



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

Αριθ. Πρωτ. 1300/ε  
Αθήνα 11 Μαρτίου 2022

**Προς:**

Σωματεία Κολύμβησης  
Περιφερειακές Επιτροπές

**Θέμα:**

- 1<sup>η</sup> Προπονητική συνάντηση Επίλεκτων Κολυμβητών-τριων Κ13-Κ14, Περιφέρεια Θεσσαλονίκης, Κεντρικής Δυτικής Μακεδονίας, Θεσσαλίας, Ηπείρου και Ανατολικής Μακεδονίας – Θράκης.

Κύριε Πρόεδρε,

- Η Κολυμβητική Ομοσπονδία Ελλάδος σε συνέχεια της έναρξης του Προγράμματος των Επίλεκτων κολυμβητών-τριων για την αγωνιστική περίοδο 2021-2022, ανακοινώνει την 1<sup>η</sup> προπονητική συνάντηση για τις Περιφέρειες Θεσσαλονίκης, Κεντρικής Δυτικής Μακεδονίας, Θεσσαλίας, Ηπείρου και Ανατολικής Μακεδονίας – Θράκης.

**Εφαρμογή του Προγράμματος**

*Για τις Περιφέρειες Θεσσαλονίκης, Κεντρικής Δυτικής Μακεδονίας, Θεσσαλίας και Ηπείρου:*

Το Σάββατο 19/03/2022, στο Εθνικό Κολυμβητήριο Θεσσαλονίκης και ώρα 15.00 – 18.00.

*Για την Περιφέρεια Ανατολικής Μακεδονίας – Θράκης:*

Την Κυριακή 20/03/2022 στο Δημοτικό κολυμβητήριο Καβάλας, και ώρα 10.00 – 13.00. Οι συναντήσεις θα περιλαμβάνουν τις κατωτέρω δραστηριότητες:

- Καταγραφή σωματομετρικών χαρακτηριστικών  
\*Η καταγραφή θα διεξαχθεί από εξειδικευμένο προσωπικό.
- Τεστ κρίσιμης ταχύτητας (400m. + 50m. )  
\*Το τεστ θα διεξαχθεί με την βοήθεια των προπονητών των αθλητών.

Παρακαλούμε τους αθλητές-τριες να βρίσκονται στον χώρο του κολυμβητηρίου τουλάχιστον είκοσι (20) λεπτά νωρίτερα από την αναφερόμενη ώρα.  
Επιθυμούμε την παρουσία των προπονητών των ομάδων για την ομαλότερη διεξαγωγή της προπονητικής συνάντησης.

Τις συναντήσεις θα τις επιβλέπει ο υπεύθυνος ανάπτυξης και επιστημονικής υποστήριξης της ΚΟΕ, κος Αλέξανδρος Νικολόπουλος.

Σας γνωστοποιούμε ότι θα διεξαχθούν τρεις (3) συνολικά προπονητικές συναντήσεις έως και τον Ιούλιο 2022 σε ημερομηνίες και πρόγραμμα που θα ανακοινωθούν στο επόμενο διάστημα.

Με τιμή,

**Ο ΓΕΝΙΚΟΣ ΓΡΑΜΜΑΤΕΑΣ**



**ΣΤΕΦΑΝΟΣ Γ. ΑΥΓΟΥΛΕΑΣ**

Αγωνιστική Περίοδος 2021-2022, Πρόγραμμα Επιλέκτων Κ14, έτος γέννησης 2008

**ΚΟΡΙΤΣΙΑ & ΑΓΟΡΙΑ 2008**

Α/Α	ΟΝΟΜΑΤΕΠΩΝΥΜΟ	ΣΩΜΑΤΕΙΟ
<b>ΠΕΡΙΦΕΡΕΙΑ ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗΣ</b>		
1	ΚΑΡΑΣΑΒΒΙΔΟΥ ΑΙΚΑΤΕΡΙΝΗ	ΑΑ ΑΣΤΕΡΙΑ
2	ΚΑΛΛΙΟΝΤΖΗΣ ΧΡΗΣΤΟΣ	ΑΑ ΑΣΤΕΡΙΑ
3	ΠΑΣΙΔΟΥ ΔΕΣΠΟΙΝΑ	ΑΡΗΣ
4	ΣΤΕΡΓΙΟΥ ΙΣΑΒΕΛΛΑ	ΑΡΗΣ
5	ΛΟΛΙΔΗΣ ΘΕΟΔΩΡΟΣ	ΑΡΗΣ
6	ΝΑΛΜΠΑΝΤΗΣ ΑΠΟΣΤΟΛΟΣ	ΑΡΗΣ
7	ΔΗΜΕΡΑ ΚΩΣΤΑ ΒΑΛΕΝΤΙΝΑ ΕΥΘ.	Α.Σ ΜΑΚΕΔΟΝΙΚΟΣ
8	ΑΝΔΡΕΑΔΗΣ ΚΩΝΣΤΑΝΤΙΝΟΣ	ΝΕΟΣ Γ.Σ. ΗΡΑΚΛΗΣ
9	ΤΣΙΑΡΟΣ ΣΤΕΡΓΙΟΣ	ΝΕΑΠΟΛΗ
10	ΔΗΜΑΝΟΠΟΥΛΟΣ ΧΡΗΣΤΟΣ	ΠΑΟΚ
<b>ΠΕΡΙΦΕΡΕΙΑ ΚΕΝΤΡΙΚΗΣ ΔΥΤΙΚΗΣ ΜΑΚΕΔΟΝΙΑΣ</b>		
1	ΑΛΕΞΑΝΔΡΙΔΟΥ ΒΑΣΙΛΙΚΗ	ΔΕΛΦΙΝΙΑ ΠΤΟΛΕΜΑΙΔΑΣ
2	ΠΥΡΙΛΗ ΔΕΣΠΟΙΝΑ	ΠΑΝΣΕΡΑΙΚΟΣ
<b>ΠΕΡΙΦΕΡΕΙΑ ΑΝΑΤΟΛΙΚΗΣ ΜΑΚΕΔΟΝΙΑΣ - ΘΡΑΚΗΣ</b>		
1	ΤΣΙΜΑ ΧΑΡΑ	ΟΘΑΚ
2	ΝΤΟΥΜΑΣ ΕΥΑΓΓΕΛΟΣ ΕΦΡΑΙΜ	ΟΦΘΑ
3	ΤΣΕΛΙΠΓΙΩΤΗΣ ΙΩΑΝΝΗΣ ΝΙΚΟΛΑΟΣ	ΟΦΘΑ
4	ΤΕΡΝΕΚΤΣΗΣ ΑΘΑΝΑΣΙΟΣ	ΚΟ ΔΡΑΜΑΣ
<b>ΠΕΡΙΦΕΡΕΙΑ ΘΕΣΣΑΛΙΑΣ</b>		
1	ΝΑΤΣΙΟΥ ΕΙΡΗΝΗ	ΝΟ ΛΑΡΙΣΑΣ
2	ΝΙΚΑΚΗ ΖΩΗ	ΝΟΒΑ
3	ΑΥΓΕΡΟΣ ΑΘΑΝΑΣΙΟΣ	ΟΛΥΜΠ. ΒΟΛΟΥ
<b>ΠΕΡΙΦΕΡΕΙΑ ΗΠΕΙΡΟΥ</b>		
1	ΛΕΚΚΑΣ ΘΕΟΦΙΛΟΣ	ΠΑΣ ΓΙΑΝΝΕΝΑ

**Αγωνιστική Περίοδος 2021-2022, Πρόγραμμα Επίλεκτων Κ13, έτος γέννησης 2009**

**ΚΟΡΙΤΣΙΑ & ΑΓΟΡΙΑ 2009**

A/A	ΟΝΟΜΑΤΕΠΩΝΥΜΟ	ΣΩΜΑΤΕΙΟ
<b>ΠΕΡΙΦΕΡΕΙΑ ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗΣ</b>		
1	ΑΙΒΑΖΙΔΗ ΑΝΔΡΙΑΝΝΑ	ΑΡΗΣ
2	ΔΙΑΜΑΝΤΟΠΟΥΛΟΣ ΝΙΚΟΛΑΟΣ	ΑΡΗΣ
3	ΣΑΝΤΟΛΗΣ ΔΗΜΗΤΡΙΟΣ	ΑΡΗΣ
4	ΚΟΚΚΙΝΟΣ ΕΥΑΓΓΕΛΟΣ	ΝΕΟΣ ΗΡΑΚΛΗΣ
<b>ΠΕΡΙΦΕΡΕΙΑ ΚΕΝΤΡΙΚΗΣ ΔΥΤΙΚΗΣ ΜΑΚΕΔΟΝΙΑΣ</b>		
1	ΚΑΝΔΗΛΑΡΗΣ ΚΩΝ/ΝΟΣ	ΑΡΧΕΛΑΟΣ
2	ΤΟΥΜΠΑ ΑΘΗΝΑ	ΚΑ ΝΑΟΥΣΑ
3	ΤΣΙΓΓΕΝΗ ΦΑΝΗ	ΔΕΛΦΙΝΙΑ ΠΤΟΛΕΜΑΙΔΑΣ
4	ΚΑΡΑΓΙΑΝΝΑΚΗ ΣΟΦΙΑ	ΚΕ ΚΟΖΑΝΗ
5	ΚΙΟΜΠΕΛΗ ΔΗΜΗΤΡΑ	ΚΕ ΚΟΖΑΝΗ
6	ΚΟΥΤΣΩΝΑ ΕΛΕΝΗ	ΚΕ ΚΟΖΑΝΗ
7	ΤΑΣΙΟΠΟΥΛΟΣ ΚΩΝ/ΝΟΣ	ΚΕ ΚΟΖΑΝΗ
<b>ΠΕΡΙΦΕΡΕΙΑ ΑΝΑΤΟΛΙΚΗΣ ΜΑΚΕΔΟΝΙΑΣ - ΘΡΑΚΗΣ</b>		
1	ΧΡΙΣΤΟΦΟΡΙΔΗΣ ΧΡΗΣΤΟΣ-ΙΩΑΝΝΗΣ	ΟΘΑΚ
2	ΚΟΥΛΚΟΒΙΝΗΣ ΔΗΜΗΤΡΙΟΣ	ΝΕ ΡΟΔΟΠΗΣ
3	ΓΟΥΓΟΥΣΑΚΗΣ ΔΗΜΟΣ	ΝΕ ΡΟΔΟΠΗΣ
4	ΠΑΠΑΔΟΠΟΥΛΟΣ ΔΗΜΗΤΡΙΟΣ	ΟΦΘΑ
5	ΠΕΧΛΙΒΑΝΙΔΗΣ ΓΕΩΡΓΙΟΣ	ΟΦΘΑ
6	ΔΗΜΗΤΡΙΑΔΗΣ ΧΑΡΑΛΑΜΠΟΣ	ΟΦΘΑ
7	ΒΑΣΔΕΚΗΣ ΔΗΜΗΤΡΙΟΣ	ΚΟ ΔΡΑΜΑΣ
<b>ΠΕΡΙΦΕΡΕΙΑ ΘΕΣΣΑΛΙΑΣ</b>		
1	ΤΖΑΝΑΚΟΥΛΗ ΚΛΕΟΝΙΚΗ	ΝΟ ΛΑΡΙΣΑΣ
2	ΝΙΣΥΡΙΟΥ ΝΕΦΕΛΗ	ΝΟ ΛΑΡΙΣΑΣ
3	ΚΩΤΣΑΚΗ ΜΑΡΙΑ	ΝΟ ΛΑΡΙΣΑΣ
4	ΛΙΑΚΟΥ ΖΩΗ	ΝΟ ΛΑΡΙΣΑΣ
5	ΤΣΑΟΥΣΙ ΔΑΝΑΗ	ΝΟ ΛΑΡΙΣΑΣ
6	ΤΖΗΚΑΣ ΓΕΩΡΓΙΟΣ	ΛΑΡΙΣΑΙΚΟΙ-ΤΙΤΑΝΕΣ
<b>ΠΕΡΙΦΕΡΕΙΑ ΗΠΕΙΡΟΥ</b>		
1	ΠΑΥΛΟΥ ΘΕΟΦΑΝΙΑ	ΑΤΛΑΣ ΙΩΑΝΝΙΝΩΝ