

# ΑΝΤΙΠΡΟΣΩΠΕΥΤΙΚΕΣ ΟΜΑΔΕΣ

## ΛΥΚΕΙΩΝ-ΓΥΜΝΑΣΙΩΝ και ΔΗΜΟΤΙΚΩΝ ΣΧΟΛΕΙΩΝ

2023 - 2024

### VOLLEY BALL

**ΤΡΟΠΟΣ ΕΠΙΛΟΓΗΣ ΑΘΛΗΤΩΝ-ΤΡΙΩΝ:** Η επιλογή των αθλητών-τριών για τις Αντιπροσωπευτικές Ομάδες γίνεται από τους προπονητές σύμφωνα με τη διαδικασία επιλογής Αντιπροσωπευτικών Ομάδων που ανακοινώνεται κάθε Σχολικό έτος και σύμφωνα με τις επιδόσεις τους στο αγωνιστικό και προπονητικό τομέα από το προηγούμενο έτος. Για φέτος οι επιλογές θα διεξαχθούν από 18/9/2023 έως 29/9/2023.

### BASKET BALL

**ΔΙΑΔΙΚΑΣΙΕΣ:** Μέχρι 20 Οκτωβρίου, οι αθλητές -αθλήτριες που έχουν επιλεγεί στις Αντιπροσωπευτικές Ομάδες, οφείλουν να επιστρέψουν στον προπονητή τους:

1. την υπογεγραμμένη από εκείνον βεβαίωση γονέων (με φωτογραφία),
2. ιατρική βεβαίωση και
3. να συμπληρώσουν την αθλητική τους ταυτότητα.

### FOOT BALL

**ΠΡΟΠΟΝΗΣΕΙΣ:** Όλοι οι αθλητές και αθλήτριες, που είναι μέλη των Αντιπροσωπευτικών ομάδων, οφείλουν να προετοιμάζονται – προπονούνται σύμφωνα με το σχεδιασμό της ομάδας τους.

**ΑΓΩΝΕΣ:** Κάθε ομάδα προετοιμάζεται για τους αγώνες του Υπουργείου Παιδείας, Θρησκευμάτων και Αθλητισμού (Υ.ΠΑΙ.Θ.Α.), του Α.Σ.Ι.Σ. (Αθλητικές Συναντήσεις Ιδιωτικών Σχολείων) της συγκεκριμένης Ομοσπονδίας, καθώς και για διεθνείς αγώνες. Οι αθλητές είναι υποχρεωμένοι να παίρνουν μέρος σε αυτούς σύμφωνα με τις οδηγίες των προπονητών τους.

### TRACK & FIELD

**ΑΘΛΗΤΕΣ ΣΩΜΑΤΕΙΩΝ:** Κάθε αθλητής-μέλος Αντιπροσωπευτικής Ομάδας ομαδικού αθλήματος, ο οποίος είναι ταυτόχρονα και μέλος Αθλητικού Σωματείου, οφείλει να συμμετέχει στις προπονήσεις της Αντιπροσωπευτικής Ομάδας του Κολλεγίου τουλάχιστον μία φορά την εβδομάδα, ώστε να εξασφαλίζεται η αγωνιστική συνεργασία του με τα λοιπά μέλη της Αντιπροσωπευτικής Ομάδας.

### SWIM- MING

**ΑΚΑΔΗΜΑΪΚΕΣ ΥΠΟΧΡΕΩΣΕΙΣ:** Όλοι οι αθλητές-αθλήτριες, που είναι μέλη των Αντιπροσωπευτικών Ομάδων, οφείλουν να προγραμματίσουν τις ακαδημαϊκές τους υποχρεώσεις, ώστε να είναι συνεπείς και στις αθλητικές τους υποχρεώσεις.

### FOLK DANCE

**ΛΕΩΦΟΡΕΙΑ:** Οι προπονήσεις του Γυμνασίου και Λυκείου πραγματοποιούνται, καθημερινά, στο campus του Ψυχικού, μετά τη λήξη του σχολικού προγράμματος, Δευτέρα, Τρίτη, Πέμπτη και Παρασκευή 15:30 – 17:00, Τετάρτη 14:45-16:15 και το Σάββατο από 09:00 - 13:30, σύμφωνα με το εβδομαδιαίο πρόγραμμα προπονήσεων. Οι αθλητές-αθλήτριες μετά τη λήξη των προπονήσεων αναχωρούν με τα σχολικά λεωφορεία τις ημέρες Τρίτη, Πέμπτη και Παρασκευή, ενώ Δευτέρα, Τετάρτη, Σάββατο και Κυριακή οι αθλητές-αθλήτριες αναχωρούν με ευθύνη των γονέων τους.

**ΈΝΑΡΞΗ:** Οι προπονήσεις του Γυμνασίου – Λυκείου αρχίζουν τη Δευτέρα, 2/10/2023 και των Δημοτικών Σχολείων την Τρίτη, 10/10/2023.

### RYTHM. GYMN

**ΑΡΓΙΕΣ:** Οι προπονήσεις δεν θα γίνονται στις επίσημες αργίες του Σχολείου: 26/10 Αγ. Δημητρίου (Πολιούχος Π. Ψυχικού), 27/10, 28/10 Εθνική Εορτή, 17/11 Εορτασμός Πολυτεχνείου, 24/11 Thanks Giving, 22/12-7/1 Διακοπές Χριστουγέννων, 16/3-18/3 Τριήμερο Καθαράς Δευτέρας, 24/3 Σχολική Παρέλαση, 25/3 Εθνική Εορτή, 29/4 – 11/5 Διακοπές Πάσχα, 22/6-24/6 Τριήμερο Αγ. Πνεύματος, Κολλεγιάδα, Πανηγύρι, Γαβριήλεια, Δέλτεια, Αθανασιάδεια και Δημοτικές ή Εθνικές Εκλογές. Σε εξαιρετικές περιπτώσεις και ανάλογα με τις ανάγκες και υποχρεώσεις των ομάδων προπονήσεις θα γίνονται κατόπιν συνεννόησης των Καθηγητών – Προπονητών με τους μαθητές και μαθήτριες και μετά από έγκαιρη και έγγραφη ενημέρωση των γονέων τους.

### GYMNA STICS

**ΔΗΜΟΤΙΚΑ ΣΧΟΛΕΙΑ:** Οι προπονήσεις των Αντιπροσωπευτικών Ομάδων των Δημοτικών Σχολείων πραγματοποιούνται Τρίτη 16:00-17:20, Τετάρτη 14:15-15:35, Παρασκευή 16:00-17:20, μετά τη λήξη των μαθημάτων, στο Campus της Κάντζας και Σάββατο 09:00-13:30 στο Campus του Ψυχικού.

### TENNIS

Όλες οι Αντιπροσωπευτικές Ομάδες και οι αθλητικές δραστηριότητες θα λειτουργήσουν σύμφωνα με το υγειονομικό πρωτόκολλο της Γ.Γ.Α. καθώς και την εσωτερική πολιτική του Ε.Ε.Ι., όπως εκάστοτε ισχύουν.

Συντονιστής Εξωσχολικού Αγωνιστικού Προγράμματος  
Θοδωρής Γραμματικόπουλος