



**ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΟ ΠΡΩΤΑΘΛΗΜΑ ΚΑΤΗΓΟΡΙΩΝ  
ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΟΙ ΑΓΩΝΕΣ ΠΡΟΑΓΩΝΙΣΤΙΚΩΝ ΚΑΤΗΓΟΡΙΩΝ  
ΤΕΧΝΙΚΗΣ ΚΟΛΥΜΒΗΣΗΣ  
ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗ 22 - 25/07/2021  
ΩΡΟΛΟΓΙΟ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΠΡΟΘΕΡΜΑΝΣΗΣ**

**4η ΑΓΩΝΙΣΤΙΚΗ ΠΡΩΗ** **ΕΝΑΡΞΗ ΑΓΩΝΩΝ: 09:00**

A/A	ΑΓΩΝΙΣΜΑ	ΚΑΤΗΓΟΡΙΑ	ΩΡΑ ΕΙΣΟΔΟΥ	ΩΡΑ ΠΡΟΘΕΡΜ.	ΠΙΣΙΝΑ
<b>Α' ΓΚΡΟΥΠ</b>	400μ. Υποβρύχιο	Παιδων	7:50	08:00 - 08:20	<b>Εσωτερική</b>
	400μ. Υποβρύχιο	Κορασίδων			
	400μ. Επιφάνεια	Νέων			
	400μ. Επιφάνεια	Νεανίδων			
	400μ. Διπλά Πέδιλα	Νέων			
	400μ. Διπλά Πέδιλα	Νεανίδων			
<b>08:20 - 08:30 ΕΚΚΕΝΩΣΗ ΔΕΞΑΜΕΝΗΣ - ΑΠΟΛΥΜΑΝΣΗ</b>					
<b>Β' ΓΚΡΟΥΠ</b>	800μ. Επιφάνεια	Παιδων	8:20	08:30 - 08:50	<b>Εσωτερική</b>
	800μ. Επιφάνεια	Κορασίδων			
	200μ. Επιφάνεια	Π/παιδων Α			
	200μ. Επιφάνεια	Π/κορασίδων Α			
	200μ. Διπλά Πέδιλα	Π/παιδων Α			
	200μ. Διπλά Πέδιλα	Π/κορασίδων Α			
<b>08:50 - 09:00 ΕΚΚΕΝΩΣΗ ΔΕΞΑΜΕΝΗΣ - ΑΠΟΛΥΜΑΝΣΗ</b>					
<b>Γ' ΓΚΡΟΥΠ</b>	200μ. Επιφάνεια	Π/παιδων Β	8:50	09:00 - 09:20	<b>Εξωτερική</b>
	200μ. Επιφάνεια	Π/κορασίδων Β			
	200μ. Διπλά Πέδιλα	Π/παιδων Β			
	200μ. Διπλά Πέδιλα	Π/κορασίδων Β			
	4Χ100μ. Διπλά Πέδιλα Μικτή Ομάδα	Νέων - Νεανίδων			
	4Χ100μ. Διπλά Πέδιλα Μικτή Ομάδα	Προαγωνιστικά			

<b>4η ΑΓΩΝΙΣΤΙΚΗ ΑΠΟΓΕΥΜΑ</b>	<b>ΕΝΑΡΞΗ ΑΓΩΝΩΝ: 17:10</b>
-------------------------------	-----------------------------

Α/Α	ΑΓΩΝΙΣΜΑ	ΚΑΤΗΓΟΡΙΑ	ΩΡΑ ΕΙΣΟΔΟΥ	ΩΡΑ ΠΡΟΘΕΡΜ.	ΠΙΣΙΝΑ
Α' ΓΚΡΟΥΠ	50μ. Επιφάνεια	Παίδων	16:00	16:10 - 16:30	Εσωτερική
	50μ. Επιφάνεια	Κορασίδων			
	50μ. Διπλά Πέδιλα	Παίδων			
<b>16:30 - 16:40 ΕΚΚΕΝΩΣΗ ΔΕΞΑΜΕΝΗΣ - ΑΠΟΛΥΜΑΝΣΗ</b>					
Β' ΓΚΡΟΥΠ	50μ. Διπλά Πέδιλα	Κορασίδων	16:30	16:40 - 17:00	Εσωτερική
	50μ. Άπνοη	Ανδρών			
	50μ. Άπνοη	Γυναικών			
<b>17:00 - 17:10 ΕΚΚΕΝΩΣΗ ΔΕΞΑΜΕΝΗΣ - ΑΠΟΛΥΜΑΝΣΗ</b>					
Γ' ΓΚΡΟΥΠ	50μ. Άπνοη	Νέων	17:00	17:10 - 17:30	Εξωτερική
	50μ. Άπνοη	Νεανίδων			
	400μ. Επιφάνεια	Ανδρών			
	400μ. Επιφάνεια	Γυναικών			
	400μ. Διπλά Πέδιλα	Ανδρών			
	400μ. Διπλά Πέδιλα	Γυναικών			
<b>17:30 - 17:40 ΕΚΚΕΝΩΣΗ ΔΕΞΑΜΕΝΗΣ - ΑΠΟΛΥΜΑΝΣΗ</b>					
Δ' ΓΚΡΟΥΠ	100μ. Υποβρύχιο	Π/παίδων Α	17:30	17:40 - 18:00	Εξωτερική
	100μ. Υποβρύχιο	Π/κορασίδων Α			
	4Χ50μ. Επιφάνεια Μικτή Ομάδα	Πρωταγωνιστικά Α-Β			
	4Χ100μ Διπλά Πέδιλα Μικτή Ομάδα	Ανδρών – Γυναικών			
	4Χ50μ. Επιφάνεια Μικτή Ομάδα	Παίδων – Κορασίδων			
	4Χ100μ. Επιφάνεια	Νέων			
	4Χ100μ. Επιφάνεια	Νεανίδων			