



Πλαίσιο Λειτουργίας Ακαδημίας Snowboard ΕΟΣ Αθηνών έτους 2016

Φιλοσοφία: Διαμόρφωση χιονοδρόμων και αγωνιστικών χαρακτήρων υπό υγιείς και ασφαλείς προϋποθέσεις, εξοικείωση με την φύση, εξερεύνηση όλης της έκτασης των 3 Χιονοδρομικών κέντρων Παρνασσού και την γεωγραφική και ιστορική περιαγωγή των όμορων Όρεων Παρνασσού.

Απευθύνεται: Η Ακαδημία απευθύνεται σε παιδιά οικογενειών που ενδιαφέρονται να ακολουθήσουν Χιονοδρομική Αθλητική σταδιοδρομία ή που επιθυμούν να εξελίξουν την τεχνική τους μέχρι και το Αγωνιστικό επίπεδο.

Σκοπός και ηλικίες:

Προαγωνιστική Ομάδα: Για Παιδιά 11 και 12 ετών (κατηγορία Παμπαίδων & Παγκορασίδων) που το επίπεδο τους κρίνεται ικανό και που επιθυμούν να αποκτήσουν αθλητικό δελτίο προκειμένου να συμμετάσχουν στο πρωτάθλημα της ΕΟΧΑ .

Προετοιμασία Παιδιών στο Αγωνιστικό Σνοουμπορντ (Snowboarding σε όλες τις πίστες, εκτός πιστών, όλα τα χιόνια και προπόνηση σε στίβο). Η μεθοδολογία συμπεριλαμβάνει ασκήσεις εντός και εκτός αγωνιστικού στίβου (τα παιδιά θα πρέπει να έχουν πρόσθετα προστατευτικά). Συμμετοχή σε όλους τους Αγώνες που διοργανώνει το Χιονοδρομικό Κέντρο.

Συμμετοχή στα κριτήρια επιλογής αθλητών και Πανελληνίους αγώνες της ΕΟΧΑ με όποιο Σωματείο το επιθυμούν (Γεννηθέντες το 2004 -2005) και έκδοση Αθλητικού Δελτίου ΕΟΧΑ .

Μέγιστος αριθμός παιδιών 8

Για Παιδιά 7, 8, 9, 10, 11 και 12 ετών από το επίπεδο front slide / back slide / slide (να στρίβουν και σταματάνε) διδαχή του γνωστικού αντικείμενου της χιονοδρομίας Snowboard με μεθοδολογία που θα τους φέρει να μπορούν να ελίσσονται σε όλες τις πίστες και στην εισαγωγή σε αγωνιστικό στίβο. Τα παιδιά μπορούν να δηλώσουν ημέρα (Σάββατο ή/κ Κυριακή)

Συμμετοχή σε όλους τους Αγώνες που διοργανώνει το Χιονοδρομικό Κέντρο.

Μέγιστος αριθμός παιδιών 6

Τόπος: Χιονοδρομικά κέντρα Παρνασσού, κατά προτίμηση Φτερόλακκα

Διάρκεια: 10 Σάββατα και Κυριακές (για τα παιδιά 11 και 12 ετών) σε περιθώριο 13 ΣΚ (πρόβλεψη φυσικών φαινομένων και ρεπό 13-14/02/2016), από 09-10/01/16 έως 2-3/04/16. 10 Σάββατα ή Κυριακές (για τα παιδιά 7, 8, 9 και 10 ετών.).

Ωράριο:

- [08:30 συνάντηση στο Chalet της Φτερόλακκας 1860μ ή Ταμείο αναβατήρα 7 Ώρα, Φτερόλακκα 1640μ αν δεν είναι ανοιχτός ο δρόμος
- [09:00 αρχή προπόνησης
- [12:00 Διάλειμμα (όλοι μαζί)

- Γ 13:00 Περιήγηση στα υπόλοιπα κέντρα Παρνασσού εντός και εκτός πιστών
- Γ 15:30 τέλος προπόνησης

Κόστος: - 600 Ευρώ για τα μέλη της προαγωνιστικής ομάδας (συμπεριλαμβάνει 25 μέρες προπόνησης στο χιόνι και 10 3ωρες προπονήσεις Φυσικής κατάστασης στην Αθήνα)

- 500 Ευρώ το παιδί για 120 ώρες (20 μέρες) χιονοδρομικής απασχόλησης για τα **παιδιά 9, 10, 11 και 12 ετών.**

- 290 Ευρώ το παιδί για 60 ώρες (10 μέρες) χιονοδρομικής απασχόλησης για τα **παιδιά 7, 8, 9 και 10 ετών.**

Έκπτωση 10% για οικογένειες με **2 ή 3 παιδιά στην Ακαδημία** (Το 1^ο παιδί πληρώνει ακέραιο το ποσό και το 2^ο και το 3^ο έχουν έκπτωση 10%)

- Παρέχεται και ομαδική ασφαλιστική κάλυψη

Καταβολή των χρημάτων: **100 ευρώ με την αίτηση εγγραφής μέχρι 30/11/2015**, στις 9-10/01/2016 πληρωμή των 2/3 του κόστους και αποπληρωμή 27-

28/02/2016. **Σε περίπτωση μη ενεργοποίησης της εγγραφής μέχρι 30/11/2015 το σύνολο του ποσού για κάθε πρόγραμμα θα καταβάλλεται εφάπαξ με την εγγραφή**

Κόστος μικρών προγραμμάτων (δεν συνιστώνται):

- **220 Ευρώ για 5 μέρες**
- **170 Ευρώ για 3 μέρες**

Μεταφορά: Ευθύνη οικογένειας, προσέλευσης και αναχώρησης (δεν είναι απαραίτητη η παραμονή της οικογένειας στο κέντρο, τα παιδιά πλαισιώνονται από τους προπονητές τους καθ' όλη την διάρκεια της ημέρας).

Θα γίνει φέτος έρευνα με εκδήλωση ενδιαφέροντος στην αίτηση εγγραφής για την μεταφορά παιδιών/γονιών αυθημερόν από/προς Αθήνα με Πούλμαν.

Γεύμα: Ευθύνη οικογένειας ως προς τα χρήματα ή την προετοιμασία ελαφριού μεσημεριανού γεύματος νερού ή και χυμού (όχι ως προς την συνοδεία ή φύλαξη).

Εξοπλισμός: Ευθύνη οικογένειας, μπότες, snowboard , **2 ζεύγη χιονοδρομικά γάντια** (το ένα με τα 4 δάχτυλα ενωμένα), μάσκα, σκουφί, **κράνος και προστατευτικά**, μπουφάν κ' παντελόνι σκι, σακίδιο πλάτης που θα περιέχει όσα δεν χρειάζονται να φορεθούν, αντιηλιακή κρέμα, νερό, το γεύμα, τυχόν φαρμακευτική αγωγή κ' απρεσκι παπούτσια. **+ 1 φουλάρι ή μαντήλι**

Υπεύθυνη Επικοινωνίας: Για πληροφορίες, εγγραφές, ενημέρωση, διευκρινήσεις και ότι άλλο μπορεί να χρειαστείτε κα Σόφη Γκρίτση τηλ. Επικοινωνίας 6972004973, ή sdgritsi@hol.gr και sdgritsi@gmail.com