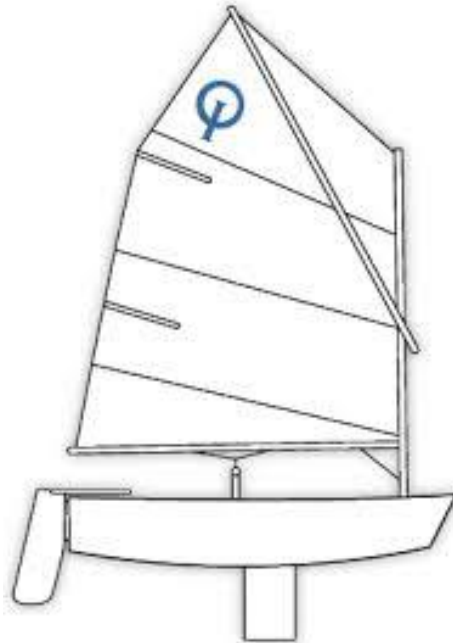


Optimist

Μήκος 2,3 μ., πλάτος 1,13 μ., ένα πανί με επιφάνεια 3,5 μ². Είναι για ένα νεαρό αθλητή



Το σκάφος Optimist είναι ιδανικό για παιδιά που έχουν σαν στόχο να ασχοληθούν με την εισαγωγή στο άθλημα της Ιστιοπλοΐας μέχρι την ηλικία των 15 ετών.

Προϋποθέσεις Συμμετοχής

- Optimist: Ηλικίας 6 έως 15 ετών
- Γνώση κολύμβησης
- Σεβασμός των κανόνων του αθλήματος

Βασική Εκπαίδευση

- Γνωριμία με το σκάφος
- Ονοματολογία
- Μαθήματα αρματωσιάς του σκάφους
- Τακ
- Πότζα
- Πλεύσεις (όρτσα – πρύμα – Πλαγιοδρομία)
- Γνωριμία με τον αγωνιστικό στίβο
- Κανονισμοί Ιστιοπλοΐας

Χρήσιμες πληροφορίες για την έκδοση αθλητικού δελτίου

- Έντυπο αιτήσεως – Υπεύθυνη Δήλωση (Διατίθεται από τη Γραμματεία)
- Πιστοποιητικό Γιατρού για την ικανότητα άθλησης
- Πιστοποιητικό γέννησης από το Δήμο
(πρωτότυπο ή επικυρωμένο από την αστυνομία)
- 1 ψηφιακή φωτογραφία

ΤΜΗΜΑΤΑ:

➤ **ΑΡΧΑΡΙΟΙ ΟΡΤΙΜΙΣΤ**

Προπονητής: Βάσιλας Άγγελος

Πρόγραμμα προπονήσεων: Σάββατο και Κυριακή 10:00-12:30

Αθλητές:

ΡΑΓΚΟΥΣΗΣ ΣΩΤΗΡΗΣ
ΡΑΓΚΟΥΣΗ ΚΩΝΣΤΑΝΤΙΝΑ
ΜΩΡΑΙΤΙΔΗΣ ΒΑΣΙΛΗΣ
ΜΠΑΦΙΤΗ ΣΟΦΙΑ
ΦΡΑΓΚΟΥΛΗΣ ΝΙΚΟΣ
ΔΑΛΑΜΑΓΚΑΣ ΔΑΜΙΑΝΟΣ
ΚΥΠΡΑΙΟΣ ΓΙΩΡΓΟΣ
ΤΣΑΝΤΑΝΗΣ ΓΙΑΝΝΗΣ
ΚΑΛΑΝΤΖΗΣ ΣΤΕΦΑΝΟΣ
ΣΠΑΝΟΥ ΚΑΤΕΡΙΝΑ
ΠΙΤΣΙΝΕΛΗΣ ΝΙΚΟΛΑΣ
ΛΕΙΒΑΔΑ ΑΛΕΞΑΝΔΡΑ

➤ **ΠΡΟΧΩΡΗΜΕΝΟΙ ΑΡΧΑΡΙΟΙ ΟΡΤΙΜΙΣΤ:**

Προπονητής: Βάσιλας Άγγελος

Πρόγραμμα προπονήσεων: Σάββατο και Κυριακή 12:30-15:00

Αθλητές:

ΣΙΔΕΡΗΣ ΧΑΡΗΣ
ΣΠΑΝΟΣ ΜΑΝΟΣ
ΝΙΚΑ ΑΝΝΑ
ΤΡΙΒΥΖΑ ΜΑΡΙΝΑ
ΝΙΚΑΣ ΘΟΔΩΡΗΣ
ΛΕΙΒΑΔΑ ΑΘΗΝΑ
ΚΑΛΑΝΤΖΗ ΜΑΡΙΝΑ
ΠΟΥΛΙΟΣ ΑΝΤΩΝΗΣ

➤ **ΑΓΩΝΙΣΤΙΚΗ ΟΜΑΔΑ ΟΡΤΙΜΙΣΤ:**

Προπονητής: Ταγαρόπουλος Παναγιώτης

Πρόγραμμα προπονήσεων: Τρίτη-Πέμπτη-Σάββατο 14:30-18:00 και Κυριακή 10:00-14:00

Αθλητές:

ΚΑΡΑΣΑΝΤΕΣ ΚΩΝΣΤΑΝΤΙΝΟΣ

ΡΑΓΚΟΥΣΗΣ ΣΤΕΦΑΝΟΣ

ΚΑΛΑΚΩΝΑ ΜΑΡΙΑΛΕΝΑ

ΔΑΦΕΡΕΡΑ ΘΕΟΔΩΡΑ

ΜΠΡΟΥΣΗΣ ΒΙΚΤΩΡ

ΠΑΝΑΓΙΩΤΙΔΗΣ ΚΩΝ/ΝΟΣ

ΑΝΔΡΕΑΔΗΣ ΓΡΗΓΟΡΗΣ

ΚΑΛΑΚΩΝΑ ΜΑΡΙΝΑ

ΔΑΦΕΡΕΡΑ ΘΕΟΦΑΝΙΑ