



Κολυμβητική
Ομοσπονδία
Ελλάδας

Hellenic
Swimming
Federation

swimming
κολύμβηση

water polo
υδατοσφαίριση

synchro
συγχρονισμένη

diving
καταδύσεις

finswimming
τεχνική κολύμβηση

open water
μεγάλες αποστάσεις

Λεωφόρος
Συγγρού 137
17121 Νέα Σμύρνη

Τηλ. 210 98 51 020
Fax. 210 98 50 964

137, Syngrou
Avenue
17121 Nea Smirni

Tel. 30 210 98 51 020
Fax. 30 210 98 50 964

e-mail: info@koe.org.gr
www.koe.org.gr

Προς
ΣΩΜΑΤΕΙΑ ΣΥΓΧΡΟΝΙΣΜΕΝΗΣ/ΚΑΛΛΙΤΕΧΝΙΚΗΣ ΚΟΛΥΜΒΗΣΗΣ

ΟΡΘΗ ΕΠΑΝΑΛΗΨΗ

Κύριε Πρόεδρε,

Σας αποστέλλουμε το πρόγραμμα του Πανελληνίου Πρωταθλήματος Συγχρονισμένης Κολύμβησης Νεανίδων, που θα διεξαχθεί στις 18-21/04/2019 στο Δημοτικό Κολυμβητήριο Νέας Σμύρνης (Τραπεζούντος 13, Νέα Σμύρνη).

ΠΕΜΠΤΗ 18/04/2019

09:00-14:30	Γενική Προθέρμανση με Μουσική
14:30	Τεχνική Σύσκεψη
17:00	Σύσκεψη Κριτών
17:00-17:50	Προθέρμανση Προκριματικός Τεχνικό Σόλο
18:00-19:30	Προκριματικός Τεχνικό Σόλο
19:30-20:20	Προθέρμανση Προκριματικός Τεχνικό Ντουέτο
20:30-22:00	Προκριματικός Τεχνικό Ντουέτο

ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ 19/04/2019

09:30-10:20	Προθέρμανση Προκριματικός Ελεύθερο Σόλο
10:30-13:00	Προκριματικός Ελεύθερο Σόλο
17:00-17:50	Προθέρμανση με Μουσική Τεχνικό Ομαδικό
18:00	Τελετή Έναρξης
18:10-19:30	Τελικός Τεχνικό Ομαδικό
19:30-20:20	Προθέρμανση Προκριματικός Ελεύθερο Ντουέτο
20:20-22:00	Προκριματικός Ελεύθερο Ντουέτο

ΣΑΒΒΑΤΟ 20/04/2019

09:00-09:50	Προθέρμανση με Μουσική Τελικός Τεχνικό Ντουέτο
10:00-11:30	Τελικός Τεχνικό Ντουέτο
11:45-12:20	Προθέρμανση με Μουσική Τελικός Τεχνικό Σόλο
12:30-14:00	Τελικός Τεχνικό Σόλο
17:00-17:50	Προθέρμανση με Μουσική Ελεύθερο Ομαδικό
18:00-19:30	Τελικός Ελεύθερο Ομαδικό

ΚΥΡΙΑΚΗ 21/04/2019

09:00-09:50	Προθέρμανση με Μουσική Ελεύθερο Σόλο
10:00-11:15	Τελικός Ελεύθερο Σόλο
11:30-12:20	Προθέρμανση με Μουσική Ελεύθερο Ντουέτο
12:30-13:45	Τελικός Ελεύθερο Ντουέτο
15:30-16:20	Προθέρμανση με Μουσική Free Combination
16:30-18:00	Τελικός Free Combination
14:00-14:50	Προθέρμανση 5 ^ο Αστέρι
15:00-16:00	5 ^ο Αστέρι
18:15	Απονομές Combo, Σόλο, Ντουέτο, Ομαδικό

Πρόγραμμα Γενικής Προθέρμανσης με Μουσική

09:10-09:21 ΑΝΟΓ	10:20-10:33 ΒΟΣΠ	12:47-13:19 ΩΡΙΩΝ
09:22-09:52 ΡΟΗ	10:34-11:06 ΑΡΙΩΝ	13:20-13:33 ΗΡΑΚΛΗΣ
09:53-10:02 ΓΝΟΑ	11:07-11:37 ΝΟΒΟΥΛ	13:34-14:13 ΝΟΒΑ
10:03-10:14 ΝΗΡΕΑΣ	11:38-12:13 ΑΝΟΜ	14:14-14:21 ΠΑΝΣ
10:15-10:19 ΚΟΗ	12:14-12:46 ΝΟΧ	14:22-14:28 ΠΟΣΛΑΡΙΣ

Για το Δ.Σ.

Γεν.Γραμματέας



ΔΗΜΗΤΡΙΟΣ ΣΑΡΑΚΑΤΣΑΝΗΣ