



ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΟΜΟΣΠΟΝΔΙΑ ΞΙΦΑΣΚΙΑΣ (Ε.Ο.Ξ.)

Μισαραλιώτου 2 – 117 42 Αθήνα

Τηλ. 210-3607507, 210-3639781, 210-3614197 \* Fax 210-3389004

E - mail: [info@fencing.org.gr](mailto:info@fencing.org.gr) – [escrime@fencing.org.gr](mailto:escrime@fencing.org.gr)

## **ΒΑΣΙΚΕΣ ΑΡΧΕΣ ΣΧΕΔΙΑΣΜΟΥ 2020- 2021**

- Εκπροσώπηση στους Ολυμπιακούς αγώνες Ανδρών – Γυναικών «ΤΟΚΥΟ 2020» το 2021.
- Στοχευμένος σχεδιασμός για Εφήβους – Νεάνιδες και Νέους Άνδρες – Νέες Γυναίκες με σκοπό την κατάκτηση μεταλλίων σε Πανευρωπαϊκά και Παγκόσμια Πρωταθλήματα.
- Δημιουργία πυρήνων ανάπτυξης σε όλη την Ελλάδα.
- Εφαρμογή μακροπρόθεσμων προγραμμάτων ανάπτυξης.

## **Αγωνιστικός σχεδιασμός 2020-2021**

Η φιλοσοφία του αγωνιστικού σχεδιασμού 2020-2021 διαμορφώθηκε λαμβάνοντας υπόψη τα εξαιρετικά αποτελέσματα των αθλητών μας στις κατηγορίες Εφήβων – Νεανίδων, Νέων Ανδρών – Νέων Γυναικών και Ανδρών – Γυναικών.

Η σύνθεση, ο αγωνιστικός σχεδιασμός και τα κριτήρια επιλογής των Εθνικών Ομάδων διαμορφώθηκαν με στόχο την κατάκτηση μεταλλίων στο Πανευρωπαϊκό και Παγκόσμιο Πρωτάθλημα όλων των κατηγοριών, την εκπροσώπηση του αθλήματος στους Ολυμπιακούς Αγώνες «ΤΟΚΥΟ 2020» και την ανάπτυξη των όπλων, εφαρμόζοντας μακροπρόθεσμα προγράμματα που στηρίζονται στη συνεργασία των Σωματείων και των κλιμακίων προπόνησης της Ομοσπονδίας.

Η λειτουργία των Προεθνικών Ομάδων θα προσαρμόζεται ανάλογα με το ύψος της χρηματοδότησης από την Γ.Γ.Α.

Η δημιουργία δομών ανάπτυξης, το προπονητικό σχήμα και ο αγωνιστικός σχεδιασμός κάθε όπλου θα γίνεται λαμβάνοντας υπόψη τις ιδιαιτερότητες των τριών όπλων και τα αποτελέσματα της προηγούμενης τετραετίας.

## **Αθλητές σχεδιασμού**

Στον σχεδιασμό εντάσσονται, κατόπιν προσκλήσεως, οι 6 πρώτοι της ελληνικής βαθμολογίας των ηλικιακών κατηγοριών Ανδρών - Γυναικών, Νέων Ανδρών - Νέων Γυναικών, Εφήβων - Νεανίδων.

Η σύνθεση των κλιμακίων θα ανακοινώνεται πριν από την έναρξη της νέας περιόδου.

Η ανανέωση των ονομάτων θα γίνεται ανά δίμηνο σύμφωνα με τη βαθμολογία των αγώνων του προγράμματος της Ε.Ο.Ξ. και τη συμμετοχή των κληθέντων επίλεκτων αθλητών, αθλητριών στις προπονήσεις.

Η κλήση των αθλητών, αθλητριών θα γίνεται με έγγραφη ενημέρωση προς τα Σωματεία.

Η αποδοχή του σχεδιασμού προϋποθέτει συμμετοχή στις αγωνιστικές προπονήσεις τις ημέρες και ώρες που ορίζει η Τεχνική Επιτροπή Ξιφασκίας (Τ.Ε.Ξ.).

Η Τ.Ε.Ξ. έχει το δικαίωμα να θέσει εκτός σχεδιασμού τους αθλητές, αθλήτριες που έχουν περιορισμένη συμμετοχή στις προγραμματισμένες αγωνιστικές προπονήσεις και camps.

Ο έλεγχος της συμμετοχής στην προπόνηση θα γίνεται από την Τ.Ε.Ξ. σε συνεργασία με τους Ομοσπονδιακούς προπονητές και συντονιστές των αγωνιστικών προπονήσεων, οι οποίοι υποχρεούνται να καταθέτουν στην Τ.Ε.Ξ. το παρουσιολόγιο των επίλεκτων αθλητών, αθλητριών.

Όσοι αθλητές, αθλήτριες δεν επιθυμούν την ένταξή τους στο σχεδιασμό ή έχουν τεθεί εκτός σχεδιασμού λόγω ελλιπούς προπόνησης, αποκλείονται από τη συμμετοχή σε αγώνες του αγωνιστικού προγράμματος εξωτερικού με έξοδα της Ε.Ο.Ξ..

Οι αθλητές, αθλήτριες που δεν συμμετέχουν στο σχεδιασμό και ακολουθούν το πρόγραμμα του σωματείου τους, μπορούν να συμμετάσχουν στο Πανευρωπαϊκό και Παγκόσμιο Πρωτάθλημα με δικά τους έξοδα, εφόσον είναι μέσα στις 6 πρώτες θέσεις της βαθμολογίας και επιτυγχάνουν τα κριτήρια που καθορίζει ετησίως η Τ.Ε.Ξ..

## **Κατηγορίες**

### **A. Υψηλών Επιδόσεων - Διεθνών Διακρίσεων**

Στην εν λόγω κατηγορία εντάσσονται οι αθλητές, αθλήτριες οι οποίοι κατά την προηγούμενη ή την τρέχουσα αγωνιστική περίοδο κατέλαβαν:

- 1<sup>η</sup>-32<sup>η</sup> θέση στο Παγκόσμιο Πρωτάθλημα κατηγορίας Ανδρών – Γυναικών.
- 1<sup>η</sup> – 16<sup>η</sup> θέση στο Πανευρωπαϊκό Πρωτάθλημα κατηγορίας Ανδρών - Γυναικών.
- 1<sup>η</sup>-64<sup>η</sup> θέση στην κατάταξη της Παγκόσμιας Ομοσπονδίας Ξιφασκίας, κατηγορίας Ανδρών - Γυναικών.
- 1<sup>η</sup>-32<sup>η</sup> θέση σε αγώνες του Παγκοσμίου κυπέλλου της Παγκόσμιας Ομοσπονδίας Ξιφασκίας, κατηγορίας Ανδρών – Γυναικών.
- 1<sup>η</sup>-16<sup>η</sup> θέση στο Παγκόσμιο ή το Πανευρωπαϊκό Πρωτάθλημα κατηγορίας Νέων Ανδρών - Νέων Γυναικών
- 1<sup>η</sup>-32<sup>η</sup> θέση στην κατάταξη της Παγκόσμιας Ομοσπονδίας Ξιφασκίας, κατηγορίας Νέων Ανδρών – Νέων Γυναικών
- 1<sup>η</sup>-16<sup>η</sup> θέση σε αγώνες του Παγκοσμίου Κυπέλλου της Παγκόσμιας Ομοσπονδίας Ξιφασκίας, κατηγορίας Νέων Ανδρών – Νέων Γυναικών.
- 1<sup>η</sup>-16<sup>η</sup> θέση σε αγώνες του Παγκοσμίου Πρωταθλήματος κατηγορίας Εφήβων– Νεανίδων.
- 1<sup>η</sup>-8<sup>η</sup> θέση σε αγώνες του Πανευρωπαϊκού Πρωταθλήματος κατηγορίας Εφήβων - Νεανίδων

Στους αθλητές, αθλήτριες της πρώτης κατηγορίας η Ε.Ο.Ξ. καταρτίζει και υλοποιεί επιλεγμένους αγώνες στόχου και παρέχει ιατρική και φυσιοθεραπευτική κάλυψη. Επιπλέον εξασφαλίζεται η συμμετοχή στο Πανευρωπαϊκό και Παγκόσμιο Πρωτάθλημα χωρίς κριτήρια.

### **B. Υψηλού Εθνικού Επιπέδου**

Στη εν λόγω κατηγορία εντάσσονται επίλεκτοι αθλητές, αθλήτριες οι οποίοι έχουν επιλεγεί από την Τ.Ε.Ξ., και επιθυμούν να προπονηθούν συστηματικά σύμφωνα με το σχεδιασμό.

### **Γ. Ανάπτυξης.**

Στην τρίτη κατηγορία εντάσσονται αθλητές, αθλήτριες ηλικίας 13-17 ετών και δίνεται η δυνατότητα προπόνησης στο Εθνικό Προπονητήριο του ΟΑΚΑ, υπό την επίβλεψη των

Ομοσπονδιακών προπονητών ή των Συντονιστών των αγωνιστικών προπονήσεων οι οποίοι θα εφαρμόζουν τετραετή προπονητικό αναπτυξιακό σχεδιασμό.

Οι 8 πρώτοι αθλητές, αθλήτριες της βαθμολογίας όλων των ηλικιακών κατηγοριών μπορούν να συμμετέχουν σε καθορισμένες ανοικτές αγωνιστικές προπονήσεις σε ημέρες και ώρες που θα ορίζονται από την Τ.Ε.Ξ. σε συνεργασία με τους Ομοσπονδιακούς προπονητές και τους Συντονιστές των αγωνιστικών προπονήσεων.

Αθλητές, αθλήτριες οι οποίοι διαμένουν μόνιμα στην περιφέρεια δύνανται να προπονούνται στον τόπο διαμονής τους, δηλώνοντας στην Τ.Ε.Ξ. το συνεργαζόμενο προπονητή και να εντάσσονται στα αντίστοιχα κλιμάκια Βορείου Ελλάδος, Νοτίου Ελλάδος.

## **Προπονητές**

### **Ομοσπονδιακοί προπονητές**

Προπονούν αθλητές κλιμακίων. Εισηγούνται τεκμηριωμένα τη σύνθεση ομάδων σε διεθνείς αγώνες με έξοδα της Ε.Ο.Ξ. Συνεργάζονται με τους προπονητές των συλλόγων και κατευθύνουν συμβουλευτικά σε κοινά μακροπρόθεσμα προγράμματα.

Συντονίζουν την προπόνηση ταλαντούχων αθλητών 11-17 ετών με σκοπό την ένταξη τους στον σχεδιασμό. Οργανώνουν και διδάσκουν προπονητικά σεμινάρια για προπονητές και αθλητές.

### **Συντονιστές αγωνιστικών προπονήσεων**

Οργανώνουν και συντονίζουν ομάδες αθλητών από 11ετών και άνω, (χωρίς να προπονούν σε ατομικό επίπεδο) εφαρμόζοντας προγράμματα φυσικής κατάστασης, συνασκήσεων και αγωνιστικών εφαρμογών τα οποία υποδεικνύονται από την Τ.Ε.Ξ. φροντίζοντας για την ομαλή διεξαγωγή των αγωνιστικών προπονήσεων.

### **Προπονητές Σωματείων**

Οι σωματειακοί προπονητές που προπονούν αθλητές οι οποίοι βρίσκονται μεταξύ των 8 πρώτων της κατάταξης κάθε κατηγορίας, μπορούν να συνοδεύουν τους αθλητές τους παρευρισκόμενοι συμβουλευτικά στις αγωνιστικές προπονήσεις και την αγωνιστική προπόνηση κάθε όπλου. Οι σωματειακοί προπονητές πρέπει να συμμετέχουν σε επιμορφώσεις που οργανώνει η ΕΟΞ σε τακτά χρονικά διαστήματα, δίνοντας κατευθύνσεις σχετικά με τις νεότερες προπονητικές απόψεις, τις αλλαγές της διαιτησίας, το σχεδιασμό και την οργάνωση της προπόνησης, ακολουθώντας κοινά προγράμματα ανάπτυξης. Σκοπός η κοινή προπόνηση αθλητών, μικρών κυρίως ηλικιών, σε καλύτερες αγωνιστικές συνθήκες, με σκοπό την επιλογή τους σε κλιμάκια προπόνησης.

## **Προπόνηση**

Οι Ομοσπονδιακοί προπονητές και οι Συντονιστές των αγωνιστικών προπονήσεων, σε συνεργασία με την Τ.Ε.Ξ., ενημερώνουν τους αθλητές των κλιμακίων και της ανάπτυξης για τις ημέρες και ώρες των προπονήσεων. Η προπόνηση των αθλητών, αθλητριών (περιεχόμενο προπόνησης, συμμετοχή σε camp, αριθμός μαθημάτων, αγωνιστικές προπονήσεις, διαστήματα διακοπών) καθορίζεται από τον Ομοσπονδιακό προπονητή και τον Συντονιστή των αγωνιστικών προπονήσεων.

Οι αθλητές, αθλήτριες της κατηγορίας υψηλών επιδόσεων έχουν τη δυνατότητα να προπονούνται έως και δύο (2) φορές την εβδομάδα στον χώρο προπόνησης του ΟΑΚΑ ή σε οποιοδήποτε άλλο Προπονητήριο, μετά από έγκριση της Τ.Ε.Ξ.

Οι αθλητές, αθλήτριες όλων των κατηγοριών οφείλουν να ακολουθούν μία (1) προπόνηση την εβδομάδα αγωνιστικού χαρακτήρα.

Αθλητές, αθλήτριες του σχεδιασμού οι οποίοι μετά παρέλευση διμήνου δεν συμπληρώνουν τον απαιτούμενο αριθμό παρουσιών, θα αποκλείονται από τη συμμετοχή σε διεθνείς αγώνες με έξοδα της Ε.Ο.Ξ. για την υπόλοιπη αγωνιστική περίοδο. Σε περίπτωση άρνησης αποδοχής του σχεδιασμού ο αθλητής και η αθλήτρια δεν θα καλείται πλέον να παρακολουθήσει τον σχεδιασμό.

Η προπόνηση αθλητών, αθλητριών άλλες ημέρες εκτός των προγραμματισμένων δεν θα υπολογίζεται ως παρουσία. Οι απουσίες λόγω τραυματισμών θα επιβεβαιώνονται από ιατρό ή φυσιοθεραπευτή και θα λαμβάνονται υπόψη, ενώ απουσίες για εξετάσεις θα γίνονται δεκτές μόνο σε αθλητές, μαθητές Γυμνασίων και Λυκείων.

Σε περίπτωση απουσίας του Ομοσπονδιακού προπονητή, λόγω αγωνιστικών υποχρεώσεων, οι αθλητές του σχεδιασμού πρέπει υποχρεωτικά να παρακολουθούν την προγραμματισμένη προπόνηση Φυσικής Κατάστασης ή οποιαδήποτε άλλη αγωνιστική προπόνηση που θα οργανώνεται από τους Συντονιστές προπόνησης οι οποίοι θα ορίζονται από την Τ.Ε.Ξ μετά από συνεργασία των απόντων προπονητών υλοποιώντας προγράμματά τους.

Η συμμετοχή σε κάμπινγκ που οργανώνονται προγραμματισμένα και μετά από έγκαιρη ενημέρωση είναι υποχρεωτική και αποτελεί προϋπόθεση για την επιλογή των αθλητών σε αγώνες εξωτερικού με έξοδα της Ε.Ο.Ξ.

### **Συγκρότηση Εθνικών Ομάδων – Συμμετοχή σε Αγώνες Εξωτερικού που περιλαμβάνονται στο πρόγραμμα της Ε.Ο.Ξ.**

Το αγωνιστικό πρόγραμμα κάθε όπλου καταρτίζεται μετά από αξιολόγηση των αποτελεσμάτων της προηγούμενης χρονιάς. Η υλοποίηση του αγωνιστικού προγράμματος εξαρτάται πάντα από το ύψος του εγκεκριμένου προϋπολογισμού και την υλοποίηση αυτού εκ μέρους της πολιτείας.

Η συμμετοχή και η τελική επιλογή των αθλητών, αθλητριών του σχεδιασμού σε αγώνες εξωτερικού, το όπλο καθώς και ο αριθμός αυτών, αποφασίζεται από το Δ.Σ. της Ε.Ο.Ξ. μετά από πρόταση της Τ.Ε.Ξ.

Οι αθλητές, αθλήτριες της κατηγορίας υψηλών επιδόσεων και διεθνών διακρίσεων θα πρέπει να συνεργάζονται με τον προπονητή τους ή τον Ομοσπονδιακό προπονητή και να καταθέτουν το σχέδιο των επιπλέον αγώνων εξωτερικού πριν από την έναρξη της αγωνιστικής περιόδου προς έγκριση από την Τ.Ε.Ξ.

Οι προπονητές των συλλόγων και οι Ομοσπονδιακοί προπονητές εισηγούνται στην Τ.Ε.Ξ. τις προτάσεις τους οι οποίες θα πρέπει να τεκμηριώνονται εγγράφως, λαμβάνοντας υπόψη τις δυνατότητες των προτεινομένων αθλητών, αθλητριών και τις προϋποθέσεις συμμετοχής τους σε διεθνείς αγώνες.

Δικαίωμα επιλογής έχουν όσοι αθλητές, αθλήτριες του σχεδιασμού συμμετέχουν συστηματικά στις προπονήσεις που καθορίζονται από την Τ.Ε.Ξ.

Η επιλογή των αθλητών, αθλητριών της κατηγορίας υψηλών επιδόσεων και διεθνών διακρίσεων γίνεται κατά απόλυτη προτεραιότητα έναντι των υπολοίπων με τεκμηριωμένη εισήγηση, ενώ για τους υπόλοιπους αθλητές, αθλήτριες ως αποκλειστικό κριτήριο θα είναι η βαθμολογία.

Η συμμετοχή αθλητών, αθλητριών στο Πανευρωπαϊκό και στο Παγκόσμιο Πρωτάθλημα με έξοδα της Ε.Ο.Ξ., θα γίνεται με βάση τις προτεινόμενες υποχρεωτικές διαδικασίες - προϋποθέσεις (ο αθλητής, αθλήτρια πρέπει να αποδέχεται τον σχεδιασμό και να προπονείται συστηματικά) και

την απόδοση των σε δύο τουλάχιστον αγώνες της Παγκόσμιας Ομοσπονδίας και της Ευρωπαϊκής Συνομοσπονδίας.

Η κατάκτηση ενός εκ των προτεινομένων κριτηρίων καθιστά τους αθλητές, αθλήτριες υποψηφίους για πρόταση στην Τ.Ε.Ξ. από τους Ομοσπονδιακούς προπονητές - συντονιστές όπλων.

ΕΦΗΒΟΙ - ΝΕΑΝΙΔΕΣ: Η κατάκτηση 1<sup>ης</sup> έως 8<sup>ης</sup> θέσης σε αγώνες των Ευρωπαϊκών circuit με αξιολόγηση 3.

ΝΕΟΙ ΑΝΔΡΕΣ - ΝΕΕΣ ΓΥΝΑΙΚΕΣ: Η κατάταξη 1<sup>ης</sup> έως 16<sup>ης</sup> θέσης σε αγώνες Παγκοσμίων Κυπέλλων της Παγκόσμιας Ομοσπονδίας Ξιφασκίας.

ΑΝΔΡΕΣ- ΓΥΝΑΙΚΕΣ: Η κατάταξη 1<sup>ης</sup> έως 32<sup>ης</sup> θέσης σε αγώνες Α' κατηγορίας της Παγκόσμιας Ομοσπονδίας Ξιφασκίας, εκτός αγώνων Satellite.

**Το Διοικητικό Συμβούλιο της Ε.Ο.Ξ., ανάλογα με τις συγκυρίες που θα επικρατούν κάθε φορά και μετά από τεκμηριωμένη πρόταση της Τ.Ε.Ξ., καθώς και την οικονομική δυνατότητα της Ε.Ο.Ξ. δύναται να τροποποιήσει τα ανωτέρω κριτήρια.**

### **Συμμετοχή σε διεθνείς αγώνες με χορηγό – προσωπικές δαπάνες**

Οι τέσσερις (4) κατά σειρά από τους έξι (6) πρώτους της Ελληνικής βαθμολογίας όλων των ηλικιακών κατηγοριών ένα μήνα πριν από τη διεξαγωγή του αγώνα, μπορούν να δηλώσουν συμμετοχή για τα Πανευρωπαϊκά και Παγκόσμια Πρωταθλήματα με προσωπική κάλυψη εξόδων.

Συμμετοχή σε ομαδικά: Η περίπτωση συγκρότησης ομαδικών θα εξετάζεται από την Τ.Ε.Ξ. συνεκτιμώντας αποτελέσματα ατομικών και ομαδικών αγώνων ανά όπλο .

Οι αθλητές αθλήτριες μόνιμοι κάτοικοι εξωτερικού, για τη συμμετοχή τους σε Πανευρωπαϊκά και Παγκόσμια Πρωταθλήματα θα ακολουθούν τις προϋποθέσεις των υπολοίπων αθλητών που αναφέρονται σε προηγούμενη παράγραφο.

Υποχρέωση των συμμετεχόντων με δικά τους έξοδα αθλητών, αθλητριών είναι η κάλυψη των εξόδων των διατητών, όπου αυτό απαιτείται.

Η Ε.Ο.Ξ. δύναται, ανάλογα με την οικονομική της δυνατότητα, να καλύπτει τα έξοδα διαμονής, διατροφής και μετακίνησης σε όσους αθλητές, αθλήτριες συμμετείχαν με δικά τους έξοδα στους προκαθορισμένους από την Ε.Ο.Ξ. αγώνες-κριτήρια του προγράμματος Α' Κατηγορίας Ανδρών-Γυναικών, Νέων Ανδρών-Νέων Γυναικών της Παγκόσμιας Ομοσπονδίας και σε αγώνες Εφήβων – Νεανίδων της Ευρωπαϊκής Συνομοσπονδίας, οι οποίοι θα καταλάβουν:

- 1<sup>η</sup> -8<sup>η</sup> θέση σε αγώνες κατηγορίας Εφήβων - Νεανίδων με αξιολόγηση 3
- 1<sup>η</sup> – 16<sup>η</sup> θέση σε αγώνες κατηγορίας Νέων Ανδρών – Νέων Γυναικών
- 1<sup>η</sup> - 32<sup>η</sup> θέση σε αγώνες κατηγορίας Ανδρών – Γυναικών.

Για το Πανευρωπαϊκό και το Παγκόσμιο Πρωτάθλημα οι αθλητές, αθλήτριες θα πρέπει να καταλάβουν αντίστοιχα τις παρακάτω θέσεις:

- 1<sup>η</sup> – 8<sup>η</sup> θέση σε Πανευρωπαϊκό ή Παγκόσμιο Πρωτάθλημα Εφήβων – Νεανίδων.
- 1<sup>η</sup>–16<sup>η</sup> θέση σε Πανευρωπαϊκό ή Παγκόσμιο Πρωτάθλημα Νέων Ανδρών-Νέων Γυναικών.
- 1<sup>η</sup> – 32<sup>η</sup> θέση σε Πανευρωπαϊκό ή Παγκόσμιο Πρωτάθλημα Ανδρών – Γυναικών.

Το ποσό που θα δίδεται, με την προσκόμιση των απαραίτητων πρωτότυπων δικαιολογητικών, θα καθορίζεται από το Διοικητικό Συμβούλιο της Ε.Ο.Ξ.