

Προκήρυξη

1^ο MMA Cyber Tournament



Ημερομηνία Διεξαγωγής

20 Δεκεμβρίου 2020

Κατηγορίες:

Shadow Box

Duo Drills

Power Fit



ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΟΜΟΣΠΟΝΔΙΑ Μικτών Πολεμικών Τεχνών



Η Ελληνική Ομοσπονδία Μικτών Πολεμικών Τεχνών – MMA (Ε.Ο.Μ.) αφουγκραζόμενη τις δύσκολες συνθήκες που βιώνει η χώρα μας, αλλά και ολόκληρος ο πλανήτης λόγω της υγειονομικής αυτής κρίσης, συνεχίζει με κάθε δυνατό τρόπο να προάγει την ανάπτυξη του MMA στην Ελλάδα. Δεδομένης της κατάστασης που δεν επιτρέπει στους προπονητές και αθλητές να προπονηθούν στα σωματεία τους, η Ε.Ο.Μ. προκειμένου να κρατήσει ενεργούς αγωνιστικά τους αθλητές και να τους προσφέρει κίνητρο, διοργανώνει το **1^ο MMA Cyber Tournament**, το οποίο θα γίνει διαδικτυακά. Δικαίωμα συμμετοχής έχουν όλοι οι αθλητές που ανήκουν σε Σωματεία μέλη της Ε.Ο.Μ. και διαθέτουν ενεργό Δελτίο Αθλητικής Ιδιότητας. Το **1^ο MMA Cyber Tournament** θα πραγματοποιηθεί την **Κυριακή 20 Δεκεμβρίου 2020**, όπου και θα αξιολογηθεί το υλικό που έχουν αποστείλει όλοι οι συμμετέχοντες με την μορφή βίντεο από την κριτική επιτροπή της Ε.Ο.Μ. Κατά την διάρκεια της επόμενης εβδομάδας, θα ανακοινωθούν και τα επίσημα αποτελέσματα σε όλα τα σωματεία που συμμετείχαν με τους αθλητές τους.

Η διοργάνωση θα αφορά τις εξής κατηγορίες:

SHADOW BOX

	Άνδρες	Γυναίκες	Μεικτό (Άνδρες – Γυναίκες)
Ανήλικοι:	6-9 ετών 10-13 ετών 14-17 ετών	6-9 ετών 10-13 ετών 14-17 ετών	- - -
Ενήλικες:	18+ ετών	18+ ετών	-

DUO DRILLS

Ανήλικοι:	6-9 ετών 10-13 ετών 14-17 ετών	6-9 ετών 10-13 ετών 14-17 ετών	6-9 ετών 10-13 ετών 14-17 ετών
Ενήλικες:	18+ ετών	18+ ετών	18+ ετών

POWER FIT

Ανήλικοι:	6-9 ετών 10-13 ετών 14-17 ετών	6-9 ετών 10-13 ετών 14-17 ετών	- - -
Ενήλικες:	18-40 ετών	18-40 ετών	-
Βετεράνοι:	40+ ετών	40+ ετών	-



ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΟΜΟΣΠΟΝΔΙΑ Μικτών Πολεμικών Τεχνών



Διευκρίνιση για την κατηγοριοποίηση των αθλητών:

Η ηλικία ενός αθλητή καθορίζεται από την πλήρη ημερομηνία γέννησής του και όχι μόνο από την χρονιά.

<u>Κατηγορία</u>	<u>Ελάχιστη Ηλικία</u>	<u>Μέγιστη Ηλικία</u>
Ανήλικοι: 6-9	6	9
Ανήλικοι: 10-13	10	13
Ανήλικοι: 14-17	14	17
Ενήλικοι: SHADOW BOX	18	-
Ενήλικοι: DUO DRILLS	18	-
Ενήλικοι: POWER FIT	18	40
Βετεράνοι: POWER FIT	40	-

Διάρκεια Γύρων

SHADOW BOX

<u>Κατηγορία</u>	<u>Χρόνος Γύρου</u>	<u>Γύροι</u>	<u>Διάλειμμα μεταξύ των γύρων</u>
Ανήλικοι: 6-9	30"	2	30"
Ανήλικοι: 10-13	30"		
Ανήλικοι: 14-17	1 λεπτό		
Ενήλικοι: 18+	1 λεπτό	2	30"



ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΟΜΟΣΠΟΝΔΙΑ

Μικτών Πολεμικών Τεχνών



DUO DRILLS

Κατηγορία	Χρόνος Γύρου	Γύροι	Διάλειμμα μεταξύ των γύρων
Ανήλικοι: 6-9	30"	2	30"
Ανήλικοι: 10-13	1 λεπτό		
Ανήλικοι: 14-17	1 λεπτό		
Ενήλικοι: 18+	1 λεπτό	2	30"

POWER FIT

Κατηγορία	1ος γύρος / <u>Jumping Jacks</u>	2ος γύρος / <u>Squat Front Kick</u>	3ος γύρος / <u>Sprawl Burpees</u>	Διάλειμμα μεταξύ των γύρων
Ανήλικοι: 6-9	30"	30"	30"	30"
Ανήλικοι: 10-13	45"	45"	45"	30"
Ανήλικοι: 14-17	1 λεπτό	1 λεπτό	1 λεπτό	30"
Ενήλικοι: 18-40	2 λεπτά	1 λεπτό	1 λεπτό	30"
Βετεράνοι: 40+	40"	40"	40"	30"

Αθλητική Ενδυμασία

SHADOW BOX

Οι διαγωνιζόμενοι θα πρέπει να φοράνε:

- Σορτσάκι MMA οποιουδήποτε χρώματος (προτιμάται μπλε / κόκκινο / μαύρο ή άσπρο).
- Rashguard κοντομάνικο ή αμάνικο οποιουδήποτε χρώματος (προτιμάται μπλε / κόκκινο / μαύρο ή άσπρο).
- Μπαντάζ μπορούν να χρησιμοποιηθούν αλλά απαγορεύονται τα γάντια.
- Απαγορεύονται κάλτσες ή προστατευτικά αστραγάλου.
- Απαγορεύονται τα παπούτσια.



ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΟΜΟΣΠΟΝΔΙΑ

Μικτών Πολεμικών Τεχνών



DUO DRILLS

Οι διαγωνιζόμενοι θα πρέπει να φοράνε:

- Σορτσάκι MMA οποιουδήποτε χρώματος (προτιμάται μπλε / κόκκινο / μαύρο ή άσπρο).
- Rashguard κοντομάνικο ή αμάνικο οποιουδήποτε χρώματος (προτιμάται μπλε / κόκκινο / μαύρο ή άσπρο).
- Μπαντάζ μπορούν να χρησιμοποιηθούν αλλά απαγορεύονται τα γάντια.
- Απαγορεύονται κάλτσες ή προστατευτικά αστραγάλου.
- Απαγορεύονται τα παπούτσια.

POWER FIT

Οι διαγωνιζόμενοι θα πρέπει να φοράνε:

- Σορτσάκι ή κολάν οποιουδήποτε χρώματος (προτιμάται μπλε / κόκκινο / μαύρο ή άσπρο).
- Μπλουζάκι κοντομάνικο ή αμάνικο οποιουδήποτε χρώματος (προτιμάται μπλε / κόκκινο / μαύρο ή άσπρο).
- Αθλητικά παπούτσια (προτείνεται) ή ξυπόλυτοι (προαιρετικό).

Γενικοί Κανόνες:

- ✓ Οι βαθμολόγηση των βίντεο θα γίνει από την Κριτική Επιτροπή της Ε.Ο.Μ. την ημέρα διεξαγωγής του 1^{ου} MMA Cyber Tournament, **Κυριακή 20 Δεκεμβρίου 2020**. Τα αποτελέσματα θα ανακοινωθούν στα σωματεία που συμμετείχαν με τους αθλητές τους την τελευταία εβδομάδα του Δεκεμβρίου.
- ✓ Η **Κριτική Επιτροπή** του 1^{ου} MMA Cyber Tournament αποτελείται από: τον κ. **Βάβουρα Κωνσταντίνο** (Υπεύθυνος σώματος Διαιτητών-Κριτών της Ε.Ο.Μ.), τον κ. **Μπάρκα Αθανάσιο** (Πρόεδρος Ε.Ο.Μ.) και τον κ. **Μινωτάκη Μιχαήλ** (Γενικός Γραμματέας Ε.Ο.Μ.)
- ✓ Όλοι οι συμμετέχοντες θα πρέπει να διαθέτουν Κάρτα Υγείας Αθλητή σε ισχύ (από οποιοδήποτε άθλημα) και ενεργό Δελτίο Αθλητικής Ιδιότητας από την Ε.Ο.Μ.
- ✓ Όλοι οι συμμετέχοντες στο Τουρνουά θα πρέπει να αποδέχονται και να τηρούν το σύνολο των **κανονισμών που διέπουν τους αγώνες**.



Απονομές

Όλοι οι αθλητές που θα συμμετάσχουν στο 1^ο MMA Cyber Tournament θα παραλάβουν βεβαίωση συμμετοχής και οι πρώτοι τρεις αθλητές κάθε κατηγορίας θα λάβουν τιμητικό δίπλωμα, τα οποία θα απονεμηθούν στην **επόμενη διοργάνωση** της Ε.Ο.Μ.

Τα καλύτερα στιγμιότυπα από τα βίντεο των συμμετεχόντων του 1^{ου} MMA Cyber Tournament θα χρησιμοποιηθούν στην δημιουργία ενός ενιαίου βίντεο που θα προάγει την ανάπτυξη του αθλήματος του MMA και της Ομοσπονδίας μας.

Αιτήσεις – Συμμετοχές – Πληρωμές

Η **επίσημη δήλωση** των αθλητών κάθε αθλητικού σωματείου, που προτίθεται να λάβει μέρος στο διαγωνισμό, πρέπει να γίνει μέσω μηνύματος ηλεκτρονικού ταχυδρομείου στη διεύθυνση info@grmmaf.gr μέχρι την **Τετάρτη 16 Δεκεμβρίου 2020**.

Όσοι αθλητές δεν διαθέτουν Δελτίο Αθλητικής Ιδιότητας θα πρέπει τα έγγραφα για την έκδοσή του (για αίτηση πατήστε [εδώ](#)) να κατατεθούν το αργότερο μέχρι την **Τετάρτη 16 Δεκεμβρίου 2020**.

Οι αθλητές που θα συμμετέχουν στην εκδήλωση παρέχουν ρητά και χωρίς επιφύλαξη τη συγκατάθεσή τους για την καταχώρηση και τήρηση των προσωπικών τους δεδομένων στις ηλεκτρονικές πλατφόρμες της Ομοσπονδίας (στοιχεία ταυτοποίησης, δημοσίευση φωτογραφιών κλπ.), σύμφωνα με το άρθρο 6.1α του Κανονισμού ΕΕ 2016/679 (GDPR).

Η **αποστολή** του οπτικοακουστικού υλικού (**βίντεο**) με την επίδειξη του κάθε διαγωνιζόμενου πρέπει να αποσταλεί με μήνυμα ηλεκτρονικού ταχυδρομείου στο info@grmmaf.gr μέσω της εφαρμογής **Wetransfer** έως την **Παρασκευή 18 Δεκεμβρίου 2020**.

Κανόνες και Κανονισμούς του 1^{ου} MMA Cyber Tournament μπορείτε να τους βρείτε πατώντας [εδώ](#) ή στο σχετικό άρθρο στην επίσημη ιστοσελίδα της Ε.Ο.Μ. στον παρακάτω σύνδεσμο: <https://grmmaf.gr/diaitites-krites/>



ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΟΜΟΣΠΟΝΔΙΑ Μικτών Πολεμικών Τεχνών



Κόστος συμμετοχής ανά κατηγορία: 5€

Αποδεικτικό κατάθεσης χρημάτων: ως αιτιολογία στο αποδεικτικό κατάθεσης, αναγράφουμε την ονομασία του σωματείου και το συνολικό αριθμό των αθλητών (π.χ. «Α.Σ. ΕΠΩΝΥΜΙΑ ΣΩΜΑΤΕΙΟΥ», 10).

ΔΕΝ θα πρέπει να πληρώνονται άλλες υποχρεώσεις προς την Ε.Ο.Μ. (π.χ. Δελτία Αθλητικής Ιδιότητας) ταυτόχρονα στην ίδια κατάθεση.

Οι πληρωμές συμμετοχής θα γίνονται μόνο μέσω τραπεζικού λογαριασμού και μόνο από τα Σωματεία μέλη της Ε.Ο.Μ.

Δικαιούχος: **ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΟΜΟΣΠΟΝΔΙΑ ΜΙΚΤΩΝ ΠΟΛΕΜΙΚΩΝ ΤΕΧΝΩΝ**

Αρ. Λογαριασμού: **ΤΡΑΠΕΖΑ ΠΕΙΡΑΙΩΣ: GR45 0172 0090 0050 0910 1568 259**

Τρόποι επικοινωνίας:

E-mail: info@grmmaf.gr

Τηλέφωνο: 6973820982 & 6980954514

Καλή Επιτυχία!

Μετά τιμής,

Ο Πρόεδρος

Μπάρκας Αθανάσιος



Ο Γεν. Γραμματέας

Μινωτάκης Μιχαήλ