



## ΤΜΗΜΑΤΑ ΥΠΟΔΟΜΗΣ 2022-2023

Ο ΓΣΑΠ είναι ελληνικό αθλητικό σωματείο που δραστηριοποιείται στον Δήμο της Αγίας Παρασκευής, καθώς και στην ευρύτερη περιοχή των Βορείων Προαστίων. Η έδρα του Συλλόγου είναι στο κλειστό δημοτικό γυμναστήριο του Κοντόπευκου. Οι αθλήτριες του Συλλόγου αγωνίζονται με χρώματα το κόκκινο, το λευκό ή το μαύρο .

Από το 1987 η ομάδα γυναικών έχει αγωνιστεί :**10 φορές στην Α1 Εθνική Κατηγορία, 22 φορές στην Α2 Εθνική Κατηγορία, 3 φορές στην Α΄ Κατηγορία Αττικής, στην οποία κατέκτησε δύο κύπελλα και δύο πρωταθλήματα , ενώ την περίοδο 2015-16 η ομάδα μας έφτασε στους «8» του Κυπέλλου Ελλάδας.** Φέτος αγωνίζεται στην Α2 Εθνική Κατηγορία για 23<sup>η</sup> φορά τα τελευταία 35 χρόνια.

Την περίοδο 2018-19 οι παγκορασίδες μας αναδείχτηκαν πρωταθλήτριες της ΕΣΚΑ και το 2021-22 προκρίθηκαν στο final-four της ίδιας διοργάνωσης. Την περίοδο 2020-21 οι κορασίδες και οι νεανίδες κατέκτησαν την δεύτερη θέση στο πρωτάθλημα της ΕΣΚΑ. Φέτος τα παραπάνω τμήματα συμμετέχουν στο πρωτάθλημα της Α κατηγορίας ΕΣΚΑ.

### ΤΜΗΜΑΤΑ ΑΝΑ ΗΛΙΚΙΑ ΑΘΛΗΤΡΙΩΝ

Τμήμα	Ηλικία	Προπονητής	Έφορος
Juniors (Ακαδημία)	2013-16	Κατερίνα Ναζίρη 6979119221 Αθηνάϊς Κακοσούρη 6989750033	Σάκης Ευθυμιόπουλος 6979982448
Προμίνι (Ακαδημία)	2011-12	Κατερίνα Ναζίρη 6979119221 Αθηνάϊς Κακοσούρη 6989750033	Στράτος Συρίγος 6947726734
Μίνι	2010-11	Κατερίνα Ναζίρη 6979119221	Γιάννης Πρίφτης 6944412221
Παγκορασίδες	2008-9	Νικόλαος Τσίκος 6944830220	Γιώργος Νίκου 6977263243
Κορασίδες	2007-8	Κώστας Στρατής 6977606636	Σωκράτης Σινάνογλου 6980523335
Νεανίδες	2005-6	Κώστας Στρατής 6977606636	Δημήτρης Αλεξάνδρου 6948749715
Τεχνικός Διευθυντής Τμημάτων Υποδομής			Νικόλαος Τσίκος 6944830220
Πρόεδρος - Γενικός αρχηγός			Βαγγέλης Κακοσούρης 6978995568

### ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΠΡΟΠΟΝΗΣΕΩΝ 2022-23

Τμήμα	Δευτέρα	Τρίτη	Τετάρτη	Πέμπτη	Παρασκευή	Σάββατο	Κυριακή
Junior		16:00-17:00 Κοντόπευκο				10:00-11:00 Κοντόπευκο	12:00-13:00 Κοντόπευκο
Προμίνι		16:00-17:00 Κοντόπευκο		18:00-19:00 ΜΑΝΣΟΥΡΗ		09:00-10:00 Κοντόπευκο	13:00-14:15 Κοντόπευκο
Μίνι		18:00-19:30 ΜΑΝΣΟΥΡΗ	15:30-16:30 Κοντόπευκο	18:00-19:00 ΜΑΝΣΟΥΡΗ		08:00-09:00 Κοντόπευκο	14:15-15:30 Κοντόπευκο
Παγκορασίδες		20:00-21:30 ΕΠΑΛ	14:30-16:00 Κοντόπευκο	20:00-21:30 ΕΠΑΛ	16:30-18:00 Κοντόπευκο	ΑΓΩΝΑΣ	
Κορασίδες			18:00-19:30 Κοντόπευκο	21:00-23:00 Κοντόπευκο	18:00-19:30 Κοντόπευκο	ΑΓΩΝΑΣ	15:30-17:00 Κοντόπευκο
Νεάνιδες	ΑΓΩΝΑΣ		18:00-19:30 Κοντόπευκο	21:00-23:00 Κοντόπευκο			15:30-17:00 Κοντόπευκο

Τις Τετάρτες όταν διεξάγεται εντός έδρας αγώνας ΝΕΩΝ της ΚΑΠ οι προπονήσεις μεταβάλλονται ελαφρώς.

**Κλειστό Γυμναστήριο Κοντοπευκου:** Κανάρη & Δωριέων, Αγία Παρασκευή

**Ανοικτό γήπεδο :** ΜΑΝΣΟΥΡΗ: Σαρανταπόρου και Τόμπρα, όπισθεν πλατείας Αγίας Παρασκευής

ΕΠΑΛ : Παπαφλέσσα 17 Τσακός , Αγία Παρασκευή

Οι αθλήτριες θα πρέπει να βρίσκονται στο γήπεδο 10 λεπτά πριν την έναρξη της προπόνησης.

### ΕΤΗΣΙΑ ΣΥΝΕΙΣΦΟΡΑ

Τμήμα	ΣΥΝΟΛΟ	1η δόση	2η δόση	3η δόση
		Με την εγγραφή	Έως 15-11-22	Έως 20-12-22
Junior	380	150€	130€	100€
Προμίνι	380	150€	130€	100€
Μίνι	380	150€	130€	100€
Παγκορασίδες	380	150€	130€	100€
Κορασίδες	400	150€	150€	100€
Νεάνιδες Β' Λυκείου	300€	100€	100€	100€
Νεάνιδες Γ' Λυκείου	200€	100€	100€	50 €

- Προβλέπεται αύξηση των δόσεων εάν η πληρωμή γίνει με πιστωτική κάρτα
- Η συνεισφορά μειώνεται κατά 100€ για το δεύτερο αθλούμενο παιδί
- Προβλέπεται ειδική έκπτωση για πολύτεκνους και για ανέργους

## **ΕΓΓΡΑΦΗ**

Για την εγγραφή της αθλήτριας στην ομάδα απαιτούνται:

- **Αίτηση εγγραφής αθλήτριας για την περίοδο 2022-23**
- **Κάρτα Υγείας Αθλητή , σύμφωνα με τον Ν. 4479/2017**
- **Δύο φωτογραφίες**
- **Εγγραφή στο σύλλογο ενός γονέα (πατέρα ή μητέρας) με εφ' άπαξ κόστος 20€.**

Τα χρήματα της εγγραφής και της ετήσιας συνεισφοράς θα λαμβάνονται από την κ Καρρά Βίκυ (τηλ. 6995448380) και θα δίδεται απόδειξη στο όνομα του γονέα – μέλους του συλλόγου.

## **ΚΑΡΤΑ ΥΓΕΙΑΣ ΑΘΛΗΤΗ**

**ΠΡΟΤΕΡΑΙΟΤΗΤΑ κατά την έναρξη της περιόδου, είναι η προσκόμιση της ΚΑΡΤΑΣ ΥΓΕΙΑΣ ΑΘΛΗΤΗ.**

Το έντυπο αυτό διατίθεται από τους **εφόρους των τμημάτων**, αλλά βρίσκεται και στην **ιστοσελίδα** μας. Την υπογράφει **ΚΑΡΔΙΟΛΟΓΟΣ**, και όχι ιατροί άλλων ειδικοτήτων, αφού διενεργήσει ηλεκτροκαρδιογράφημα και κλινική εξέταση.

Χωρίς την Κάρτα Υγείας Αθλητή τα παιδιά **ΔΕΝ** επιτρέπεται να συμμετάσχουν σε προπονήσεις ή αγώνες , ανεξάρτητα ηλικίας.

Την Κάρτα Υγείας Αθλητή οφείλουν να έχουν όλοι οι εν ενεργεία αθλητές, ανεξάρτητα εάν έχουν αθλητικό δελτίο.

## **ΓΣΑΠ ΚΑΙ COVID 19**

Η ομάδα μας τηρεί απαρέγκλιτα όλες τις οδηγίες που έχουν δοθεί από την ΓΓΑ για όσο το δυνατόν ασφαλέστερη άθληση των αθλητριών , των προπονητών και όλων των συντελεστών της για την αντιμετώπιση του COVID 19.

## **Προμήθεια αθλητικών εμφανίσεων**

<b>ΕΙΔΟΣ</b>	<b>ΤΕΛΙΚΗ ΤΙΜΗ</b>
Προπονητικό double face	25€
Σετ παντελόνι φόρμας + φούτερ χωρίς κουκούλα	30€
Τσάντα μεγάλη – δίπατη	25€
Τσάντα μικρή	20€
Πακέτο με: προπονητικό double face + παντελόνι φόρμας + φούτερ χωρίς κουκούλα + τσάντα μεγάλη – δίπατη	70€
Πακέτο με: προπονητικό double face + παντελόνι φόρμας + φούτερ χωρίς κουκούλα + τσάντα μικρή	60€

**Η εξόφληση των εμφανίσεων και του εξοπλισμού γίνεται κατά την παραγγελία**