

ΕΝΔΕΙΚΤΙΚΟ ΧΡΟΝΟΔΙΑΓΡΑΜΜΑ ΑΓΩΝΩΝ ΚΟΛΥΜΒΗΣΗΣ

ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΟΙ ΧΕΙΜΕΡΙΝΟΙ ΑΓΩΝΕΣ ΚΟΛΥΜΒΗΣΗΣ ΑΝΟΙΚΤΗΣ ΚΑΤΗΓΟΡΙΑΣ (ΟΡΕΝ) 17-19.2.2023

1η Αγωνιστική ενότητα - Παρασκευή 17.2.2023							
Προθέρμανση: 08.00 - 09.20		Συμμ.	Σειρ.	Διάρ.	Ώρα διεξ.		
Προκριματικοί	Έναρξη: 09.30						
101.	200μ. ΕΛΕΥΘΕΡΟ Ανδρών	47	6	17'	09.30		
102.	200μ. ΕΛΕΥΘΕΡΟ Γυναίκων	29	4	11'	09.47		
103.	50μ. ΥΠΤΙΟ Ανδρών	40	5	6'	09.58		
104.	50μ. ΥΠΤΙΟ Γυναίκων	35	5	6'	10.04		
105.	50μ. ΠΡΟΣΘΙΟ Ανδρών	40	5	6'	10.10		
106.	50μ. ΠΡΟΣΘΙΟ Γυναίκων	48	6	8'	10.16		
107.	100μ. ΠΕΤΑΛΟΥΔΑ Ανδρών	43	6	9'	10.24		
108.	100μ. ΠΕΤΑΛΟΥΔΑ Γυναίκων	31	4	7'	10.33		
109.	200μ. ΜΙΚΤΗ ΑΤΟΜΙΚΗ Ανδρών	25	4	12'	10.40		
110.	200μ. ΜΙΚΤΗ ΑΤΟΜΙΚΗ Γυναίκων	26	4	13'	10.52		
111.	4X100μ. ΜΙΚ. ΟΜΑΔ. mix Ανδρ-Γυν.		2*	12'	11.05		
Απονομές 111						3'	11.22
		364	51	107'	11.25		

Προθέρμανση: 14.30 - 15.20							
Τελικές σειρές Έναρξη: 15.30		Συμμ.	Σειρ.	Διάρ.	Ώρα διεξ.		
112.	1500μ. ΕΛΕΥΘΕΡΟ Ανδρών						14
113.	1500μ. ΕΛΕΥΘΕΡΟ Γυναίκων	16	2	40'	16.08		
Απονομές 112 - 113						4'	17.54
		30	4	78'	16.48		

2η Αγωνιστική ενότητα - Παρασκευή 17.2.2023							
Προθέρμανση: 16.50 - 17.50		Συμμ.	Σειρ.	Διάρ.	Ώρα διεξ.		
A' & B' Τελικοί	Έναρξη: 18.00						
201.	200μ. ΕΛΕΥΘΕΡΟ Ανδρών	8	B'	5'	18.00		
202.	200μ. ΕΛΕΥΘΕΡΟ Ανδρών	8	A'	6'	18.05		
203.	200μ. ΕΛΕΥΘΕΡΟ Γυναίκων	8	B'	5'	18.11		
204.	200μ. ΕΛΕΥΘΕΡΟ Γυναίκων	8	A'	6'	18.16		
205.	50μ. ΥΠΤΙΟ Ανδρών	8	B'	3'	18.22		
206.	50μ. ΥΠΤΙΟ Ανδρών	8	A'	4'	18.25		
207.	50μ. ΥΠΤΙΟ Γυναίκων	8	B'	3'	18.29		
208.	50μ. ΥΠΤΙΟ Γυναίκων	8	A'	4'	18.32		
Απονομές 202 - 204						4'	18.36
209.	50μ. ΠΡΟΣΘΙΟ Ανδρών	8	B'	3'	18.40		
210.	50μ. ΠΡΟΣΘΙΟ Ανδρών	8	A'	4'	18.43		
211.	50μ. ΠΡΟΣΘΙΟ Γυναίκων	8	B'	3'	18.47		
212.	50μ. ΠΡΟΣΘΙΟ Γυναίκων	8	A'	4'	18.50		
Απονομές 206 - 208						4'	18.54
213.	100μ. ΠΕΤΑΛΟΥΔΑ Ανδρών	8	B'	4'	18.58		
214.	100μ. ΠΕΤΑΛΟΥΔΑ Ανδρών	8	A'	5'	19.02		
215.	100μ. ΠΕΤΑΛΟΥΔΑ Γυναίκων	8	B'	4'	19.07		
216.	100μ. ΠΕΤΑΛΟΥΔΑ Γυναίκων	8	A'	5'	19.11		
Απονομές 210 - 212						4'	19.16
217.	200μ. ΜΙΚΤΗ ΑΤΟΜΙΚΗ Ανδρών	8	B'	5'	19.20		
218.	200μ. ΜΙΚΤΗ ΑΤΟΜΙΚΗ Ανδρών	8	A'	6'	19.25		
219.	200μ. ΜΙΚΤΗ ΑΤΟΜΙΚΗ Γυναίκων	8	B'	5'	19.31		
220.	200μ. ΜΙΚΤΗ ΑΤΟΜΙΚΗ Γυναίκων	8	A'	6'	19.36		
Απονομές 214 - 216						4'	19.42
221.	4X100μ. ΕΛΕΥΘΕΡΟ Ανδρών		2*	13'	19.46		
222.	4X100μ. ΕΛΕΥΘΕΡΟ Γυναίκων		2*	14'	19.59		
Απονομές 218-220-221-222						8'	20.13
		160	24	141'	20.21		

3η Αγωνιστική ενότητα - Σάββατο 18.2.2023							
Προθέρμανση: 08.00 - 09.20		Συμμ.	Σειρ.	Διάρ.	Ώρα διεξ.		
Προκριματικοί	Έναρξη: 09.30						
301.	50μ. ΕΛΕΥΘΕΡΟ Γυναίκων	71	9	10'	09.30		
302.	50μ. ΕΛΕΥΘΕΡΟ Ανδρών	82	11	12'	09.40		
303.	200μ. ΠΕΤΑΛΟΥΔΑ Γυναίκων	23	3	10'	09.52		
304.	200μ. ΠΕΤΑΛΟΥΔΑ Ανδρών	24	3	9'	10.02		
305.	200μ. ΠΡΟΣΘΙΟ Γυναίκων	40	5	18'	10.11		
306.	200μ. ΠΡΟΣΘΙΟ Ανδρών	26	4	13'	10.29		
307.	400μ. ΕΛΕΥΘΕΡΟ Γυναίκων	30	4	22'	10.42		
308.	400μ. ΕΛΕΥΘΕΡΟ Ανδρών	32	5	20'	11.04		
309.	100μ. ΥΠΤΙΟ Γυναίκων	39	5	9'	11.24		
310.	100μ. ΥΠΤΙΟ Ανδρών	44	6	10'	11.33		
		411	55	133'	11.43		

ΣΗΜΕΙΩΣΗ	
Στους πρώτους προκριματικούς και στους απογευματινούς τελικούς, θα χρησιμοποιηθούν 8 διαδρομές	
Στα αγωνίσματα 800μ. ΕΛΕΥΘΕΡΟ ΓΥΝΑΙΚΩΝ, αν δεν υπάρξουν διαγραφές, θα χρησιμοποιηθούν 10 διαδρομές	

16.50 - 17.05: Τελετή έναρξης

4η Αγωνιστική ενότητα - Σάββατο 18.2.2023							
Προθέρμανση: 16.00 - 16.45		Συμμ.	Σειρ.	Διάρ.	Ώρα διεξ.		
A' & B' Τελικοί	Έναρξη: 17.10						
401.	50μ. ΕΛΕΥΘΕΡΟ Γυναίκων	8	B'	3'	17.10		
402.	50μ. ΕΛΕΥΘΕΡΟ Γυναίκων	8	A'	4'	17.13		
403.	50μ. ΕΛΕΥΘΕΡΟ Ανδρών	8	B'	3'	17.17		
404.	50μ. ΕΛΕΥΘΕΡΟ Ανδρών	8	A'	4'	17.20		
405.	200μ. ΠΕΤΑΛΟΥΔΑ Γυναίκων	8	B'	5'	17.24		
406.	200μ. ΠΕΤΑΛΟΥΔΑ Γυναίκων	8	A'	6'	17.29		
407.	200μ. ΠΕΤΑΛΟΥΔΑ Ανδρών	8	B'	5'	17.35		
408.	200μ. ΠΕΤΑΛΟΥΔΑ Ανδρών	8	A'	6'	17.40		
Απονομές 402 - 404						4'	17.46
409.	200μ. ΠΡΟΣΘΙΟ Γυναίκων	8	B'	5'	17.50		
410.	200μ. ΠΡΟΣΘΙΟ Γυναίκων	8	A'	6'	17.55		
411.	200μ. ΠΡΟΣΘΙΟ Ανδρών	8	B'	5'	18.01		
412.	200μ. ΠΡΟΣΘΙΟ Ανδρών	8	A'	6'	18.06		
Απονομές 406 - 408						4'	18.12
413.	400μ. ΕΛΕΥΘΕΡΟ Γυναίκων	8	B'	7'	18.16		
414.	400μ. ΕΛΕΥΘΕΡΟ Γυναίκων	8	A'	8'	18.23		
415.	400μ. ΕΛΕΥΘΕΡΟ Ανδρών	8	B'	7'	18.31		
416.	400μ. ΕΛΕΥΘΕΡΟ Ανδρών	8	A'	8'	18.38		
Απονομές 410 - 412						4'	18.46
417.	100μ. ΥΠΤΙΟ Γυναίκων	8	B'	4'	18.50		
418.	100μ. ΥΠΤΙΟ Γυναίκων	8	A'	5'	18.54		
419.	100μ. ΥΠΤΙΟ Ανδρών	8	B'	4'	18.59		
420.	100μ. ΥΠΤΙΟ Ανδρών	8	A'	5'	19.03		
Απονομές 414 - 416						4'	19.08
421.	4X200μ. ΕΛΕΥΘΕΡΟ Γυναίκων		1*	12'	19.12		
422.	4X200μ. ΕΛΕΥΘΕΡΟ Ανδρών		2*	24'	19.24		
Απονομές 418-420-421-422						8'	19.48
		160	23	166'	19.56		

5η Αγωνιστική ενότητα - Κυριακή 19.2.2023							
Προθέρμανση: 08.00 - 09.20		Συμμ.	Σειρ.	Διάρ.	Ώρα διεξ.		
Προκριματικοί	Έναρξη: 09.30						
501.	100μ. ΕΛΕΥΘΕΡΟ Γυναίκων	46	6	9'	09.30		
502.	100μ. ΕΛΕΥΘΕΡΟ Ανδρών	70	9	14'	09.39		
503.	400μ. ΜΙΚΤΗ ΑΤΟΜΙΚΗ Γυναίκων	21	1	6'	09.53		
504.	400μ. ΜΙΚΤΗ ΑΤΟΜΙΚΗ Ανδρών	21	1	6'	09.59		
505.	200μ. ΥΠΤΙΟ Γυναίκων	27	4	12'	10.05		
506.	200μ. ΥΠΤΙΟ Ανδρών	25	4	12'	10.17		
507.	50μ. ΠΕΤΑΛΟΥΔΑ Γυναίκων	50	7	8'	10.29		
508.	50μ. ΠΕΤΑΛΟΥΔΑ Ανδρών	53	7	8'	10.37		
509.	100μ. ΠΡΟΣΘΙΟ Γυναίκων	43	6	12'	10.45		
510.	100μ. ΠΡΟΣΘΙΟ Ανδρών	34	5	9'	10.57		
511.	4X100μ. ΕΛΕΥΘΕΡΟ mix Ανδρ-Γυν.		2*	14'	11.06		
Απονομές 511						3'	11.25
		390	52	110'	11.28		

Προθέρμανση: 14.00 - 14.50							
Τελικές σειρές Έναρξη: 15.00		Συμμ.	Σειρ.	Διάρ.	Ώρα διεξ.		
512.	800μ. ΕΛΕΥΘΕΡΟ Γυναίκων						28
513.	800μ. ΕΛΕΥΘΕΡΟ Ανδρών	14	2	22'	15.33		
Απονομές 512 - 513						4'	16.39
		42	5	55'	15.55		

6η Αγωνιστική ενότητα - Κυριακή 19.2.2023							
Προθέρμανση: 15.55 - 16.35		Συμμ.	Σειρ.	Διάρ.	Ώρα διεξ.		
A' & B' Τελικοί	Έναρξη: 16.45						
601.	100μ. ΕΛΕΥΘΕΡΟ Γυναίκων	8	B'	4'	16.45		
602.	100μ. ΕΛΕΥΘΕΡΟ Γυναίκων	8	A'	5'	16.49		
603.	100μ. ΕΛΕΥΘΕΡΟ Ανδρών	8	B'	4'	16.54		
604.	100μ. ΕΛΕΥΘΕΡΟ Ανδρών	8	A'	5'	16.58		
605.	400μ. ΜΙΚΤΗ ΑΤΟΜΙΚΗ Γυναίκων	16	2 γρ.	16'	17.03		
606.	400μ. ΜΙΚΤΗ ΑΤΟΜΙΚΗ Ανδρών	16	2 γρ.	16'	17.19		
Απονομές 602 - 604						4'	17.35
607.	200μ. ΥΠΤΙΟ Γυναίκων	8	B'	5'	17.39		
608.	200μ. ΥΠΤΙΟ Γυναίκων	8	A'	6'	17.44		
609.	200μ. ΥΠΤΙΟ Ανδρών	8	B'	5'	17.50		
610.	200μ. ΥΠΤΙΟ Ανδρών	8	A'	6'	17.55		
Απονομές 605 - 606						4'	18.01
611.	50μ. ΠΕΤΑΛΟΥΔΑ Γυναίκων	8	B'	3'	18.05		
612.	50μ. ΠΕΤΑΛΟΥΔΑ Γυναίκων	8	A'	4'	18.08		
613.	50μ. ΠΕΤΑΛΟΥΔΑ Ανδρών	8	B'	3'	18.12		
614.	50μ. ΠΕΤΑΛΟΥΔΑ Ανδρών	8	A'	4'	18.15		
Απονομές 608 - 610						4'	18.19
615.	100μ. ΠΡΟΣΘΙΟ Γυναίκων	8	B	4'	18.23		
616.	100μ. ΠΡΟΣΘΙΟ Γυναίκων	8	A'	5'	18.27		
617.	100μ. ΠΡΟΣΘΙΟ Ανδρών	8	B	4'	18.32		
618.	100μ. ΠΡΟΣΘΙΟ Ανδρών	8	A'	5'	18.36		
Απονομές 612 - 614						4'	18.41
619.	4X100μ. ΜΙΚΤΗ ΟΜΑΔΙΚΗ Γυναίκων		2*	14'	18.45		
620.	4X100μ. ΜΙΚΤΗ ΟΜΑΔΙΚΗ Ανδρών		2*	13'	18.59		
Απονομές 616-618-619-620						8'	19.12
Βραβεύσεις κορυφαίων (κολυμβητή-τριας)						4'	19.20
		160	24	159'	19.24		

* Εκτίμηση μέγιστου αριθμού σειρών & διάρκειας στα ομαδικά αγωνίσματα