

ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΟΜΟΣΠΟΝΔΙΑ ΠΑΛΗΣ

ΠΡΟΚΗΡΥΞΗ ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΟΥ ΠΡΩΤΑΘΛΗΜΑΤΟΣ ΠΑΛΗΣ ΥΠΟΤΑΓΗΣ – GRAPPLING & GRAPPLING GI. ΑΝΔΡΩΝ/ΓΥΝΑΙΚΩΝ, U20, U17, U15 & U13

- **Ημερομηνία Διεξαγωγής Αγώνων**

Grappling Gi: **Σάββατο 14/3/2026**

Grappling : **Κυριακή 15/3/2026**

- **Τόπος Διεξαγωγής Αγώνων: Λαμία.**

- **Δικαίωμα Συμμετοχής**

Έχουν αθλητές/τριες εγγεγραμμένοι στο μητρώο της ΕΛΟΠ και έχουν γεννηθεί κατά τα έτη: **Άνδρες - Γυναίκες: 2007 έως 1966**, επίσης αθλητές/τριες γεννημένοι το έτος **2008** με υπεύθυνη δήλωση κηδεμόνα ότι τους επιτρέπει να αγωνισθούν με αθλητές/τριες μεγαλύτερης ηλικίας. **U20 Έφηβοι – Νεάνιδες: 2006 έως 2008** επίσης αθλητές/τριες γεννημένοι το έτος **2009** με υπεύθυνη δήλωση κηδεμόνα ότι τους επιτρέπει να αγωνισθούν με αθλητές/τριες μεγαλύτερης ηλικίας. **U17 Παίδες – Κορασίδες 2009 – 2010**, επίσης αθλητές/τριες γεννημένοι το έτος **2011** με υπεύθυνη δήλωση κηδεμόνα ότι τους επιτρέπει να αγωνισθούν με αθλητές/τριες μεγαλύτερης ηλικίας. **U15 Παμπαίδες – Παγκορασίδες: 2011 – 2012** επίσης αθλητές/τριες γεννημένοι το έτος **2013** με υπεύθυνη δήλωση κηδεμόνα ότι τους επιτρέπει να αγωνισθούν με αθλητές/τριες μεγαλύτερης ηλικίας. **U13 Προ Παμπαίδες – Προ Παγκορασίδες: 2013 – 2014** με υπεύθυνη δήλωση κηδεμόνα ότι τους επιτρέπει να αγωνισθούν στους συγκεκριμένους αγώνες. Δεν έχουν δικαίωμα συμμετοχής αθλητές/τριες αλλοδαποί και ημεδαποί οι οποίοι δεν μπορούν σύμφωνα με τους κανονισμούς να συμμετέχουν με την Εθνική ομάδα στους διεθνείς αγώνες.

- **Δήλωση Συμμετοχής**

Η δήλωση συμμετοχής πρέπει να κατατεθεί **ΑΥΣΤΗΡΑ** μέχρι την **Παρασκευή 6/3/2026** και να είναι σύμφωνα με το υπόδειγμα που επισυνάπτεται, να σφραγισθεί και να υπογραφεί από τους νόμιμους εκπροσώπους του σωματείου. Τροποποίηση στην δήλωση συμμετοχής θα γίνεται εγγράφως μέχρι την **Τετάρτη 11/3/2026** και **μόνο** για αλλαγή κατηγορίας βάρους αθλητών/τριών ή διαγραφή λόγω μη συμμετοχής. Οι δηλώσεις συμμετοχής στέλνονται αποκλειστικά και μόνο στην ηλεκτρονική διεύθυνση: **eloptehniki@gmail.com**. Σωματείο που δεν θα καταθέσει δήλωση συμμετοχής δεν θα έχει δικαίωμα συμμετοχής στους αγώνες.

- **Κατηγορίες Βάρους**

Ανδρών: 58, 62, 66, 71, 77, 84, 92, 100, 130 κιλά.

Γυναικών: 53, 58, 64, 71, 90 κιλά.

U20 Εφήβων: 58, 62, 66, 71, 77, 84, 92, 100, 130 κιλά.

U20 Νεανίδων: 49, 53, 58, 64, 71, 90 κιλά.

U17 Παίδων: 39-42, 46, 50, 54, 58, 63, 69, 76, 85, 110 κιλά.

U17 Κορασίδων: 36-38, 40, 43, 46, 49, 52, 56, 60, 65, 90 κιλά.

U15 Παμπαίδων: 29-32, 35, 38, 42, 47, 53, 59, 66, 73, 100 κιλά.

U15 Παγκορασίδων: 28-30, 32, 34, 37, 40, 44, 48, 52, 57, 80 κιλά.

U13 Προ Παμπαίδων: 27, 30, 34, 38, 42, 46, 50, 55, 60, 66, 72, 90 κιλά.

U13 Προ Παγκορασίδων: 27, 30, 34, 38, 42, 46, 50, 72 κιλά.

- **Ιατρική Εξέταση**

Οι αθλητές/τριες κατά την Ιατρική εξέταση είναι υποχρεωμένοι να προσκομίσουν το **Δελτίο Αθλητικής Ιδιότητας** σωματείου μέλους της ΕΛΟΠ και την **Κάρτα Υγείας Αθλητή η οποία να είναι σε ισχύ.**

- **Ζύγιση**

Grappling Gi: **14/3/2026** Δεν θα υπάρχει Ανοχή Βάρους.

Grappling : **15/3/2026** Δεν θα υπάρχει Ανοχή Βάρους.

Οι αθλητές/τριες κατά την Ζύγιση είναι υποχρεωμένοι να προσκομίσουν το **Δελτίο Αθλητικής Ιδιότητας** σωματείου μέλους της ΕΛΟΠ και την **Κάρτα Υγείας Αθλητή η οποία να είναι σε ισχύ.**

Οι μικρότεροι ηλικιακά αθλητές/τριες θα πρέπει να προσκομίσουν την υπεύθυνη δήλωση κηδεμόνα ότι τους επιτρέπει να αγωνισθούν στους συγκεκριμένους αγώνες με αθλητές/τριες μεγαλύτερης ηλικίας.

Επίσης **σε περίπτωση ταυτοποίησης** ο αθλητής/τρια θα πρέπει να προσκομίσει την Αστυνομική Ταυτότητα ή Διαβατήριο ή οποιοδήποτε επίσημο έγγραφο.

Αθλητής/τρια χωρίς τα παραπάνω δικαιολογητικά δεν θα συμμετάσχει στους αγώνες

Κατά την διάρκεια της ζύγισης οι αθλητές/τριες έχουν δικαίωμα αλλαγής κατηγορίας βάρους, μετά και την τελική δήλωση συμμετοχής, αλλά μόνο (1) μία κατηγορία επάνω ή (1) μία κατηγορία κάτω.

ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΟΜΟΣΠΟΝΔΙΑ ΠΑΛΗΣ

- **Κλήρωση**

Η κλήρωση των αθλητών/τριων ανά κατηγορία βάρους θα γίνει στις **14/3/2026 & 15/3/2026 ημέρα Σάββατο & Κυριακή μετά την ζύγιση των αθλητών/τριων στον χώρο των αγώνων**, παρουσία των εκπροσώπων των συλλόγων επί του συνόλου των ζυγισθέντων αθλητών/τριων.

- **Σύστημα Διεξαγωγής Αγώνων**

Οι αγώνες θα διεξαχθούν σύμφωνα με το αγωνιστικό σύστημα της Παγκόσμιας Ομοσπονδίας (UWW), του Άμεσου αποκλεισμού. Εάν μία κατηγορία βάρους αποτελείται από έξι (6) ή επτά (7) αθλητές/τριες, οι αγώνες ξεκινούν με την φάση των δύο (2) γκρουπ. Για τις κατηγορίες βάρους με συμμετοχή έως πέντε (5) αθλητές/τριες, κάθε παλαιστής θα παλέψει με όλους (tournoi nordique).

- **Βαθμολογία Συλλόγων**

Η Γενική βαθμολογία των συλλόγων του Πανελληνίου πρωταθλήματος θα εξαρτηθεί από το σύνολο των αθλητών/τριων που θα συμμετάσχουν στην κλήρωση σε κάθε κατηγορία βάρους ως ακολούθως:

Οκτώ (8) αθλητές/τριες και άνω:

1^{ος} 15 βαθ. - 2^{ος} 12 βαθ. - 3^{ος} 10 βαθ. (4^{ος} 6 βαθ.) - 5^{ος} 4 βαθ. (6^{ος} 3 βαθ.) - 7^{ος} 2 βαθ. - 8^{ος} 1 βαθ.

Επτά (7) αθλητές/τριες:

1^{ος} 12 βαθ. - 2^{ος} 10 βαθ. - 3^{ος} 9 βαθ. - 4^{ος} 4 βαθ. 5^{ος} 3 βαθ. - 6^{ος} 2 βαθ. - 7^{ος} 1 βαθ.

Έξι (6) αθλητές/τριες:

1^{ος} 10 βαθ. - 2^{ος} 8 βαθ. - 3^{ος} 7 βαθ. - 4^{ος} 3 βαθ. - 5^{ος} 2 βαθ. - 6^{ος} 1 βαθ.

Πέντε (5) αθλητές/τριες:

1^{ος} 8 βαθ. - 2^{ος} 6 βαθ. - 3^{ος} 5 βαθ. - 4^{ος} 2 βαθ. - 5^{ος} 1 βαθ.

Τέσσερεις (4) αθλητές/τριες:

1^{ος} 6 βαθ. - 2^{ος} 4 βαθ. - 3^{ος} 3 βαθ. - 4^{ος} 1 βαθ.

Τρείς (3) αθλητές/τριες:

1^{ος} 4 βαθ. - 2^{ος} 2 βαθ. - 3^{ος} 1 βαθ.

Δύο (2) αθλητές/τριες:

1^{ος} 3 βαθ. - 2^{ος} 1 βαθ.

Ένας (1) αθλητής/τρια:

1^{ος} 1 βαθ.

- **Απονομές:**

Στον 1^ο, 2^ο & 3^ο αθλητή/τρια απονέμεται δίπλωμα και μετάλλιο.

Στα τρία (3) πρώτα σωματεία του Πανελληνίου πρωταθλήματος θα απονέμεται κύπελλο.

ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΑΓΩΝΩΝ

Σάββατο 14/3/2026:

10.00 – 10.30 Ιατρική εξέταση & Ζύγιση (Grappling Gi)
10.30 – 11.00 Κλήρωση των ζυγισθέντων αθλητών/τριων
11.00 - 12.00 Ενημέρωση και διαδικαστικά των αγώνων
12.00 Έναρξη αγώνων (Grappling Gi)

Κυριακή 15/3/2026:

10.00 – 10.30 Ιατρική εξέταση & Ζύγιση (Grappling)
10.30 – 11.00 Κλήρωση των ζυγισθέντων αθλητών
11.00 - 12.00 Ενημέρωση και διαδικαστικά των αγώνων
12.00 Έναρξη αγώνων (Grappling)

Η χρονική διάρκεια της ζύγισης δύναται να παραταθεί με απόφαση του υπεύθυνου αγώνων καθώς επίσης και οποιαδήποτε άλλη μεταβολή απαιτείται για την εύρυθμη διεξαγωγή της διοργάνωσης.

- **ΑΝΤΙΤΙΜΟ - ΠΑΡΑΒΟΛΟ ΣΥΜΜΕΤΟΧΗΣ ΑΘΛΗΤΩΝ/ΤΡΙΩΝ ΣΤΟΥΣ ΑΓΩΝΕΣ ΔΕΚΑ ΠΕΝΤΕ (15€) ΕΥΡΩ**