

Ημερίδα Κολύμβησης Χειμερινής περιόδου σε κολ/ριο 50μ. -- 18-19.11.2023, Ηλιούπολη

Ενδεικτικό χρονοδιάγραμμα αγώνων βάσει αρχικών δηλώσεων συμμετοχής

Σάββατο 18.11.2023 - Α' αγωνιστική ενότητα - απόγευμα (15.00) - Προθ.: 13.55 - 14.55							
A/α	Αγώνισμα	Κατηγορία	Συμ/χες	Σειρές	Διάρκεια	Ώρα έναρ.	
1.	50μ. Πεταλούδα	Ανδρών	47	6	7'	15.00	
2.	50μ. Πεταλούδα	Γυναικών	55	7	8'	15.07	
3.	400μ. Ελεύθερο	Ανδρών	28	4	23'	15.15	
4.	400μ. Ελεύθερο	Γυναικών	27	4	23'	15.38	
5.	100μ. Ύπτιο	Ανδρών	24	3	6'	16.01	
6.	100μ. Ύπτιο	Γυναικών	37	5	10'	16.07	
7.	100μ. Πρόσθιο	Ανδρών	27	4	8'	16.17	
8.	100μ. Πρόσθιο	Γυναικών	21	3	6'	16.25	
9.	200μ. Πεταλούδα	Ανδρών	9	2	7'	16.31	
10.	200μ. Πεταλούδα	Γυναικών	5	1	4'	16.38	
11.	100μ. Ελεύθερο	Ανδρών	91	12	19'	16.42	
12.	100μ. Ελεύθερο	Γυναικών	103	13	21'	17.01	
13.	200μ. Μικτή Ατομική	Ανδρών	17	3	10'	17.22	
14.	200μ. Μικτή Ατομική	Γυναικών	11	2	7'	17.32	
15.	1500μ. Ελεύθερο	Ανδρών	2	1*	21'	17.39	
16.	1500μ. Ελεύθερο	Γυναικών	5				

180'

18.00

Κυριακή 19.11.2023 - Β' αγωνιστική ενότητα - πρωί (10.00) - Προθ.: 08.55 - 09.55							
A/α	Αγώνισμα	Κατηγορία	Συμ/χες	Σειρές	Διάρκεια	Ώρα έναρ.	
1.	200μ. Ελεύθερο	Γυναικών	86	11	34'	10.00	
2.	200μ. Ελεύθερο	Ανδρών	68	9	27'	10.34	
3.	50μ. Πρόσθιο	Γυναικών	32	4	6'	11.01	
4.	50μ. Πρόσθιο	Ανδρών	29	4	5'	11.07	
5.	100μ. Πεταλούδα	Γυναικών	32	4	8'	11.12	
6.	100μ. Πεταλούδα	Ανδρών	26	4	8'	11.20	
7.	50μ. Ύπτιο	Γυναικών	45	6	8'	11.28	
8.	50μ. Ύπτιο	Ανδρών	28	4	5'	11.36	
9.	400μ. Μ. Ατομική	Γυναικών	5	1	7'	11.41	
10.	400μ. Μ. Ατομική	Ανδρών	6	1	7'	11.48	
11.	50μ. Ελεύθερο	Γυναικών	84	11	13'	11.55	
12.	50μ. Ελεύθερο	Ανδρών	78	10	11'	12.08	
13.	200μ. Πρόσθιο	Γυναικών	9	2	7'	12.19	
14.	200μ. Πρόσθιο	Ανδρών	7	1	4'	12.26	
15.	200μ. Ύπτιο	Γυναικών	10	2	7'	12.30	
16.	200μ. Ύπτιο	Ανδρών	20	3	10'	12.37	
17.	800μ. Ελεύθερο	Γυναικών	16	2	22'	12.47	
18.	800μ. Ελεύθερο	Ανδρών	12	2	21'	13.09	

210'

13.30

Ημερίδα Κολύμβησης Χειμερινής περιόδου σε κολ/ριο 50μ. -- 18-19.11.2023, Ιλίσια

Ενδεικτικό χρονοδιάγραμμα αγώνων βάσει αρχικών δηλώσεων συμμετοχής

A' περίοδος

Σάββατο 18.11.2023 - A' αγωνιστική ημέρα - 1η Περίοδος (09.30) - Προθ.: 08.45 - 09.25							
A/α	Αγώνισμα	Κατηγορία	Συμ/χες	Σειρές	Διάρκεια	Ώρα αναρ.	
1.	50μ. Πεταλούδα	Ανδρών	38	4	5'	09.30	
2.	50μ. Πεταλούδα	Γυναικών	39	4	5'	09.35	
3.	400μ. Ελεύθερο	Ανδρών	10	1	6'	09.40	
4.	400μ. Ελεύθερο	Γυναικών	11	2	13'	09.46	
5.	100μ. Ύπτιο	Ανδρών	19	2	4'	09.59	
6.	100μ. Ύπτιο	Γυναικών	18	2	4'	10.03	
7.	100μ. Πρόσθιο	Ανδρών	19	2	4'	10.07	
8.	100μ. Πρόσθιο	Γυναικών	30	3	6'	10.11	
9.	200μ. Πεταλούδα	Ανδρών	2	1*	4'	10.17	
10.	200μ. Πεταλούδα	Γυναικών	2				
11.	100μ. Ελεύθερο	Ανδρών	60	6	9'	10.21	
12.	100μ. Ελεύθερο	Γυναικών	70	7	11'	10.30	
13.	200μ. Μικτή Ατομική	Ανδρών	23	3	10'	10.41	
14.	200μ. Μικτή Ατομική	Γυναικών	15	2	7'	10.51	

\* Θα γίνει σύμπτυξη σειρών στα 200μ. ΠΕΤ. Γυναικών & Ανδρών

88'

10.58

Σάββατο 18.11.2023 - A' αγωνιστική ημέρα - Μεγάλες αποστάσεις (11.30) - Προθ.: 11.00 - 11.30							
A/α	Αγώνισμα	Κατηγορία	Συμ/χες	Σειρές	Διάρκεια	Ώρα αναρ.	
1.	1500μ. Ελεύθερο	Ανδρών	20	2*	42'	11.30	
2.	1500μ. Ελεύθερο	Γυναικών	21	3*	63'	12.12	

\* Ενδέχεται να γίνει σύμπτυξη των αγώνων σειρών στα 1500μ. ΕΛ Γυναικών & Ανδρών

105'

13.15

B' περίοδος

Σάββατο 18.11.2023 - A' αγωνιστική ημέρα - 2η Περίοδος (13.50) - Προθ.: 13.15 - 13.50							
A/α	Αγώνισμα	Κατηγορία	Συμ/χες	Σειρές	Διάρκεια	Ώρα αναρ.	
1.	50μ. Πεταλούδα	Ανδρών	48	5	6'	13.50	
2.	50μ. Πεταλούδα	Γυναικών	42	5	6'	13.56	
3.	400μ. Ελεύθερο	Ανδρών	25	3	18'	14.02	
4.	400μ. Ελεύθερο	Γυναικών	21	3	19'	14.20	
5.	100μ. Ύπτιο	Ανδρών	36	4	8'	14.39	
6.	100μ. Ύπτιο	Γυναικών	27	3	6'	14.47	
7.	100μ. Πρόσθιο	Ανδρών	30	3	6'	14.53	
8.	100μ. Πρόσθιο	Γυναικών	26	3	6'	14.59	
9.	200μ. Πεταλούδα	Ανδρών	9	1	3'	15.05	
10.	200μ. Πεταλούδα	Γυναικών	7	1	4'	15.08	
11.	100μ. Ελεύθερο	Ανδρών	72	8	12'	15.12	
12.	100μ. Ελεύθερο	Γυναικών	67	7	12'	15.24	
13.	200μ. Μικτή Ατομική	Ανδρών	30	3	10'	15.36	
14.	200μ. Μικτή Ατομική	Γυναικών	20	2	7'	15.46	

123'

15.53

Ημερίδα Κολύμβησης Χειμερινής περιόδου σε κολ/ριο 50μ. -- 18-19.11.2023, Ιλίσια

Ενδεικτικό χρονοδιάγραμμα αγώνων βάσει αρχικών δηλώσεων συμμετοχής

A' περίοδος

Κυριακή 19.11.2023 - Α' αγωνιστική ημέρα - 1η Περίοδος (10.00) - Προθ.: 09.00 - 09.55							
A/α	Αγώνισμα		Κατηγορία	Συμ/χες	Σειρές	Διάρκεια	Ώρα έναρ.
1.	200μ.	Ελεύθερο	Γυναικών	50	5	16'	10.00
2.	200μ.	Ελεύθερο	Ανδρών	43	5	15'	10.16
3.	50μ.	Πρόσθιο	Γυναικών	18	2	3'	10.31
4.	50μ.	Πρόσθιο	Ανδρών	19	2	3'	10.34
5.	100μ.	Πεταλούδα	Γυναικών	9	1	2'	10.37
6.	100μ.	Πεταλούδα	Ανδρών	16	2	4'	10.39
7.	50μ.	Ύπτιο	Γυναικών	19	2	3'	10.43
8.	50μ.	Ύπτιο	Ανδρών	14	2	3'	10.46
9.	400μ.	Μ. Ατομική	Γυναικών	8	1	7'	10.49
10.	400μ.	Μ. Ατομική	Ανδρών	8	1	7'	10.56
11.	50μ.	Ελεύθερο	Γυναικών	48	5	6'	11.03
12.	50μ.	Ελεύθερο	Ανδρών	41	5	6'	11.09
13.	200μ.	Πρόσθιο	Γυναικών	10	1	4'	11.15
14.	200μ.	Πρόσθιο	Ανδρών	6	1	4'	11.19
15.	200μ.	Ύπτιο	Γυναικών	10	1	3'	11.23
16.	200μ.	Ύπτιο	Ανδρών	12	2	7'	11.26

93'

11.33

Κυριακή 19.11.2023 - Β' αγωνιστική ημέρα - Μεγάλες αποστάσεις (12.10) - Προθ.: 11.35 - 12.10							
A/α	Αγώνισμα		Κατηγορία	Συμ/χες	Σειρές	Διάρκεια	Ώρα έναρ.
1.	800μ.	Ελεύθερο	Γυναικών	32	3*	35'	12.10
2.	800μ.	Ελεύθερο	Ανδρών	25	3*	35'	12.45

\* Θα γίνει σύμπτυξη των αγώνων σειρών στα 800μ. ΕΠ Γυναικών & Ανδρών, αν χρειαστεί

70'

13.20

B' περίοδος

Κυριακή 19.11.2023 - Α' αγωνιστική ημέρα - 2η Περίοδος (14.00) - Προθ.: 13.20 - 14.00							
A/α	Αγώνισμα		Κατηγορία	Συμ/χες	Σειρές	Διάρκεια	Ώρα έναρ.
1.	200μ.	Ελεύθερο	Γυναικών	40	4	13'	14.00
2.	200μ.	Ελεύθερο	Ανδρών	57	6	18'	14.13
3.	50μ.	Πρόσθιο	Γυναικών	33	4	6'	14.31
4.	50μ.	Πρόσθιο	Ανδρών	34	3	4'	14.37
5.	100μ.	Πεταλούδα	Γυναικών	18	2	4'	14.41
6.	100μ.	Πεταλούδα	Ανδρών	18	2	4'	14.45
7.	50μ.	Ύπτιο	Γυναικών	33	4	6'	14.49
8.	50μ.	Ύπτιο	Ανδρών	35	4	5'	14.55
9.	400μ.	Μ. Ατομική	Γυναικών	10	1	7'	15.00
10.	400μ.	Μ. Ατομική	Ανδρών	14	2	13'	15.07
11.	50μ.	Ελεύθερο	Γυναικών	64	7	9'	15.20
12.	50μ.	Ελεύθερο	Ανδρών	69	7	8'	15.29
13.	200μ.	Πρόσθιο	Γυναικών	10	1	4'	15.37
14.	200μ.	Πρόσθιο	Ανδρών	21	3	10'	15.41
15.	200μ.	Ύπτιο	Γυναικών	13	2	7'	15.51
16.	200μ.	Ύπτιο	Ανδρών	17	2	7'	15.58

125'

16.05