

Εαρινό Κύπελλο Προ-αγωνιστικών κατηγοριών (Κ11-Κ12) σε κολ/ριο 50μ.

Ενδεικτικό χρονοδιάγραμμα αγώνων βάσει αρχικών δηλώσεων συμμετοχής (9-10.3.2024, ΟΑΚΑ)

Σάββατο 9.3.2024 - Α' αγωνιστική ημέρα - πρωινή ενότητα (10.00) - Προθ.: 08.40 - 09.55								
A/α	Αγώνισμα		Κατηγορία	Φύλο	Συμ/χες	Σειρές	Διάρκεια	Ώρα εναρ.
Τα Α' - Β' - Γ' γκρουπ θα κάνουν προθέρμανση στη P4 (50μ.), 08.40-09.05 / 09.05-09.30 / 09.30-09.55								
1.	50μ.	Ελεύθερο	K11	Αγόρια	94	12	15'	10.00
2.	50μ.	Ελεύθερο	K12	Αγόρια	62	8	10'	10.15
3.	50μ.	Ελεύθερο	K11	Κορίτσια	109	14	18'	10.25
4.	50μ.	Ελεύθερο	K12	Κορίτσια	59	8	11'	10.43
5.	200μ.	Πρόσθιο	K11	Αγόρια	20	3	13'	10.54
6.	200μ.	Πρόσθιο	K12	Αγόρια	26	4	17'	11.07
7.	200μ.	Πρόσθιο	K11	Κορίτσια	30	4	17'	11.24
8.	200μ.	Πρόσθιο	K12	Κορίτσια	36	5	21'	11.41
9.	100μ.	Ύπτιο	K11	Αγόρια	47	6	12'	12.02
10.	100μ.	Ύπτιο	K12	Αγόρια	48	6	12'	12.14
11.	100μ.	Ύπτιο	K11	Κορίτσια	51	7	14'	12.26
12.	100μ.	Ύπτιο	K12	Κορίτσια	57	8	16'	12.40
13.	800μ.	Ελεύθερο	K12	Αγόρια	6	1	12'	12.56
14.	800μ.	Ελεύθερο	K12	Κορίτσια	12	2	24'	13.08
15.	4Χ50μ.	Ελεύθερο (mixed)	K11	2αγ / 2κορ		2	8'	13.32
16.	4Χ50μ.	Ελεύθερο (mixed)	K12	2αγ / 2κορ		2	8'	13.40
P4: Η Προθέρμανση κολυμβητών που συμμετέχουν στα αγωνίσματα "9." και μετά, προτείνεται να γίνει αργότερα								
* Στα ομαδικά, θα γίνεται και σύμπτυξη σειρών όπου είναι εφικτό					657	92	228'	13.48

Σάββατο 9.3.2024 - Β' αγωνιστική ημέρα - απογευματινή ενότητα (18.00) - Προθ.: 16.40 - 17.55								
A/α	Αγώνισμα		Κατηγορία	Φύλο	Συμ/χες	Σειρές	Διάρκεια	Ώρα εναρ.
Τα Γ' - Α' - Β' γκρουπ θα κάνουν προθέρμανση στη P4 (50μ.), 16.40-17.05 / 17.05-17.30 / 17.30-17.55								
1.	50μ.	Πεταλούδα	K11	Κορίτσια	37	5	7'	18.00
2.	50μ.	Πεταλούδα	K12	Κορίτσια	31	4	6'	18.07
3.	50μ.	Πεταλούδα	K11	Αγόρια	40	5	7'	18.13
4.	50μ.	Πεταλούδα	K12	Αγόρια	26	4	6'	18.20
5.	100μ.	Πρόσθιο	K11	Κορίτσια	55	7	16'	18.26
6.	100μ.	Πρόσθιο	K12	Κορίτσια	69	9	20'	18.42
7.	100μ.	Πρόσθιο	K11	Αγόρια	38	5	11'	19.02
8.	100μ.	Πρόσθιο	K12	Αγόρια	47	6	13'	19.13
9.	200μ.	Ελεύθερο	K11	Κορίτσια	33	5	18'	19.26
10.	200μ.	Ελεύθερο	K12	Κορίτσια	43	6	20'	19.44
11.	200μ.	Ελεύθερο	K11	Αγόρια	23	3	10'	20.04
12.	200μ.	Ελεύθερο	K12	Αγόρια	48	6	20'	20.14
13.	4Χ50μ.	Μικτή Ομαδική	K11	Κορίτσια		2	8'	20.34
14.	4Χ50μ.	Μικτή Ομαδική	K11	Αγόρια		2	8'	20.42
15.	4Χ100μ.	Μικτή Ομαδική	K12	Κορίτσια		2	14'	20.50
16.	4Χ100μ.	Μικτή Ομαδική	K12	Αγόρια		2	14'	21.04
P4: Η Προθέρμανση κολυμβητών που συμμετέχουν στα αγωνίσματα "9." και μετά, προτείνεται να γίνει αργότερα								
* Στα ομαδικά, θα γίνεται και σύμπτυξη σειρών όπου είναι εφικτό					490	73	198'	21.18

Εαρινό Κύπελλο Προ-αγωνιστικών κατηγοριών (Κ11-Κ12) σε κολ/ριο 50μ.

Ενδεικτικό χρονοδιάγραμμα αγώνων βάσει αρχικών δηλώσεων συμμετοχής (9-10.3.2024, ΟΑΚΑ)

Κυριακή 10.3.2024 - Γ' αγωνιστική ημέρα - πρωινή ενότητα (10.00) - Προθ.: 08.40 - 09.55								
A/α	Αγώνισμα		Κατηγορία	Φύλο	Συμ/χες	Σειρές	Διάρκεια	Ώρα εναρ.
Τα Β' - Γ' - Α' γκρουπ θα κάνουν προθέρμανση στη P4 (50μ.), 08.40-09.05 / 09.05-09.30 / 09.30-09.55								
1.	50μ.	Πρόσθιο	K11	Κορίτσια	64	8	11'	10.00
2.	50μ.	Πρόσθιο	K12	Κορίτσια	51	7	10'	10.11
3.	50μ.	Πρόσθιο	K11	Αγόρια	62	8	11'	10.21
4.	50μ.	Πρόσθιο	K12	Αγόρια	26	4	6'	10.32
5.	100μ.	Ελεύθερο	K11	Κορίτσια	105	14	26'	10.38
6.	100μ.	Ελεύθερο	K12	Κορίτσια	97	13	24'	11.04
7.	100μ.	Ελεύθερο	K11	Αγόρια	99	13	24'	11.28
8.	100μ.	Ελεύθερο	K12	Αγόρια	96	12	22'	11.52
9.	200μ.	Ύπτιο	K11	Κορίτσια	19	3	12'	12.14
10.	200μ.	Ύπτιο	K12	Κορίτσια	27	4	15'	12.26
11.	200μ.	Ύπτιο	K11	Αγόρια	15	2	8'	12.41
12.	200μ.	Ύπτιο	K12	Αγόρια	26	4	15'	12.49
13.	4Χ100μ.	Ελεύθερο	K11	Κορίτσια		2	14'	13.04
14.	4Χ100μ.	Ελεύθερο	K12	Κορίτσια		2	14'	13.18
15.	4Χ100μ.	Ελεύθερο	K11	Αγόρια		2	14'	13.32
16.	4Χ100μ.	Ελεύθερο	K12	Αγόρια		2	14'	13.46
P4: Η Προθέρμανση κολυμβητών που συμμετέχουν στα αγωνίσματα "9." και μετά, προτείνεται να γίνει αργότερα								
* Στα ομαδικά, θα γίνεται και σύμπτυξη σειρών όπου είναι εφικτό					687	100	240'	14.00

Κυριακή 10.3.2024 - Δ' αγωνιστική ημέρα - απογ/νή ενότητα (17.30) - Προθ.: 16.10 - 17.25								
A/α	Αγώνισμα		Κατηγορία	Φύλο	Συμ/χες	Σειρές	Διάρκεια	Ώρα εναρ.
Τα Α' - Β' - Γ' γκρουπ θα κάνουν προθέρμανση στη P4 (50μ.), 16.10-16.35 / 16.35-17.00 / 17.00-17.25								
1.	50μ.	Ύπτιο	K11	Κορίτσια	96	12	16'	17.30
2.	50μ.	Ύπτιο	K12	Κορίτσια	38	5	7'	17.36
3.	50μ.	Ύπτιο	K11	Αγόρια	76	10	13'	17.43
4.	50μ.	Ύπτιο	K12	Αγόρια	33	5	8'	17.56
5.	100μ.	Πεταλούδα	K11	Κορίτσια	13	2	4'	18.04
6.	100μ.	Πεταλούδα	K12	Κορίτσια	20	3	6'	18.08
7.	100μ.	Πεταλούδα	K11	Αγόρια	10	2	4'	18.14
8.	100μ.	Πεταλούδα	K12	Αγόρια	13	2	4'	18.18
9.	200μ.	Μικτή Ατομική	K11	Κορίτσια	18	3	12'	18.22
10.	200μ.	Μικτή Ατομική	K12	Κορίτσια	16	2	8'	18.34
11.	200μ.	Μικτή Ατομική	K11	Αγόρια	9	2	8'	18.42
12.	200μ.	Μικτή Ατομική	K12	Αγόρια	19	3	12'	18.50
13.	400μ.	Ελεύθερο	K11	Κορίτσια	8	1	7'	19.02
14.	400μ.	Ελεύθερο	K12	Κορίτσια	17	3	19'	19.19
15.	400μ.	Ελεύθερο	K11	Αγόρια	11	2	13'	19.38
16.	400μ.	Ελεύθερο	K12	Αγόρια	15	2	13'	19.51
17.	4Χ100μ.	Μικτή Ομαδική (mixed)	K11	2αγ / 2κορ		2	14'	20.04
18.	4Χ100μ.	Μικτή Ομαδική (mixed)	K12	2αγ / 2κορ		2	14'	20.18
P4: Η Προθέρμανση κολυμβητών που συμμετέχουν στα αγωνίσματα "11." και μετά, προτείνεται να γίνει αργότερα								
* Στα ομαδικά, θα γίνεται και σύμπτυξη σειρών όπου είναι εφικτό					412	63	182'	20.32