



ΚΑΝΟΝΙΣΜΟΙ ΕΓΓΡΑΦΩΝ – ΜΕΤΑΓΡΑΦΩΝ ΚΟΕΚ

Άρθρο 1

Με τους παρόντες κανονισμούς καθορίζονται οι όροι και οι προϋποθέσεις εγγραφής και μεταγραφής στα αθλήματα της Κολύμβησης, Υδατοσφαίρισης, Καταδύσεων, Συγχρονισμένης Κολύμβησης, των Παραολυμπιακών αθλημάτων της κολύμβησης και της κολύμβησης των Βετεράνων, των Κυπρίων και αλλοδαπών αθλητών, σε σωματεία μέλη της Κυπριακής Ομοσπονδίας Κολύμβησης (ΚΟΕΚ) που διατηρούν τμήμα ή τμήματα των πιο πάνω αθλημάτων, ο χρόνος διενέργειας και η διαδικασία εγγραφής και μεταγραφής των αθλητών, τα αρμόδια όργανα έγκρισης τους και σχετικές διατάξεις.

ΚΕΦΑΛΑΙΟ Α' ΕΓΓΡΑΦΗ ΑΘΛΗΤΩΝ

Άρθρο 2

Όροι και προϋποθέσεις εγγραφής Κυπρίων αθλητών

1. Για την εγγραφή Κυπρίου αθλητή στη δύναμη αθλητικού σωματείου μέλους της ΚΟΕΚ και την έκδοση αθλητικής ταυτότητας, ο ενδιαφερόμενος πρέπει κατά την υποβολή της αίτησης εγγραφής:
 - α) Να έχει κυπριακή υπηκοότητα και να έχει συμπληρώσει το 8^ο έτος της ηλικίας του (η ηλικία του υπολογίζεται με βάση την 1^η Ιανουαρίου του έτους γέννησης).
 - β) Να μην είναι εγγεγραμμένος σε άλλο αθλητικό σωματείο μέλος της ΚΟΕΚ.
 - γ) Να συμπληρώσει και να υπογράψει αίτηση εγγραφής καθώς επίσης και συγκατάθεση επεξεργασίας προσωπικών δεδομένων σε ειδικά έντυπα της Ομοσπονδίας. Αν ο αθλητής είναι ανήλικος, δηλαδή δεν έχει συμπληρώσει το 18^ο έτος της ηλικίας του, απαιτείται υπογραφή της αίτησης και του εντύπου Προσωπικών Δεδομένων τόσο από τον αθλητή όσο και από τα πρόσωπα που έχουν τη γονική μέριμνα του ανήλικου αθλητή, τα στοιχεία των οποίων πρέπει να αναγράφονται στην αίτηση.

Στην περίπτωση που ένας εκ των δύο ή και οι δύο γονείς δεν βρίσκονται στην ζωή, πρέπει να αποσταλεί πιστοποιητικό θανάτου.

Στην περίπτωση που τη γονική μέριμνα έχει ο ένας εκ των δύο γονέων, ή συγγενής, ή επίτροπος, πρέπει να αποσταλεί η σχετική απόφαση του Δικαστηρίου.
 - δ) Να επισυνάψει πρωτότυπο ή αντίγραφο πιστοποιητικό γέννησης ή αντίγραφο Δελτίου Πολιτικής Ταυτότητας, 1 (μία) πρόσφατη φωτογραφία, τύπου και μεγέθους διαβατηρίου και αντίγραφο του δελτίου υγείας του Κυπριακού Οργανισμού Αθλητισμού το οποίο να βρίσκεται σε ισχύ.



- ε) Σε ειδική θέση του έντυπου της αίτησης, ο πρόεδρος ή ο γενικός γραμματέας του σωματείου στο οποίο εγγράφεται ο αθλητής, πρέπει να βεβαιώσει με την υπογραφή του το γνήσιο της ταυτότητας και της υπογραφής του αθλητή και των προσώπων που έχουν τη γονική μέριμνα αυτού και να θέσει στο έντυπο τη σφραγίδα του σωματείου.
2. Η αίτηση εγγραφής μπορεί να καταχωρηθεί ηλεκτρονικά, από το σωματείο στο οποίο εγγράφεται ο αθλητής, εντός 30 ημερών από την υπογραφή της.
3. Για την εγγραφή κυπρίων αθλητών οι οποίοι είναι εγγεγραμμένοι σε σωματεία στο εξωτερικό, πέραν των πιο πάνω, απαιτείται και βεβαίωση από την Ομοσπονδία στην οποία ανήκει το σωματείο, ότι δεν φέρει ένσταση στην εγγραφή του στο μητρώο της KOEK.

Άρθρο 3

Όροι και προϋποθέσεις εγγραφής αλλοδαπών αθλητών

1. Η εγγραφή αλλοδαπού αθλητή, στη δύναμη σωματείου μέλους της KOEK επιτρέπεται μετά από αποδεδειγμένη συνεχή παραμονή του στην Κυπριακή Δημοκρατία για περίοδο 9 (εννέα) τουλάχιστον μηνών. Από τον κανονισμό εξαιρούνται οι υδατοσφαιριστές, η μεταγραφή των οποίων γίνεται με την εξασφάλιση του International Transfer Certificate της European Aquatics.
2. Α) Οι πιο πάνω αθλητές μπορούν να συμμετέχουν σε όλους τους αγώνες της KOEK, οι επιδόσεις τους όμως δεν θα αναγνωρίζονται για σκοπούς Παγκυπρίων επιδόσεων, συμμετοχής με τις Εθνικές Ομάδες και των ετήσιων αξιολογήσεων.
- Β) Στην περίπτωση που αλλοδαπός αθλητής αποκτά την Κυπριακή υπηκοότητα, αποκτά τότε και αυτόματα το δικαίωμα της καταγραφής, αξιολόγησης και αναγνώρισης των επιδόσεων του, για σκοπούς Παγκυπρίων επιδόσεων, συμμετοχής με τις Εθνικές ομάδες και ετήσιων αξιολογήσεων. Αυτό ισχύει από την στιγμή που θα αποστείλει στην KOEK αντίγραφο του κυπριακού διαβατηρίου ή της Πολιτικής Ταυτότητας.
3. Για την εγγραφή αλλοδαπού αθλητή στη δύναμη Κυπριακού σωματείου και την έκδοση δελτίου αθλητικής ταυτότητας, ο ενδιαφερόμενος πρέπει, πέραν της προϋπόθεσης της παραγράφου 1 του παρόντος Άρθρου, κατά την υποβολή της αίτησης εγγραφής:
- α) Να έχει συμπληρώσει το 8^ο έτος της ηλικίας του (η ηλικία του υπολογίζεται με βάση την 1^η Ιανουαρίου του έτους γέννησης).
- β) Να μην είναι εγγεγραμμένος σε άλλο σωματείο μέλος της KOEK.
- γ) Να υποβάλει αποδεικτικό στοιχείο το οποίο να αποδεικνύει τη συνεχή παραμονή του στην Κύπρο τους αμέσως προηγούμενους εννέα (9) τουλάχιστον μήνες.
- δ) Να συμπληρώσει και να υπογράψει αίτηση εγγραφής καθώς επίσης και συγκατάθεση επεξεργασίας προσωπικών δεδομένων σε ειδικά έντυπα της Ομοσπονδίας. Αν ο αθλητής είναι ανήλικος, δηλαδή δεν έχει συμπληρώσει το 18^ο έτος της ηλικίας του, η αίτηση και το έντυπο Προσωπικών Δεδομένων υπογράφονται τόσο από τον αθλητή όσο και από τα πρόσωπα που ασκούν τη γονική μέριμνα του ανήλικου αθλητή.



Στην περίπτωση που ένας εκ των δύο ή και οι δύο γονείς δεν βρίσκονται στην ζωή, πρέπει να αποσταλεί πιστοποιητικό θανάτου.

Στην περίπτωση που τη γονική μέριμνα έχει ένας εκ των δύο γονέων, ή συγγενής, ή επίτροπος, πρέπει αποσταλεί η σχετική απόφαση του Δικαστηρίου.

- ε) Να επισυνάψει πρωτότυπο ή αντίγραφο πιστοποιητικού γέννησης, αντίγραφο του Δελτίου Πολιτικής Ταυτότητας ή αντίγραφο του Διαβατηρίου, 1 (μία) πρόσφατη φωτογραφία, τύπου και μεγέθους διαβατηρίου και αντίγραφο του δελτίου υγείας του Κυπριακού Οργανισμού Αθλητισμού το οποίο να βρίσκεται σε ισχύ.
 - στ) Σε περίπτωση που αλλοδαπός αθλητής είναι εγγεγραμμένος σε Ομοσπονδία άλλης χώρας, θα πρέπει να προσκομίσει άδεια της ξένης Ομοσπονδίας στην οποία είναι εγγεγραμμένος η οποία να επιβεβαιώνει ότι η εν λόγω Ομοσπονδία δεν φέρει ένσταση στην εγγραφή του αλλοδαπού αθλητή στη δύναμη της ΚΟΕΚ. Διευκρινίζεται ότι από την υποχρέωση προσκόμισης άδειας από την ξένη Ομοσπονδία εξαιρούνται οι αθλητές κάτω των δώδεκα (12) ετών. Σε περίπτωση που η ξένη Ομοσπονδία δεν δώσει τη σχετική άδεια μετά παρέλευση 30 ημερών από την ημερομηνία κατά την οποία ο αλλοδαπός αθλητής μέσω ηλεκτρονικού ταχυδρομείου αιτείται την άδεια (με κοινοποίηση προς την ΚΟΕΚ), ο αθλητής εγγράφεται αυτόματα στη δύναμη της ΚΟΕΚ. Από τον κανονισμό εξαιρούνται οι περιπτώσεις όπου απαιτείται η εξασφάλιση από την European Aquatics πιστοποιητικού International Transfer Certificate (ITC).
 - ζ) Σε ειδική θέση του εντύπου της αίτησης, ο πρόεδρος ή ο γενικός γραμματέας του σωματείου στο οποίο εγγράφεται ο αθλητής, πρέπει να βεβαιώσει με την υπογραφή του το γνήσιο της ταυτότητας και της υπογραφής του αθλητή και των προσώπων που ασκούν τη γονική μέριμνα αυτού και να θέσει στο έντυπο την σφραγίδα των σωματείου.
4. Η εγγραφή αλλοδαπού αθλητή στη δύναμη Κυπριακού σωματείου μπορεί να γίνει οποτεδήποτε κατά τη διάρκεια του έτους. Από τον κανονισμό εξαιρούνται οι υδατοσφαιριστές, η μεταγραφή των οποίων γίνεται με την εξασφάλιση του International Transfer Certificate της European Aquatics. Σε περίπτωση δε που ο αθλητής μετοικίσει σε άλλη χώρα, τότε το κυπριακό σωματείο στο οποίο είναι εγγεγραμμένος, έχει υποχρέωση να το δηλώσει στην ΚΟΕΚ και ο αθλητής θα διαγράφεται αυτόματα από το μητρώο των αθλητών.
5. Για το άθλημα της υδατοσφαίρισης, πέραν των πιο πάνω, αλλοδαποί αθλητές εγγράφονται και δικαιούνται να αγωνίζονται σε κυπριακά σωματεία, εφόσον πληρούνται οι όροι και οι προϋποθέσεις του Άρθρου 6 για την εγγραφή/μεταγραφή υδατοσφαιριστών από και σε ομάδες του εξωτερικού.

Άρθρο 4

Διαδικασία – Χρόνος διενέργειας και όργανα έγκρισης

1. Τα έντυπα των αιτήσεων εγγραφής και τα δελτία αθλητικής ταυτότητας εκδίδονται από την ΚΟΕΚ.



2. Η εγγραφή αθλητή στην Ομοσπονδία γίνεται να πραγματοποιηθεί σε όλη τη διάρκεια του έτους (πλην των περιπτώσεων που αναφέρονται στο Άρθρο 6 των παρόντων Κανονισμών).
3. Την αίτηση εγγραφής με τα δικαιολογητικά που τη συνοδεύουν ελέγχει ο Γραμματέας της KOEK. Αν αυτός κρίνει νόμιμη την αίτηση και πλήρη τα δικαιολογητικά που την συνοδεύουν καθώς και το σχετικό παράβολο, την κάνει δεκτή και εγγράφει τον αιτούντα στο Μητρώο Αθλητών της KOEK, εκδίδοντας σχετικό δελτίο αθλητικής ταυτότητας. Το δελτίο ισχύει από την έκδοση του.
4. Αίτηση εγγραφής που δεν είναι ορθά συμπληρωμένη και στην οποία δεν επισυνάπτονται όλα τα απαιτούμενα δικαιολογητικά και το σχετικό παράβολο, απορρίπτεται και επιστρέφεται στο σωματείο από το οποίο καταχωρήθηκε.
5. Η αποδοχή ή η απόρριψη της αίτησης εγγραφής αθλητή από τον Γραμματέα θεωρείται απόφαση του Διοικητικού Συμβουλίου (Δ.Σ.) της KOEK κατ' εξουσιοδότηση του οποίου ενεργεί.
6. Αν οποιαδήποτε στιγμή διαπιστωθεί είτε πλαστογράφηση της υπογραφής ή του πιστοποιητικού γέννησης ή άλλων δικαιολογητικών είτε άλλη παράνομη πράξη συνεπεία της οποίας ήταν η αποδοχή της αίτησης εγγραφής και η έκδοση του δελτίου αθλητικής ταυτότητας, το Δ.Σ. της KOEK ύστερα από σχετική διοικητική εξέταση ή βασιζόμενο σε τελεσίδικη δικαστική απόφαση, προβαίνει σε ανάκληση του δελτίου αυτού και μπορεί να παραπέμψει την υπόθεση στην Α.Δ.Ε.Α., ή στη Δικαιοσύνη.
7. Αν υποβληθούν περισσότερες από μία αιτήσεις εγγραφής αθλητή σε διαφορετικά σωματεία, οι οποίες αφορούν τον ίδιο αθλητή, λαμβάνεται υπόψη και εξετάζεται η αίτηση που υποβλήθηκε και κατατέθηκε πρώτη στην Ομοσπονδία. Ανεξάρτητα όμως από το ποια αίτηση ισχύει και εξετάζεται, η υποβολή περισσότερων αιτήσεων του ίδιου αθλητή σε διαφορετικά σωματεία αποτελεί πειθαρχικό παράπτωμα δυνάμει των Πειθαρχικών Κανονισμών της KOEK.
8. Η αίτηση εγγραφής των αθλητών και η έκδοση των δελτίων αθλητικής τους ταυτότητας υπέρ σωματείου μέλους της Ομοσπονδίας που φέρουν την ημερομηνία έγκρισης της αίτησης εγγραφής καταχωρούνται στο Μητρώο Αθλητών της KOEK.
9. Το δελτίο αθλητικής ταυτότητας αφού εκδοθεί παραδίδεται στο σωματείο στην δύναμη του οποίου εγγράφεται ο αθλητής.

ΚΕΦΑΛΑΙΟ Β'

ΜΕΤΑΓΡΑΦΗ ΑΘΛΗΤΩΝ

Άρθρο 5

Όροι και προϋποθέσεις μεταγραφής αθλητών – Διαδικασία

1. Αθλητής ο οποίος επιθυμεί να μεταγραφεί από ένα μέλος της KOEK σε άλλο, υποβάλλει αίτηση μεταγραφής προς την Ομοσπονδία μέσω του σωματείου στο οποίο επιθυμεί να μεταγραφεί. Η αίτηση κατατίθεται στο γραφείο της KOEK κατά τις περιόδους των μεταγραφών, όπως καθορίζονται στο Άρθρο 7 των παρόντων κανονισμών.
2. Η αίτηση μεταγραφής υποβάλλεται στο σχετικό έντυπο της KOEK.



3. Η αίτηση συνοδεύεται από μία πρόσφατη φωτογραφία τύπου μεγέθους διαβατηρίου και το σχετικό παράβολο.
4. Εφόσον η αίτηση μεταγραφής του αθλητή γίνει δεκτή, όσον αφορά την εγκυρότητα της, ακυρώνεται το υφιστάμενο δελτίο αθλητικής ταυτότητας του αθλητή, και εκδίδεται νέο με καταγραμμένο σ' αυτό το νέο σωματείο του.
5. Αν υποβληθούν στην KOEK περισσότερες από μία αιτήσεις μεταγραφής αθλητή σε διαφορετικό σωματείο κατά την ίδια μεταγραφική περίοδο και οι οποίες αφορούν τον ίδιο αθλητή, λαμβάνεται υπόψη και εξετάζεται η αίτηση που υποβλήθηκε και κατατέθηκε πρώτη στην Ομοσπονδία.
6. Αθλητής του οποίου έγινε δεκτή η αίτηση μεταγραφής, δεν επιτρέπεται να υποβάλει νέα αίτηση μεταγραφής στην ίδια μεταγραφική περίοδο.
7. Αθλητής του οποίου η αίτηση μεταγραφής απορρίφθηκε, επιτρέπεται να υποβάλει νέα αίτηση μεταγραφής ακολουθώντας τη διαδικασία που αναγράφεται στο παρών άρθρο, εφόσον είναι εντός των προθεσμιών της εκάστοτε μεταγραφική περιόδου.

Άρθρο 6

Ειδικοί όροι και προϋποθέσεις για την εγγραφή/ μεταγραφή υδατοσφαιριστών από και σε ομάδες του εξωτερικού

1. Η εγγραφή αλλοδαπών υδατοσφαιριστών επιτρέπεται χωρίς αριθμητικούς περιορισμούς νοουμένου ότι πληρούν τους όρους και τις προϋποθέσεις που απαιτούνται από τους Κανονισμούς περί εγγράφων και μεταγραφών αθλητών (άρθρο 3).
2. Πέραν της τήρησης των όρων και των προϋποθέσεων των παρόντων Κανονισμών περί εγγράφων και μεταγραφών της KOEK, για την μεταγραφή Κυπρίων ή αλλοδαπών υδατοσφαιριστών από και προς σωματεία άλλων χωρών, ανεξαρτήτως φύλου, ηλικίας ή άλλων περιστάσεων, απαιτείται όπως πληρούνται οι Κανονισμοί (Water Polo Transfer Regulations) της Ευρωπαϊκής Ομοσπονδίας Κολύμβησης (European Aquatics), για μεταγραφές διεθνών υδατοσφαιριστών και εκδοθεί από την European Aquatics σχετικό πιστοποιητικό (International Transfer Certificate – ITC).
3. Στην περίπτωση που αλλοδαπός υδατοσφαιριστής είναι εγγεγραμμένος σε χώρα η οποία δεν είναι μέλος της LEN ή δεν είναι εγγεγραμμένος σε σωματείο άλλης χώρας, να υποβληθεί βεβαίωση της αντίστοιχης Ομοσπονδίας του εξωτερικού στην οποία είναι εγγεγραμμένος ότι δεν φέρει ένσταση στην εγγραφή του στο μητρώο της KOEK.

Άρθρο 7

Χρονικό διάστημα υποβολής και εξέτασης των αιτήσεων μεταγραφής

Αιτήσεις μεταγραφών από κυπριακό σωματείο μέλος της KOEK σε άλλο, μπορούν να υποβάλλονται κατά τις περιόδους 20-30 Σεπτεμβρίου και 20-30 Ιανουαρίου του κάθε έτους.



Οι αιτήσεις αφού εξεταστούν από τον Γραμματέα της ΚΟΕΚ και είναι έγκυρες, εκδίδεται δελτίο ταυτότητας για τον κάθε αθλητή με το νέο του σωματείο. Για την 1^η μεταγραφική περίοδο (20-30 Σεπτεμβρίου), τα νέα δελτία ταυτότητας θα τίθενται σε ισχύ από την 1^η Οκτωβρίου και για την 2^η μεταγραφική περίοδο (20-30 Ιανουαρίου) θα τίθενται σε ισχύ από την 1^η Φεβρουαρίου.

Άρθρο 8

Ειδικά θέματα αθλητών

1. Αθλητής που υπέβαλε αίτηση μεταγραφής δεν μπορεί από την ημερομηνία υποβολής της αίτησης μεταγραφής, να συμμετέχει σε αγώνες με το σωματείο από το οποίο υπέβαλε αίτηση για να μεταγραφεί.
2. Απαγορεύεται αθλητής να αγωνιστεί την ίδια αγωνιστική περίοδο (όπως αυτή καθορίζεται στις εκάστοτε προκηρύξεις των αθλημάτων), με δύο (2) διαφορετικά σωματεία Μέλη της ΚΟΕΚ σε αγώνες που διοργανώνονται είτε στην Κύπρο, είτε στο εξωτερικό.

ΚΕΦΑΛΑΙΟ Γ'

ΛΟΓΟΙ ΜΕΤΕΓΓΡΑΦΗΣ ΑΘΛΗΤΩΝ

Άρθρο 9

Αγωνιστική απραξία

Αθλητής ο οποίος για δύο τουλάχιστον αγωνιστικές περιόδους είχε απραξία, δικαιούται να μεταγραφεί οποτεδήποτε κατά τη διάρκεια του έτους.

Άρθρο 10

Ειδικοί κανονισμοί για εγγραφές και μεταγραφές

Κύπριοι αθλητές 13 ετών και άνω, με έγκριση της ΚΟΕΚ και του Κυπριακού σωματείου μέλους της ΚΟΕΚ στο οποίο είναι εγγεγραμμένοι, δικαιούνται να εγγραφούν σε σωματείο ή σωματεία του εξωτερικού παράλληλα με την ιδιότητα τους σαν αθλητές του Κυπριακού σωματείου. Η πρόθεση για την εγγραφή σε σωματείο ή σωματεία του εξωτερικού, πρέπει απαραίτητα να γνωστοποιείται προηγουμένως στην ΚΟΕΚ.

ΚΕΦΑΛΑΙΟ Δ'

Άρθρο 11

Τελικές Διατάξεις



1. Εκτός από τις περιπτώσεις που ορίζονται στους παρόντες Κανονισμούς, όπου απαιτείται ορισμένη ηλικία, για τον ορισμό της λαμβάνεται υπόψη σαν ημερομηνία γέννησης αυτή που αναφέρεται στο Πιστοποιητικό Γέννησης ή στο Διαβατήριο του αθλητή.
2. Σε όλα τα σωματεία που εγγράφηκαν ως δόκιμα μέλη στη δύναμη της ΚΟΕΚ από τις 23 Σεπτεμβρίου 2015 και μετά, δεν επιτρέπεται η μεταγραφή αθλητών από τα υφιστάμενα μέλη για περίοδο τριών (3) ετών από την ημερομηνία ανακήρυξης τους ως Δόκιμα Μέλη.
3. Όπου στους παρόντες Κανονισμούς αναφέρεται «αθλητής» νοείται και «αθλήτρια».
4. Το Δ.Σ με απόφαση του, μπορεί να καθορίζει συμπληρωματικά λεπτομέρειες, με την προϋπόθεση ότι δεν καταστρατηγούν άμεσα ή έμμεσα τους παρόντες Κανονισμούς. Οι ανωτέρω λεπτομέρειες γνωστοποιούνται με σχετική εγκύκλιο του Δ.Σ. ένα (1) μήνα τουλάχιστον πριν από την έναρξη της μεταγραφικής περιόδου.

ΚΕΦΑΛΑΙΟ Ε΄

Άρθρο 12

Παράβολα Εγγραφών / Μεταγραφών / Ετήσιας Ταυτότητας

Τα σχετικά παράβολα των εγγραφών, μεταγραφών και της έκδοσης ετήσιας ταυτότητας, είναι τα ακόλουθα:

Εγγραφή αθλητή με Κυπριακή υπηκοότητα	€ 20.00
Εγγραφή αλλοδαπού αθλητή άνω των δώδεκα (12) ετών	€ 100.00
Μεταγραφή αθλητή κάτω των δέκα 10 ετών	€ 50.00
Μεταγραφή αθλητή άνω των δέκα 10 ετών	€ 100.00
Ετήσια ταυτότητα αθλητή (κολύμβησης)	€ 50.00
Ετήσια ταυτότητα αθλητή (υδατοσφαίρισης)	€ 50.00
Επανεκδοση ταυτότητας αθλητή	€ 10.00

Το ύψος των παράβολων των εγγραφών, μεταγραφών και της έκδοσης ετήσιας ταυτότητας καθορίζονται με σχετικές αποφάσεις του Δ.Σ. της ΚΟΕΚ.

Οι πιο πάνω κανονισμοί εγκρίθηκαν σε συνεδρίαση του Δ.Σ. της ΚΟΕΚ στις 16 Σεπτεμβρίου 2024 με τροποποίηση των άρθρων 2 (2), 2 (1 - δ) και 3 (3 - ε) στις 18 Ιουνίου 2025.

Για το Διοικητικό Συμβούλιο

Πρόεδρος
Αλέξανδρος Χριστοφόρου

Γραμματέας
Γεώργιος Κυριαζής