



ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΔΗΜΟΚΡΑΤΙΑ
ΔΗΜΟΣ ΠΡΕΒΕΖΑΣ

Πρέβεζα 05-02-2022

Γραφείο Τύπου

Β. Μπάλκου 1 – 48100 – Πρέβεζα

Τηλ.: 26820-26013

Fax: 26820-26631

E-mail: press@1485.syzefxis.gov.gr

**Εντυπωσιακοί αγώνες στην Πρέβεζα – Το Πανελλήνιο Πρωτάθλημα Ακροβατικής
Γυμναστικής 15 - 17 Απριλίου στην πόλη μας!**

Η Πρέβεζα αγκαλιάζει και αναδεικνύει την ακροβατική γυμναστική φιλοξενώντας για πρώτη φορά, το πανελλήνιο πρωτάθλημα στις 15-17 Απριλίου 2022 σε συνδιοργάνωση της Ελληνικής Γυμναστικής ομοσπονδίας και του Δήμου Πρέβεζας.



Η πόλη της Πρέβεζας θα υποδεχθεί τους κορυφαίους αθλητές (άντρες, γυναίκες και παιδιά) της Ακροβατικής Γυμναστικής, για να διεκδικήσουν τους Πανελλήνιους τίτλους στο άθλημα που συνδυάζει ακροβατικές ασκήσεις, στοιχεία χορού και ενόργανης γυμναστικής και που θα απολαύσουν οι συμπολίτες μας στο κλειστό γυμναστήριο της Πρέβεζας.

«Την ομορφιά της ακροβατικής γυμναστικής, ενός αθλήματος που βρίσκεται σε διαρκή άνοδο, θα έχουν την ευκαιρία να γνωρίσουν οι φίλαθλοι της Πρέβεζας, μέσα από το πανελλήνιο πρωτάθλημα όλων των ηλικιακών κατηγοριών», δήλωσε ο Δήμαρχος Νίκος Γεωργάκος.

«Ένα πρωτάθλημα αρμονίας και γυμναστικής, με εντυπωσιακά προγράμματα που θα ενθουσιάσουν μικρούς και μεγάλους έρχεται στην Πρέβεζα», σημείωσε ο Πρόεδρος του Δ.Σ. και υπεύθυνος Αθλητισμού και Μαζικού Αθλητισμού Λεωνίδα Αργυρός ενώ η Ειδική σύμβουλος Αθλητισμού του Δήμου Πρέβεζας Γιώτα Γεωργάκου, τόνισε ότι «το φετινό πανελλήνιο πρωτάθλημα ακροβατικής γυμναστικής ανδρών – γυναικών, εφήβων – νεανίδων – παιδων – κορασίδων, πρόκειται να αποτελέσει μία γιορτή της ακροβατικής γυμναστικής, με τους αριθμούς συμμετοχών να δημιουργούν νέα ρεκόρ».

Τύποι Προγραμμάτων Ακροβατικής Γυμναστικής που θα έχουμε την ευκαιρία να παρακολουθήσουμε στην Πρέβεζα:

Πρόγραμμα Ισορροπίας: Στο συγκεκριμένο είδος προγράμματος, οι αθλητές καλούνται να υλοποιήσουν διαφορετικές στηρίξεις που απαιτούν τόσο την ευλυγισία τους όσο και την σταθερότητά τους.

Δυναμικό Πρόγραμμα: Η κατηγορία αυτή, περιλαμβάνει πετάγματα, πιασίματα και ασκήσεις ταμπλινγκ. Για την υλοποίησή τους, απαιτείται ο συγχρονισμός των αθλητών, η μυϊκή δύναμη της βάσης, καθώς επίσης και η ικανότητα της κορυφής να περιστραφεί.

Μεικτό Πρόγραμμα: Τα προγράμματα αυτά περιλαμβάνουν τόσο ασκήσεις ισορροπίας όσο και δυναμικών προγραμμάτων.

Κατηγορίες

Η διάκριση των ομάδων σε κατηγορίες εξαρτάται από την ηλικία των αθλητών, αλλά και τις επιδόσεις ή το επίπεδο δυσκολίας που έχουν κατορθώσει να φτάσουν.

Κατηγορίες σύμφωνα με τους ελληνικούς κανονισμούς

<u>Ηλικία Αθλητών</u>	<u>Κατηγορία</u>
15 ετών & άνω	A Κατηγορία
13-19 ετών	B1 Κατηγορία
12-18 ετών	B2 Κατηγορία
11-16 ετών	Γ Κατηγορία
8-16 ετών	Δ Κατηγορία
7-15 ετών	E Κατηγορία

Σας περιμένουμε στην μεγάλη αυτή αθλητική γιορτή, η οποία εκτός από την εντυπωσιακή εικόνα , τους τίτλους και τα ρεκόρ των αθλητών θα αναδείξει την Πρέβεζα ως μια Πόλη που μπορεί να στηρίξει και να διοργανώσει σημαντικές, πανελλήνιας εμβέλειας εκδηλώσεις