

# ΑΝΤΙΠΡΟΣΩΠΕΥΤΙΚΕΣ ΟΜΑΔΕΣ

## ΛΥΚΕΙΩΝ-ΓΥΜΝΑΣΙΩΝ και ΔΗΜΟΤΙΚΩΝ ΣΧΟΛΕΙΩΝ

2024 - 2025

### 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 16/9/2024 έως 30/9/2024.

### BASKET BALL

**ΔΙΑΔΙΚΑΣΙΕΣ:** Μέχρι 18 Οκτωβρίου, οι αθλητές -αθλήτριες που έχουν επιλεγεί στις Αντιπροσωπευτικές Ομάδες, οφείλουν να επιστρέψουν στον προπονητή τους την υπογεγραμμένη αίτηση συμμετοχής.

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

### FOOT BALL

**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.

**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.

**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.

**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.

**ΕΝΑΡΞΗ:** Οι προπονήσεις του Γυμνασίου – Λυκείου αρχίζουν την Τρίτη, 1/10/2024 και των Δημοτικών Σχολείων το Σάββατο, 5/10/2024.

**ΑΡΓΙΕΣ:** Οι προπονήσεις δεν θα γίνουν 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, 23/12-7/1 Διακοπές Χριστουγέννων, 1/3-3/3 Τριήμερο Καθαράς Δευτέρας, 24/3 Σχολική Παρέλαση, 25/3 Εθνική Εορτή, 11/4 – 25/4 Διακοπές Πάσχα, 7/6-9/6 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.

**ΔΗΜΟΤΙΚΑ ΣΧΟΛΕΙΑ:** Οι προπονήσεις των Αντιπροσωπευτικών Ομάδων των Δημοτικών Σχολείων πραγματοποιούνται Τρίτη 16:00-17:20, Τετάρτη 14:10-15:35, Παρασκευή 16:00-17:20, μετά τη λήξη των μαθημάτων, στο Campus της Κάντζας και Σάββατο 09:00-13:30 στο Campus του Ψυχικού.

Συντονιστής Εξωσχολικού Αγωνιστικού Προγράμματος  
Θοδωρής Γραμματικόπουλος

### TENNIS