



WEST ATHENS CUP 2027

ΑΓΩΝΙΣΤΙΚΗ ΑΥΤΟΑΜΥΝΑ

ΕΙΔΙΚΗ ΠΡΟΚΗΡΥΞΗ ΑΓΩΝΩΝ

Παρασκευή 09 Απριλίου 2027

Γ' Στεφανόπουλος, Περιστέρι

Υπό την αιγίδα της Πανελλήνιας Ομοσπονδίας Kickboxing (Π.Ο.Κ.)

1. ΓΕΝΙΚΑ

Η Αγωνιστική Αυτοάμυνα συμμετέχει στο "West Athens Cup" - Ranking Championship, το οποίο θα διεξαχθεί στις 09-11 Απριλίου 2027 στο Γ' Στεφανόπουλος, Περιστέρι. Σύμφωνα με το ενδεικτικό πρόγραμμα της κεντρικής προκήρυξης, η Αγωνιστική Αυτοάμυνα θα διεξαχθεί τη Παρασκευή 09 Απριλίου 2027.

Αγωνιστικό αντικείμενο: Τεχνικές Αυτοάμυνας από όλα τα στυλ. Η παρούσα ειδική προκήρυξη συμπληρώνει την κεντρική προκήρυξη του "West Athens Cup".

2. ΔΙΚΑΙΩΜΑ ΚΑΙ ΟΡΟΙ ΣΥΜΜΕΤΟΧΗΣ

- Δικαίωμα συμμετοχής έχουν αθλητές και αθλήτριες συλλόγων που πληρούν τις προϋποθέσεις της Π.Ο.Κ. και του αναγνωρισμένου Κλάδου Άθλησης, σύμφωνα με την κεντρική προκήρυξη του West Athens Cup.
- Οι αθλητές πρέπει να διαθέτουν έγκυρο αθλητικό δελτίο και κάρτα υγείας αθλητή σε ισχύ.
- Η ηλικία καθορίζεται βάσει του έτους γέννησης.
- Αθλητής που παρουσιαστεί με διαφορετικό επίπεδο/ζώνη από αυτό που δηλώθηκε ακυρώνεται και δεν επιστρέφεται το παράβολο συμμετοχής.
- Κάθε αθλητής οφείλει να αγωνίζεται με την ενδυμασία, στολή και ζώνη του συστήματος που εκπροσωπεί.
- Σε περίπτωση που δεν συμπληρώνεται κατηγορία, γίνεται σύμπτυξη προς την επόμενη κατηγορία επιπέδου και όχι ηλικίας.
- Κάθε σύλλογος μπορεί να δηλώσει όσους αθλητές επιθυμεί ανά κατηγορία επιπέδου.

3. ΑΓΩΝΙΣΤΙΚΑ ΕΠΙΠΕΔΑ

Αρχάριοι: Άσπρη - Κίτρινη - Πορτοκαλί ζώνη.

Προχωρημένοι: Πράσινη - Μπλε – Κόκκινη Ζώνη

Καφέ / Μαύρες ζώνες: σύμφωνα με τις ειδικές κατηγορίες που ακολουθούν.

Στις κατηγορίες προχωρημένων 16-18 ετών και άνω επιτρέπονται πολλαπλοί αντίπαλοι.

4. ΚΑΤΗΓΟΡΙΕΣ ΑΝΗΛΙΚΩΝ (Α-Β-Γ-Δ)

Ηλικία	Κατηγορία	Κωδικός Κατηγορίας	Τεχνικές	Υποχρεωτική παρουσίαση
7-9	Μικτή – Αγόρια/Κορίτσια-Αρχάριοι/Προχωρημένοι	A	2	Γροθιά • Τεχνική επιλογής
10-12	Αγόρια Αρχάριοι	B1	3	Γροθιά • Κλωτσιά • Πιάσιμο ή σπρώξιμο
10-12	Αγόρια Προχωρημένοι	B2	3	Γροθιά • Κλωτσιά • Πιάσιμο ή σπρώξιμο
10-12	Κορίτσια Αρχάριες	B3	3	Γροθιά • Κλωτσιά • Πιάσιμο ή σπρώξιμο
10-12	Κορίτσια Προχωρημένες	B4	3	Γροθιά • Κλωτσιά • Πιάσιμο ή σπρώξιμο
13-15	Αγόρια Αρχάριοι	Γ1	4	Γροθιά • Κλωτσιά • Πιάσιμο ή σπρώξιμο • Επιλογής
13-15	Αγόρια Προχωρημένοι	Γ2	4	Γροθιά • Κλωτσιά • Πιάσιμο ή σπρώξιμο • Επιλογής
13-15	Κορίτσια Αρχάριες	Γ3	4	Γροθιά • Κλωτσιά • Πιάσιμο ή σπρώξιμο • Επιλογής
13-15	Κορίτσια Προχωρημένες	Γ4	4	Γροθιά • Κλωτσιά • Πιάσιμο ή σπρώξιμο • Επιλογής
16-18	Αγόρια Αρχάριοι	Δ1	4	Γροθιά • Κλωτσιά • Πιάσιμο ή σπρώξιμο • Ρόππαλο
16-18	Αγόρια Προχωρημένοι	Δ2	4	Γροθιά • Κλωτσιά • Πιάσιμο ή σπρώξιμο • Ρόππαλο
16-18	Κορίτσια Αρχάριες	Δ3	4	Γροθιά • Κλωτσιά • Πιάσιμο ή σπρώξιμο • Ρόππαλο
16-18	Κορίτσια Προχωρημένες	Δ4	4	Γροθιά • Κλωτσιά • Πιάσιμο ή σπρώξιμο • Ρόππαλο

5. ΚΑΦΕ, ΚΟΚΚΙΝΕΣ-ΜΑΥΡΕΣ, ΜΑΥΡΕΣ ΖΩΝΕΣ ΑΝΗΛΙΚΩΝ (Ε)

Ηλικία	Κατηγορία	Κωδικός Κατηγορίας	Τεχνικές	Υποχρεωτική παρουσίαση
10-12	Μικτή Αγόρια-Κορίτσια	E1	4	Γροθιά • Κλωτσιά • Πιάσιμο ή σπρώξιμο • Ρόππαλο
13-15	Μικτή Αγόρια-Κορίτσια	E2	4	Γροθιά • Κλωτσιά • Πιάσιμο ή σπρώξιμο • Ρόππαλο
16-18	Μικτή Αγόρια-Κορίτσια	E3	5	Γροθιά • Κλωτσιά • Πιάσιμο ή σπρώξιμο • Ρόππαλο • Επιλογής

6. ΚΑΤΗΓΟΡΙΕΣ ΕΝΗΛΙΚΩΝ – ΓΥΝΑΙΚΕΣ (ΑΑ)

Ηλικία	Κατηγορία	Κωδικός Κατηγορίας	Τεχνικές	Υποχρεωτική παρουσίαση
18+	Αρχάριες	AA1	4	Γροθιά • Κλωτσιά • Πιάσιμο ή σπρώξιμο • Επιλογής
18+	Προχωρημένες	AA2	5	Γροθιά • Κλωτσιά • Πιάσιμο ή σπρώξιμο • Ρόπαλο • Επιλογής
18+	Καφέ/Κόκκινες-μαύρες//Μαύρες 1 DAN-2 DAN	AA3	5	Γροθιά • Κλωτσιά • Πιάσιμο ή σπρώξιμο • Ρόπαλο • Μαχαίρι ή όπλο
18+	3 DAN και άνω	AA4	5	Γροθιά • Κλωτσιά • Πιάσιμο ή σπρώξιμο • Ρόπαλο • Μαχαίρι ή όπλο

7. ΚΑΤΗΓΟΡΙΕΣ ΕΝΗΛΙΚΩΝ – ΑΝΔΡΕΣ (ΑΒ)

Ηλικία	Κατηγορία	Κωδικός Κατηγορίας	Τεχνικές	Υποχρεωτική παρουσίαση
18+	Αρχάριοι	AB1	4	Γροθιά • Κλωτσιά • Πιάσιμο ή σπρώξιμο • Επιλογής
18+	Προχωρημένοι	AB2	5	Γροθιά • Κλωτσιά • Πιάσιμο ή σπρώξιμο • Ρόπαλο • Επιλογής
18+	Καφέ/Κόκκινες-μαύρες//Μαύρες 1 DAN-2 DAN	AB3	5	Γροθιά • Κλωτσιά • Πιάσιμο ή σπρώξιμο • Ρόπαλο • Μαχαίρι ή όπλο
18+	3 DAN και άνω	AB4	5	Γροθιά • Κλωτσιά • Πιάσιμο ή σπρώξιμο • Ρόπαλο • Μαχαίρι ή όπλο

8. ΕΛΑΧΙΣΤΗ ΣΥΜΜΕΤΟΧΗ - ΕΠΙΤΡΟΠΗ ΒΑΘΜΟΛΟΓΗΣΗΣ

Δεν υφίσταται κατηγορία αν δεν υπάρχει συμμετοχή τουλάχιστον τριών (3) ζευγαριών. (για 1^η, 2^η και 3^η θέση)
Η επιτροπή βαθμολόγησης για τις κατηγορίες αρχαρίων και προχωρημένων μπορεί να είναι τριμελής. Για τις υπόλοιπες κατηγορίες πρέπει να είναι πενταμελής, εφόσον υφίσταται πενταμελής επιτροπή. Αν όχι συνεχίζουμε με τριμελή επιτροπή.

9. ΚΑΝΟΝΕΣ ΒΑΘΜΟΛΟΓΗΣΗΣ

- Όλες οι τεχνικές βαθμολογούνται από τη βάση έως το 10 και μπορούν να χρησιμοποιούνται δέκατα.
- Με κλήρωση επιλέγονται τρία (3) τυχαία ζευγάρια, τα οποία παρουσιάζουν μία τεχνική που δεν βαθμολογείται. Η παρουσίαση χρησιμοποιείται για τον καθορισμό της βαθμολογικής βάσης της κατηγορίας.
- Αν το επίπεδο είναι καλό, η βάση ορίζεται στο 6. Αν το επίπεδο είναι χαμηλό, η βάση ορίζεται στο 5.
- Σε τριμελή επιτροπή, διαφορά ενός βαθμού μεταξύ κριτών δεν δημιουργεί θέμα. Σε διαφορά δύο βαθμών, η Τεχνική Επιτροπή συνεδριάζει και καθορίζει τη σωστή βαθμολογία.

- Σε πενταμελή επιτροπή αφαιρούνται ο μεγαλύτερος και ο μικρότερος βαθμός και υπολογίζεται ο μέσος όρος των άλλων τριών.

Αν μέλος πενταμελούς επιτροπής βαθμολογεί συστηματικά με απόκλιση άνω των δύο (2) βαθμών, επιβάλλεται ποινή και αποβολή του από την επιτροπή.

10. ΔΙΑΓΩΝΙΣΤΙΚΗ ΔΙΑΔΙΚΑΣΙΑ

Οι διαγωνιζόμενοι παρουσιάζονται μπροστά στην Επιτροπή με την ενδυμασία του συστήματός τους. Πριν την εκτέλεση των τεχνικών αναφέρουν, και βαθμολογούνται για τον τρόπο παρουσίασης:

- Χαιρετισμό του συστήματός τους
- Το όνομά τους
- Το όνομα του συστήματος που εκπροσωπούν
- Το όνομα της σχολής που εκπροσωπούν
- Ρωτούν αναφέροντας τη λέξη «ΜΠΟΡΩ» για να ξεκινήσουν

11. ΚΡΙΤΗΡΙΑ ΑΞΙΟΛΟΓΗΣΗΣ ΤΕΧΝΙΚΩΝ

- Παρουσίαση, στολή, δέσιμο ζώνης και ομιλία
- Συνεχόμενη ροή στην παρουσίαση της τεχνικής
- Ακρίβεια, ισορροπία, έκρηξη και έλεγχος της κίνησης
- Ρεαλισμός της εκτέλεσης
- Ορθή τεχνική κινησιολογίας
- Έλεγχος των χτυπημάτων
- Ρεαλιστική θέση σώματος έναντι του αντιπάλου
- Οι αγωνιζόμενοι οφείλουν να κάνουν ξεκάθαρη την κάθε μεμονωμένη επίθεση χωρίς προκαταρκτικές κινήσεις(διπλές ή τριπλές επιθέσεις ή συνδυασμό αυτών είτε με χέρια είτε με πόδια.) Η κρίση σε περίπτωση που γίνουν τέτοιες επιθέσεις ξεκινά από την τελευταία επίθεση που ο αγωνιζόμενος αμύνεται πριν εκτελέσει την ολοκληρωμένη τεχνική του.

12. ΑΠΑΓΟΡΕΥΣΕΙΣ - ΚΥΡΩΣΕΙΣ

- Απαγορεύονται τυφλά χτυπήματα με χέρια ή πόδια.
- Απαγορεύεται η έλλειψη ελέγχου.
- Απαγορεύεται η συνομιλία των αθλητών με τα μέλη της Επιτροπής.
- Η Επιτροπή έχει δικαίωμα να ζητήσει εξακρίβωση ηλικίας.
- Αθλητές και κριτές οφείλουν να γνωρίζουν και να τηρούν τους κανόνες.
- Σε μη τήρηση των κανόνων, η Επιτροπή μπορεί να αποφασίσει αυτόματη αποβολή των αθλητών.

13. ΠΡΟΠΟΝΗΤΕΣ - ΑΓΩΝΙΣΤΙΚΟΣ ΧΩΡΟΣ

- Στις δηλώσεις συμμετοχής αναγράφονται υποχρεωτικά ο προπονητής, οι βοηθοί όπου υπάρχουν και τα στοιχεία που απαιτεί η διοργάνωση.
- Στον αγωνιστικό χώρο επιτρέπεται η είσοδος μόνο με την προβλεπόμενη διαπίστευση.
- Δεν επιτρέπεται αθλητής να εκτελεί χρέη προπονητή ή βοηθού προπονητή, ούτε προπονητής/βοηθός να αγωνίζεται, εκτός ειδικής κατηγορίας όπου προβλέπεται.
- Απαγορεύονται οι συνομιλίες προπονητών και αθλητών με τους διαιτητές και κριτές.
- Οι αποφάσεις του ιατρού των αγώνων είναι οριστικές.

14. ΔΗΛΩΣΕΙΣ ΣΥΜΜΕΤΟΧΗΣ

Οι σύλλογοι μέλη του Κλάδου Άθλησης αποστέλλουν τις συμμετοχές τους στον εκάστοτε εκπρόσωπο του Κλάδου και αυτός με τη σειρά του στην Οργανωτική Επιτροπή του West Athens Cup. Η συμμετοχή θεωρείται έγκυρη μετά την οριστική δήλωση σύμφωνα με τη διαδικασία της κεντρικής προκήρυξης και την τακτοποίηση του αντίστοιχου παραβόλου.

15. ΠΑΡΑΒΟΛΑ ΣΥΜΜΕΤΟΧΗΣ - ΚΛΑΔΟΙ ΑΘΛΗΣΗΣ

Συμμετοχή	Παράβολο
Αθλητές έως 9 ετών - ένας αγώνας	30€
Κάθε επόμενη κατηγορία έως 9 ετών	20€
10+ - μία κατηγορία	35€
10+ - δύο κατηγορίες	60€
10+ - τρεις κατηγορίες	75€
Κάθε επόμενη κατηγορία	15€

16. ΑΠΟΝΟΜΕΣ

Οι βραβεύσεις θα πραγματοποιηθούν σύμφωνα με τον ενιαίο σχεδιασμό του West Athens Cup και την κεντρική προκήρυξη της διοργάνωσης. Οι αθλητές που ανεβαίνουν στο βάθρο οφείλουν να φορούν την αθλητική αμφίεση του συστήματός τους, εκτός αν η βράβευση πραγματοποιείται στον αγωνιστικό χώρο.

17. ΕΝΣΤΑΣΕΙΣ

Οι ενστάσεις υποβάλλονται μόνο από τον επίσημο πτυχιούχο προπονητή ή τον εκπρόσωπο/πρόεδρο του συλλόγου, εγγράφως, εντός πέντε (5) λεπτών από την ολοκλήρωση του συγκεκριμένου αγώνα. Το παράβολο ένστασης είναι 200€. Οι ενστάσεις αφορούν αποκλειστικά μη τήρηση κανονισμών και όχι το αποτέλεσμα ή την κρίση των κριτών. Αν η ένσταση γίνει δεκτή, το ποσό επιστρέφεται στον σύλλογο.

18. ΕΠΙΚΟΙΝΩΝΙΑ

Υπεύθυνος Αγωνιστικής Αυτοάμυνας για τους αγώνες στο συγκεκριμένο πρωτάθλημα είναι οι: Παπουτσάκης Ευάγγελος – Κακολύρης Γρηγόριος, Πτυχιούχοι Προπονητές Αγωνιστικής Αυτοάμυνας από τη Γ.Γ.Α.

E-mail Κλάδου: sd@pok.gr

West Athens Cup: info@westathenscup.com

Τηλέφωνα διοργάνωσης: 6948582132 - 69999999

19. ΤΕΛΙΚΕΣ ΔΙΑΤΑΞΕΙΣ

Για κάθε τεχνικό ή αγωνιστικό θέμα της Αγωνιστικής Αυτοάμυνας εφαρμόζονται οι ειδικοί κανονισμοί του Κλάδου. Για τα γενικά θέματα διοργάνωσης εφαρμόζεται η κεντρική προκήρυξη του West Athens Cup - Ranking Championship.

Η συμμετοχή στη διοργάνωση συνεπάγεται την αποδοχή των όρων της κεντρικής και της παρούσας ειδικής προκήρυξης.