές – αθλήτριες προπονητές, αρχηγοί ομάδων καθώς και όποιος έχει δηλωθεί με ιδιότητα από τον σύλλογο, θα πρέπει να ακολουθήσουν πιστά τις τελευταίες διευκρινιστικές οδηγίες για την άθληση στο σύνολο της επικράτειας υπό το καθεστώς ειδικών περιοριστικών μέτρων για την αντιμετώπιση της πανδημίας Covid-19, οι οποίες ως στιγμής ισχύουν οι ακόλουθες:

[https://gga.gov.gr/images/odigies\\_athlitismos\\_lockdown\\_27\\_03\\_2023.pdf](https://gga.gov.gr/images/odigies_athlitismos_lockdown_27_03_2023.pdf)

**ΠΡΟΣΟΧΗ :**

- 1. Σας υπενθυμίζουμε ότι όλοι οι αθλητές – αθλήτριες, προπονητές, αρχηγοί ομάδων καθώς και όποιος δηλωθεί με ιδιότητα από τον σύλλογο, θα πρέπει υποχρεωτικά σύμφωνα με τις προκηρύξεις των πρωταθλημάτων, να έχουν ανανεώσει τη ΨΗΦΙΑΚΗ ΚΑΡΤΑ ΕΛ.Ο.Τ. για τη χρονική περίοδο 2025 – 2026.**
- 2. Όλοι οι προπονητές και οι βοηθοί αυτών θα πρέπει να είναι κάτοχοι άδειας ασκήσεως επαγγέλματος σε ισχύ, καθώς και να έχουν νόμιμη σύμβαση εργασίας, με το σωματείο που έχει υποβάλλει την ηλεκτρονική δήλωση συμμετοχής.**

**- Η ΖΥΓΙΣΗ θα γίνει κατά σύλλογο την ώρα που αναγράφεται στον αναλυτικό πίνακα που επισυνάπτουμε για κάθε πρωτάθλημα.**

**- Η ΔΙΑΔΙΚΑΣΙΑ ΕΙΣΟΔΟΥ για τη ζύγιση.** Κάθε σύλλογος θα πρέπει να προσέρχεται στην προαναφερόμενη **ΕΙΣΟΔΟ ΑΘΛΗΤΩΝ 10 ΛΕΠΤΑ ΠΡΙΝ** την συγκεκριμένη ώρα που αναγράφεται στην ανακοίνωση ώστε να αποφεύγεται ο συγχρωτισμός.

Ο **εγγράφως εξουσιοδοτημένος αντιπρόσωπος του συλλόγου ή ο προπονητής του**, θα συνοδεύει τους αθλητές και θα παραδίδει στη γραμματεία το δικαιολογητικό που απαιτείται για την ζύγιση:

- τη **ΠΡΩΤΟΤΥΠΗ ΚΑΡΤΑ ΥΓΕΙΑΣ ΑΘΛΗΤΗ** θεωρημένη από ιατρούς μονάδων παροχής υπηρεσιών Πρωτοβάθμιας Φροντίδας Υγείας, Νομαρχιακών, Περιφερειακών ή Πανεπιστημιακών Νοσοκομείων, υγειονομικών στρατιωτικών μονάδων ή από ιατρούς του ιδιωτικού τομέα κατέχοντες την καρδιολογική ειδικότητα. Σε περίπτωση που η θεώρηση της ΚΑΡΤΑΣ ΥΓΕΙΑΣ ΑΘΛΗΤΗ είναι από ιατρούς λοιπών ειδικοτήτων, αυτοί θα πρέπει να έχουν λάβει τη σχετική πιστοποίηση από το Εθνικό Κέντρο Αθλητικών Ερευνών (ΕΚΑΕ) και πέραν της σφραγίδας και υπογραφής υποχρεωτικά θα πρέπει να αναγράφουν τον Ατομικό Αριθμό Πιστοποίησής τους.
- Τέλος ο εξουσιοδοτημένος αντιπρόσωπος του συλλόγου ή ο προπονητής του, αφού υπογράψει την κατάσταση ζύγισης θα αποχωρεί προκειμένου να παραλάβει τους αθλητές μετά την ζύγιση.

## **ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΤΥΧΑΙΑΣ ΖΥΓΙΣΗΣ**

### **❖ ΤΥΧΑΙΑ ΖΥΓΙΣΗ :**

**Η τυχαία ζύγιση θα διεξαχθεί και θα ανακοινωθεί στην ηλεκτρονική σελίδα της ομοσπονδίας, για την αποφυγή συνωστισμού, δύο ώρες πριν την έναρξη των αγώνων κάθε ημέρα, ήτοι στις 08:00 το πρωί. Οι αθλητές και αθλήτριες που θα επιλεγούν στη τυχαία ζύγιση θα μπορούν να ζυγιστούν από τις 08:45 π.μ. έως και τριάντα (30) λεπτά πριν την έναρξη των αγώνων, ήτοι 09:30 π.μ.**

Τα ονόματα που θα επιλεγθούν τυχαία με ηλεκτρονικό σύστημα θα αποτελούν ποσοστό επιλογής ως ακολούθως :

α) Πάνω από 32 αθλητές: Το 20% του συνόλου

β) 17-32 αθλητές: 6 Αθλητές

γ) 9-16 Αθλητές: 4 Αθλητές

δ) 4-8 Αθλητές: 2 Αθλητές

ε) Κάτω από 4 αθλητές: Κανένας

Ο αγωνιζόμενος θα αποκλείεται αν το βάρος του υπερβαίνει κατά 5% το όριο της κατηγορίας βάρους του. Αν είναι ελλιποβαρής, δε θα λαμβάνεται υπόψιν.

---

Εκ της ΕΛ.Ο.Τ.