



Κολυμβητική  
Ομοσπονδία  
Ελλάδας

Hellenic  
Swimming  
Federation

swimming  
κολύμβηση

water polo  
υδατοσφαίριση

synchro  
συγχρονισμένη

diving  
καταδύσεις

finswimming  
τεχνική κολύμβηση

open water  
μεγάλες αποστάσεις

[1]

Αθήνα, 3...../10/2024  
Αρ. πρωτ.: 4813/Ε

Προς

1. Σωματεία – Μέλη ΚΟΕ
2. Περιφερειακές επιτροπές

**Θέμα: «Κριτήρια επιλογής και συγκρότηση των Προεθνικών ομάδων Κολύμβησης για την αγωνιστική περίοδο 2024-25»**

Κύριε Πρόεδρε,

Σας γνωρίζουμε τα κριτήρια επιλογής για τις Προεθνικές ομάδες κολύμβησης Ανδρών – Γυναικών (24 ετών και μεγαλύτεροι, γεν. 2001 και πριν), Νέων Ανδρών – Νέων Γυναικών (19-23 ετών, γεν. 2006-2002) & Νέων – Νεανίδων (14-18 ετών, γεν. 2011-2007), καθώς και τους κολυμβητές-τριες που εντάσσονται σε αυτές, για την αγωνιστική περίοδο 2024-2025.

#### **ΚΡΙΤΗΡΙΑ ΕΠΙΛΟΓΗΣ ΤΩΝ ΠΡΟΕΘΝΙΚΩΝ ΟΜΑΔΩΝ ΚΟΛΥΜΒΗΣΗΣ 2024-25**

Για την ένταξη στις Προεθνικές ομάδες κολύμβησης Ανδρών – Γυναικών και Εφήβων – Νεανίδων της αγωνιστικής περιόδου 2024-2025, θα πρέπει να πληρείται κάποιο από τα ακόλουθα κριτήρια:

#### **Για ένταξη στην Προεθνική Α' (1<sup>ο</sup> – 2<sup>ο</sup> κριτήριο)**

1. Συμμετοχή την προηγούμενη αγωνιστική περίοδο 2023-24, σε κάποια από τις ακόλουθες μεγάλες διεθνείς διοργανώσεις:
  - Ολυμπιακούς Αγώνες – Παρίσι 2024
  - Παγκόσμια πρωταθλήματα κολύμβησης Ανδρών – Γυναικών (κολ. 25μ. ή 50μ.)
  - Ευρωπαϊκά πρωταθλήματα κολύμβησης Ανδρών – Γυναικών ή Νέων – Νεανίδων (κολ. 25μ. ή 50μ.)
2. Κατάκτηση 1<sup>ης</sup> θέσης σε ατομικά αγωνίσματα, στις κάτωθι σημαντικές διεθνείς διοργανώσεις:
  - Multination Junior (αγόρια– κορίτσια 16-18 ετών)

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



Stoiximan Deloitte.



### Για ένταξη στην Προεθνική Α' ή Β', ανάλογα με το ποιο όριο επιτυχάνουν (3<sup>ο</sup> – 4<sup>ο</sup> κριτήριο)

3. Επίτευξη επίδοσης ίσης ή καλύτερης από τα όρια ένταξης στις Προεθνικές ομάδες κολύμβησης για την αγωνιστική περίοδο 2024-25, που αναγράφονται στους πίνακες 1-2-3-4, ανά κατηγορία και ηλικία, κατά την περίοδο από 1.1.2024 έως και 30.9.2024. Οι κολυμβητές-τριες εντάσσονται σύμφωνα με τα σχετικά όρια που ισχύουν για την ηλικία τους, στην τρέχουσα αγωνιστική περίοδο 2024-25
4. Επίτευξη επίδοσης ίσης ή καλύτερης από τα όρια ένταξης στις Προεθνικές ομάδες κολύμβησης για την αγωνιστική περίοδο 2024-25, που αναγράφονται στους πίνακες 5-6-7-8, ανά κατηγορία και ηλικία, κατά την περίοδο από 1.10.2024 έως και 15.6.2025. Οι κολυμβητές-τριες εντάσσονται σύμφωνα με τα σχετικά όρια που ισχύουν για την ηλικία τους, στην τρέχουσα αγωνιστική περίοδο 2024-25.

### Για ένταξη στην Προεθνική Β' (5<sup>ο</sup> – 6<sup>ο</sup> κριτήριο)

5. Κατάκτηση 1<sup>ης</sup> ως 8<sup>ης</sup> θέσης σε ατομικά αγωνίσματα και 1<sup>ης</sup> ως 3<sup>ης</sup> σε ομαδικά, στις κάτωθι σημαντικές διεθνείς διοργανώσεις:
  - Multination Youth (αγόρια – κορίτσια 13-15 ετών)
  - Mediterranean Swimming Cup (Comen, αγ. 15-16 ετών – κορ. 14-15 ετών)
6. Κατάκτηση 2<sup>ης</sup> ως 8<sup>ης</sup> θέσης σε ατομικά αγωνίσματα και 1<sup>ης</sup> ως 3<sup>ης</sup> σε ομαδικά, στις κάτωθι σημαντικές διεθνείς διοργανώσεις:
  - Multination Junior (αγόρια – κορίτσια 16-18 ετών)

**Σημείωση:** Για τον καθορισμό των ορίων των Προεθνικών ομάδων κολύμβησης 2024-25, χρησιμοποιούνται ως βάση τα Όρια «Α'» που έχει ορίσει η **WORLD AQUATICS** για συμμετοχή στο Παγκόσμιο πρωτάθλημα κολύμβησης Ανδρών – Γυναικών 2025. Τα όρια διαβαθμίζονται, ανάλογα με το φύλο, την κατηγορία και το επίπεδο.

### **ΔΙΑΤΑΞΕΙΣ ΣΧΕΤΙΚΕΣ ΜΕ ΤΗ ΔΙΑΔΙΚΑΣΙΑ ΣΥΓΚΡΟΤΗΣΗΣ ΤΩΝ ΠΡΟΕΘΝΙΚΩΝ ΟΜΑΔΩΝ ΚΟΛΥΜΒΗΣΗΣ, ΓΙΑ ΤΗΝ ΑΓΩΝΙΣΤΙΚΗ ΠΕΡΙΟΔΟ 2024-2025**

- ✓ Στις Προεθνικές ομάδες κολύμβησης Ανδρών – Γυναικών 2024-25, μπορούν να ενταχθούν κολυμβητές-τριες 24 ετών και άνω (γεν. 2001 και πριν), οι οποίοι-ες πληρούν κάποιο από τα παραπάνω κριτήρια
- ✓ Στις Προεθνικές ομάδες κολύμβησης Νέων Ανδρών – Νέων Γυναικών 2024-25, μπορούν να ενταχθούν κολυμβητές-τριες 19-23 ετών (γεν. 2006 - 2002), οι οποίοι-ες πληρούν κάποιο από τα παραπάνω κριτήρια
- ✓ Στις Προεθνικές ομάδες κολύμβησης Νέων – Νεανίδων 2024-25, μπορούν να ενταχθούν κολυμβητές-τριες 14-15-16-17-18 ετών (γεν. 2011-2010-2009-2008-2007), οι οποίοι-ες πληρούν κάποιο από τα παραπάνω κριτήρια

- ✓ Οι κολυμβητές-τριες που πληρούν κάποιο από τα δύο (2) πρώτα κριτήρια επιλογής (1<sup>ο</sup> ή 2<sup>ο</sup>) ή έχουν επιτύχει επίδοση ίση ή καλύτερη από το σχετικό όριο (Α') της κατηγορίας τους (πίνακες 1 – 2 – 3 – 4), συγκροτούν την ΠΡΟΕΘΝΙΚΗ ΟΜΑΔΑ Α' .
- ✓ Οι κολυμβητές-τριες που πληρούν κάποιο από τα δύο (2) τελευταία κριτήρια επιλογής (5<sup>ο</sup> ή 6<sup>ο</sup>) ή έχουν επιτύχει επίδοση ίση ή καλύτερη από το σχετικό όριο (Β') της κατηγορίας τους (πίνακες 1 – 2 – 3 – 4), συγκροτούν την ΠΡΟΕΘΝΙΚΗ ΟΜΑΔΑ Β'.
- ✓ Οι κολυμβητές-τριες που επιτυγχάνουν από 1/10/2024 μέχρι και 15/6/2025, κάποιο από τα παραπάνω κριτήρια επιλογής (συμμετέχοντας στις αντίστοιχες διοργανώσεις της αγ. περιόδου 2024-25) ή επίδοση καλύτερη από το σχετικό όριο Προεθνικής της ηλικίας τους σε κολυμβητήριο 50μ. (πίνακες 5 – 6 – 7 – 8), θα εντάσσονται άμεσα στην Προεθνική ομάδα Α' ή Β' (ανάλογα), για το υπόλοιπο διάστημα της αγωνιστικής περιόδου 2024-25.

*Η ΚΟΕ επιφυλάσσεται να κάνει χρήση του δικαιώματος τροποποίησης των όρων της παρούσας εγκυκλίου, αν και όποτε αυτό κριθεί αναγκαίο.*

Με τιμή,

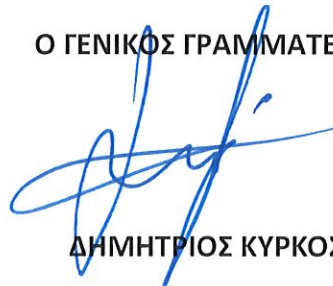
Ο ΠΡΟΕΔΡΟΣ



ΚΥΡΙΑΚΟΣ ΓΙΑΝΝΟΠΟΥΛΟΣ



Ο ΓΕΝΙΚΟΣ ΓΡΑΜΜΑΤΕΑΣ



ΔΗΜΗΤΡΙΟΣ ΚΥΡΚΟΣ

**ΟΡΙΑ ΠΡΟΕΘΝΙΚΗΣ ΟΜΑΔΑΣ ΚΟΛΥΜΒΗΣΗΣ ΑΝΔΡΩΝ (24+) & ΝΕΩΝ ΑΝΔ. (19-23) 2024-25**

Πίνακας 1 : Ισχύουν για επιδόσεις που επιτεύχθηκαν σε κολ/ριο 50μ., από 1.1.2024 ως 30.9.2024

ΑΓΩΝΙΣΜΑ	W.AQ. Α' 2025	ΠΡΟΕΘΝΙΚΗ Α'	ΠΡΟΕΘΝΙΚΗ Β'	ΠΡΟΕΘΝΙΚΗ ΝΑ. Α'	ΠΡΟΕΘΝΙΚΗ ΝΑ. Β'
		ΑΝ. 24+ (2001) (+3,5%)	ΑΝ. 24+ (2001) (+4,5%)	19-23 (2006-2002) (+4,5%)	19-23 (2006-2002) (+6%)
50μ. ΕΛΕΥΘΕΡΟ	00:22,05	00:22,82	00:23,04	00:23,04	00:23,37
100μ. ΕΛΕΥΘΕΡΟ	00:48,34	00:50,03	00:50,52	00:50,52	00:51,24
200μ. ΕΛΕΥΘΕΡΟ	01:46,70	01:50,43	01:51,50	01:51,50	01:53,10
400μ. ΕΛΕΥΘΕΡΟ	03:48,15	03:56,14	03:58,42	03:58,42	04:00,13
800μ. ΕΛΕΥΘΕΡΟ	07:48,66	08:05,06	08:09,75	08:09,75	08:13,26
1500μ. ΕΛΕΥΘΕΡΟ	15:01,89	15:33,46	15:42,48	15:42,48	15:49,24
50μ. ΥΠΤΙΟ	00:25,11	00:25,99	00:26,24	00:26,24	00:26,62
100μ. ΥΠΤΙΟ	00:53,94	00:55,83	00:56,37	00:56,37	00:57,18
200μ. ΥΠΤΙΟ	01:58,07	02:02,20	02:03,38	02:03,38	02:05,15
50μ. ΠΡΟΣΘΙΟ	00:27,33	00:28,29	00:28,56	00:28,56	00:28,97
100μ. ΠΡΟΣΘΙΟ	00:59,75	01:01,84	01:02,44	01:02,44	01:03,33
200μ. ΠΡΟΣΘΙΟ	02:10,32	02:14,88	02:16,18	02:16,18	02:18,14
50μ. ΠΕΤΑΛΟΥΔΑ	00:23,36	00:24,18	00:24,41	00:24,41	00:24,76
100μ. ΠΕΤΑΛΟΥΔΑ	00:51,77	00:53,58	00:54,10	00:54,10	00:54,88
200μ. ΠΕΤΑΛΟΥΔΑ	01:56,51	02:00,59	02:01,75	02:01,75	02:03,50
200μ. ΜΙΚΤΗ ΑΤΟΜΙΚΗ	01:59,05	02:03,22	02:04,41	02:04,41	02:06,19
400μ. ΜΙΚΤΗ ΑΤΟΜΙΚΗ	04:17,48	04:26,49	04:29,07	04:29,07	04:31,00
<b>ΣΗΜΕΙΩΣΗ</b>	Το Β' όριο Προεθνικής ΝΑ στα αγωνίσματα 400-800-1.500μ. είναι το W. AQ. Α' + 5,25%				

**ΟΡΙΑ ΠΡΟΕΘΝΙΚΗΣ ΟΜΑΔΑΣ ΚΟΛΥΜΒΗΣΗΣ ΓΥΝΑΙΚΩΝ (24+) & ΝΕΩΝ ΓΥΝ. (19-23) 2024-25**

Πίνακας 2 : Ισχύουν για επιδόσεις που επιτεύχθηκαν σε κολ/ριο 50μ., από 1.1.2024 ως 30.9.2024

ΑΓΩΝΙΣΜΑ	W.AQ. Α' 2025	ΠΡΟΕΘΝΙΚΗ Α'	ΠΡΟΕΘΝΙΚΗ Β'	ΠΡΟΕΘΝΙΚΗ ΝΓ. Α'	ΠΡΟΕΘΝΙΚΗ ΝΓ. Β'
		ΓΥΝ. 24+ (2001) (+3,5%)	ΓΥΝ. 24+ (2001) (+4,5%)	19-23 (2006-2002) (+4,5%)	19-23 (2006-2002) (+6%)
50μ. ΕΛΕΥΘΕΡΟ	00:24,86	00:25,73	00:25,98	00:25,98	00:26,35
100μ. ΕΛΕΥΘΕΡΟ	00:54,25	00:56,15	00:56,69	00:56,69	00:57,51
200μ. ΕΛΕΥΘΕΡΟ	01:58,23	02:02,37	02:03,55	02:03,55	02:05,32
400μ. ΕΛΕΥΘΕΡΟ	04:10,23	04:18,99	04:21,49	04:21,49	04:23,37
800μ. ΕΛΕΥΘΕΡΟ	08:34,62	08:52,63	08:57,78	08:57,78	09:01,64
1500μ. ΕΛΕΥΘΕΡΟ	16:24,56	16:59,02	17:08,87	17:08,87	17:16,25
50μ. ΥΠΤΙΟ	00:28,22	00:29,21	00:29,49	00:29,49	00:29,91
100μ. ΥΠΤΙΟ	01:00,46	01:02,58	01:03,18	01:03,18	01:04,09
200μ. ΥΠΤΙΟ	02:11,08	02:15,67	02:16,98	02:16,98	02:18,94
50μ. ΠΡΟΣΘΙΟ	00:30,75	00:31,83	00:32,13	00:32,13	00:32,60
100μ. ΠΡΟΣΘΙΟ	01:06,87	01:09,21	01:09,88	01:09,88	01:10,88
200μ. ΠΡΟΣΘΙΟ	02:25,91	02:31,02	02:32,48	02:32,48	02:34,66
50μ. ΠΕΤΑΛΟΥΔΑ	00:26,23	00:27,15	00:27,41	00:27,41	00:27,80
100μ. ΠΕΤΑΛΟΥΔΑ	00:58,33	01:00,37	01:00,95	01:00,95	01:01,83
200μ. ΠΕΤΑΛΟΥΔΑ	02:09,21	02:13,73	02:15,02	02:15,02	02:16,96
200μ. ΜΙΚΤΗ ΑΤΟΜΙΚΗ	02:12,83	02:17,48	02:18,81	02:18,81	02:20,80
400μ. ΜΙΚΤΗ ΑΤΟΜΙΚΗ	04:43,06	04:52,97	04:55,80	04:55,80	04:57,92
<b>ΣΗΜΕΙΩΣΗ</b>	Το Β' όριο Προεθνικής ΝΓ στα αγωνίσματα 400-800-1.500μ. είναι το W. AQ. Α' + 5,25%				

### ΟΡΙΑ ΠΡΟΕΘΝΙΚΗΣ ΟΜΑΔΑΣ ΚΟΛΥΜΒΗΣΗΣ ΕΦΗΒΩΝ (14-18) 2024-25

Πίνακας 3 : Ισχύουν για επιδόσεις που επιτεύχθηκαν σε κολ/ριο 50μ., από 1.1.2024 ως 30.9.2024

ΑΓΩΝΙΣΜΑ	W.AQ. A' 2025	ΠΡΟΕΘΝΙΚΗ Α'	ΠΡΟΕΘΝΙΚΗ Β'			
		14-18 (2011-2007) (+7%)	18 (2007) (+8%)	17 (2008) (+10%)	16 (2009) (+12%)	14-15 (2010-11) (+15%)
50μ. ΕΛΕΥΘΕΡΟ	00:22,05	00:23,59	00:23,81	00:24,26	00:24,70	00:25,36
100μ. ΕΛΕΥΘΕΡΟ	00:48,34	00:51,72	00:52,21	00:53,17	00:54,14	00:55,59
200μ. ΕΛΕΥΘΕΡΟ	01:46,70	01:54,17	01:55,24	01:57,37	01:59,50	02:02,70
400μ. ΕΛΕΥΘΕΡΟ	03:48,15	04:01,84	04:04,12	04:08,68	04:13,25	04:20,09
800μ. ΕΛΕΥΘΕΡΟ	07:48,66	08:16,78	08:21,47	08:30,84	08:40,21	08:54,27
1500μ. ΕΛΕΥΘΕΡΟ	15:01,89	15:56,00	16:05,02	16:23,06	16:41,10	17:08,15
50μ. ΥΠΤΙΟ	00:25,11	00:26,87	00:27,12	00:27,62	00:28,12	00:28,88
100μ. ΥΠΤΙΟ	00:53,94	00:57,72	00:58,26	00:59,33	01:00,41	01:02,03
200μ. ΥΠΤΙΟ	01:58,07	02:06,33	02:07,52	02:09,88	02:12,24	02:15,78
50μ. ΠΡΟΣΘΙΟ	00:27,33	00:29,24	00:29,52	00:30,06	00:30,61	00:31,43
100μ. ΠΡΟΣΘΙΟ	00:59,75	01:03,93	01:04,53	01:05,73	01:06,92	01:08,71
200μ. ΠΡΟΣΘΙΟ	02:10,32	02:19,44	02:20,75	02:23,35	02:25,96	02:29,87
50μ. ΠΕΤΑΛΟΥΔΑ	00:23,36	00:25,00	00:25,23	00:25,70	00:26,16	00:26,86
100μ. ΠΕΤΑΛΟΥΔΑ	00:51,77	00:55,39	00:55,91	00:56,95	00:57,98	00:59,54
200μ. ΠΕΤΑΛΟΥΔΑ	01:56,51	02:04,67	02:05,83	02:08,16	02:10,49	02:13,99
200μ. ΜΙΚΤΗ ΑΤΟΜΙΚΗ	01:59,05	02:07,38	02:08,57	02:10,96	02:13,34	02:16,91
400μ. ΜΙΚΤΗ ΑΤΟΜΙΚΗ	04:17,48	04:32,93	04:35,50	04:40,65	04:45,80	04:53,53
<b>ΣΗΜΕΙΩΣΗ</b>	Το Β' όριο Προεθνικής Νέων στα αγωνίσματα 400-800-1.500μ. είναι το W. AQ. A' + (7%-9%-11%-14%) για αγόρια 18-17-16-15-14 ετών αντίστοιχα), ενώ το Α' όριο είναι W. AQ. A' + 6%					

### ΟΡΙΑ ΠΡΟΕΘΝΙΚΗΣ ΟΜΑΔΑΣ ΚΟΛΥΜΒΗΣΗΣ ΝΕΑΝΙΔΩΝ (14-18) 2024-25

Πίνακας 4 : Ισχύουν για επιδόσεις που επιτεύχθηκαν σε κολ/ριο 50μ., από 1.1.2024 ως 30.9.2024

ΑΓΩΝΙΣΜΑ	W.AQ. A' 2025	ΠΡΟΕΘΝΙΚΗ Α'	ΠΡΟΕΘΝΙΚΗ Β'			
		14-18 (2011-2007) (+7%)	17-18 (2007-08) (+8%)	16 (2009) (+9,5%)	15 (2010) (+11%)	14 (2011) (+13,5%)
50μ. ΕΛΕΥΘΕΡΟ	00:24,86	00:26,60	00:26,85	00:27,22	00:27,59	00:28,22
100μ. ΕΛΕΥΘΕΡΟ	00:54,25	00:58,05	00:58,59	00:59,40	01:00,22	01:01,57
200μ. ΕΛΕΥΘΕΡΟ	01:58,23	02:06,51	02:07,69	02:09,46	02:11,24	02:14,19
400μ. ΕΛΕΥΘΕΡΟ	04:10,23	04:25,24	04:27,75	04:31,50	04:35,25	04:41,51
800μ. ΕΛΕΥΘΕΡΟ	08:34,62	09:05,50	09:10,64	09:18,36	09:26,08	09:38,95
1500μ. ΕΛΕΥΘΕΡΟ	16:24,56	17:23,63	17:33,48	17:48,25	18:03,02	18:27,63
50μ. ΥΠΤΙΟ	00:28,22	00:30,20	00:30,48	00:30,90	00:31,32	00:32,03
100μ. ΥΠΤΙΟ	01:00,46	01:04,69	01:05,30	01:06,20	01:07,11	01:08,62
200μ. ΥΠΤΙΟ	02:11,08	02:20,26	02:21,57	02:23,53	02:25,50	02:28,78
50μ. ΠΡΟΣΘΙΟ	00:30,75	00:32,90	00:33,21	00:33,67	00:34,13	00:34,90
100μ. ΠΡΟΣΘΙΟ	01:06,87	01:11,55	01:12,22	01:13,22	01:14,23	01:15,90
200μ. ΠΡΟΣΘΙΟ	02:25,91	02:36,12	02:37,58	02:39,77	02:41,96	02:45,61
50μ. ΠΕΤΑΛΟΥΔΑ	00:26,23	00:28,07	00:28,33	00:28,72	00:29,12	00:29,77
100μ. ΠΕΤΑΛΟΥΔΑ	00:58,33	01:02,41	01:03,00	01:03,87	01:04,75	01:06,20
200μ. ΠΕΤΑΛΟΥΔΑ	02:09,21	02:18,25	02:19,55	02:21,48	02:23,42	02:26,65
200μ. ΜΙΚΤΗ ΑΤΟΜΙΚΗ	02:12,83	02:22,13	02:23,46	02:25,45	02:27,44	02:30,76
400μ. ΜΙΚΤΗ ΑΤΟΜΙΚΗ	04:43,06	05:00,04	05:02,87	05:07,12	05:11,37	05:18,44
<b>ΣΗΜΕΙΩΣΗ</b>	Το Β' όριο Προεθνικής Νεανίδων στα αγωνίσματα 400-800-1.500μ. είναι το W. AQ. A' + (7% - 8,5% - 10% - 12,5%) για κορίτσια 18-17-16-15-14 ετών αντίστοιχα), ενώ το Α' όριο, είναι το W. AQ. A' + 6%					

**ΟΡΙΑ ΠΡΟΕΘΝΙΚΗΣ ΟΜΑΔΑΣ ΚΟΛΥΜΒΗΣΗΣ ΑΝΔΡΩΝ (24+) & ΝΕΩΝ ΑΝΔ. (19-23) 2024-25**

Πίνακας 5 : Ισχύουν για επιδόσεις που θα επιτευχθούν σε κολ/ριο 50μ., από 1.10.2024 ως 15.6.2025

ΑΓΩΝΙΣΜΑ	W.AQ. A' 2025	ΠΡΟΕΘΝΙΚΗ Α'	ΠΡΟΕΘΝΙΚΗ Β'	ΠΡΟΕΘΝΙΚΗ ΝΑ. Α'	ΠΡΟΕΘΝΙΚΗ ΝΑ. Β'
		ΑΝ. 24+ (2001) (+3,5%)	ΑΝ. 24+ (2001) (+4,5%)	19-23 (2006-2002) (+4,5%)	19-23 (2006-2002) (+6%)
50μ. ΕΛΕΥΘΕΡΟ	00:22,05	00:22,82	00:23,04	00:23,04	00:23,37
100μ. ΕΛΕΥΘΕΡΟ	00:48,34	00:50,03	00:50,52	00:50,52	00:51,24
200μ. ΕΛΕΥΘΕΡΟ	01:46,70	01:50,43	01:51,50	01:51,50	01:53,10
400μ. ΕΛΕΥΘΕΡΟ	03:48,15	03:56,14	03:58,42	03:58,42	04:00,13
800μ. ΕΛΕΥΘΕΡΟ	07:48,66	08:05,06	08:09,75	08:09,75	08:13,26
1500μ. ΕΛΕΥΘΕΡΟ	15:01,89	15:33,46	15:42,48	15:42,48	15:49,24
50μ. ΥΠΤΙΟ	00:25,11	00:25,99	00:26,24	00:26,24	00:26,62
100μ. ΥΠΤΙΟ	00:53,94	00:55,83	00:56,37	00:56,37	00:57,18
200μ. ΥΠΤΙΟ	01:58,07	02:02,20	02:03,38	02:03,38	02:05,15
50μ. ΠΡΟΣΘΙΟ	00:27,33	00:28,29	00:28,56	00:28,56	00:28,97
100μ. ΠΡΟΣΘΙΟ	00:59,75	01:01,84	01:02,44	01:02,44	01:03,33
200μ. ΠΡΟΣΘΙΟ	02:10,32	02:14,88	02:16,18	02:16,18	02:18,14
50μ. ΠΕΤΑΛΟΥΔΑ	00:23,36	00:24,18	00:24,41	00:24,41	00:24,76
100μ. ΠΕΤΑΛΟΥΔΑ	00:51,77	00:53,58	00:54,10	00:54,10	00:54,88
200μ. ΠΕΤΑΛΟΥΔΑ	01:56,51	02:00,59	02:01,75	02:01,75	02:03,50
200μ. ΜΙΚΤΗ ΑΤΟΜΙΚΗ	01:59,05	02:03,22	02:04,41	02:04,41	02:06,19
400μ. ΜΙΚΤΗ ΑΤΟΜΙΚΗ	04:17,48	04:26,49	04:29,07	04:29,07	04:31,00
<b>ΣΗΜΕΙΩΣΗ</b>	Το Β' όριο Προεθνικής ΝΑ στα αγωνίσματα 400 - 800 - 1.500μ. είναι το W. AQ. A' + 5,25%				

**ΟΡΙΑ ΠΡΟΕΘΝΙΚΗΣ ΟΜΑΔΑΣ ΚΟΛΥΜΒΗΣΗΣ ΓΥΝΑΙΚΩΝ (24+) & ΝΕΩΝ ΓΥΝ. (19-23) 2024-25**

Πίνακας 6 : Ισχύουν για επιδόσεις που θα επιτευχθούν σε κολ/ριο 50μ., από 1.10.2024 ως 15.6.2025

ΑΓΩΝΙΣΜΑ	W.AQ. A' 2025	ΠΡΟΕΘΝΙΚΗ Α'	ΠΡΟΕΘΝΙΚΗ Β'	ΠΡΟΕΘΝΙΚΗ ΝΓ. Α'	ΠΡΟΕΘΝΙΚΗ ΝΓ. Β'
		ΓΥΝ. 24+ (2001) (+3,5%)	ΓΥΝ. 24+ (2001) (+4,5%)	19-23 (2006-2002) (+4,5%)	19-23 (2006-2002) (+6%)
50μ. ΕΛΕΥΘΕΡΟ	00:24,86	00:25,73	00:25,98	00:25,98	00:26,35
100μ. ΕΛΕΥΘΕΡΟ	00:54,25	00:56,15	00:56,69	00:56,69	00:57,51
200μ. ΕΛΕΥΘΕΡΟ	01:58,23	02:02,37	02:03,55	02:03,55	02:05,32
400μ. ΕΛΕΥΘΕΡΟ	04:10,23	04:18,99	04:21,49	04:21,49	04:23,37
800μ. ΕΛΕΥΘΕΡΟ	08:34,62	08:52,63	08:57,78	08:57,78	09:01,64
1500μ. ΕΛΕΥΘΕΡΟ	16:24,56	16:59,02	17:08,87	17:08,87	17:16,25
50μ. ΥΠΤΙΟ	00:28,22	00:29,21	00:29,49	00:29,49	00:29,91
100μ. ΥΠΤΙΟ	01:00,46	01:02,58	01:03,18	01:03,18	01:04,09
200μ. ΥΠΤΙΟ	02:11,08	02:15,67	02:16,98	02:16,98	02:18,94
50μ. ΠΡΟΣΘΙΟ	00:30,75	00:31,83	00:32,13	00:32,13	00:32,60
100μ. ΠΡΟΣΘΙΟ	01:06,87	01:09,21	01:09,88	01:09,88	01:10,88
200μ. ΠΡΟΣΘΙΟ	02:25,91	02:31,02	02:32,48	02:32,48	02:34,66
50μ. ΠΕΤΑΛΟΥΔΑ	00:26,23	00:27,15	00:27,41	00:27,41	00:27,80
100μ. ΠΕΤΑΛΟΥΔΑ	00:58,33	01:00,37	01:00,95	01:00,95	01:01,83
200μ. ΠΕΤΑΛΟΥΔΑ	02:09,21	02:13,73	02:15,02	02:15,02	02:16,96
200μ. ΜΙΚΤΗ ΑΤΟΜΙΚΗ	02:12,83	02:17,48	02:18,81	02:18,81	02:20,80
400μ. ΜΙΚΤΗ ΑΤΟΜΙΚΗ	04:43,06	04:52,97	04:55,80	04:55,80	04:57,92
<b>ΣΗΜΕΙΩΣΗ</b>	Το Β' όριο Προεθνικής ΝΓ στα αγωνίσματα 400 - 800 - 1.500μ. είναι το W. AQ. A' + 5,25%				

### ΟΡΙΑ ΠΡΟΕΘΝΙΚΗΣ ΟΜΑΔΑΣ ΚΟΛΥΜΒΗΣΗΣ ΕΦΗΒΩΝ (14-18) 2024-25

Πίνακας 7 : Ισχύουν για επιδόσεις που θα επιτευχθούν σε κολ/ριο 50μ., από 1.10.2024 ως 15.6.2025

ΑΓΩΝΙΣΜΑ	W.AQ. A' 2025	ΠΡΟΕΘΝΙΚΗ Α'	ΠΡΟΕΘΝΙΚΗ Β'				
		14-18 (2011-2007) (+7%)	18 (2007) (+8%)	17 (2008) (+9%)	16 (2009) (+11%)	14-15 (2010-11) (+13%)	
50μ. ΕΛΕΥΘΕΡΟ	00:22,05	00:23,59	00:23,81	00:24,03	00:24,48	00:24,92	
100μ. ΕΛΕΥΘΕΡΟ	00:48,34	00:51,72	00:52,21	00:52,69	00:53,66	00:54,62	
200μ. ΕΛΕΥΘΕΡΟ	01:46,70	01:54,17	01:55,24	01:56,30	01:58,44	02:00,57	
400μ. ΕΛΕΥΘΕΡΟ	03:48,15	04:01,84	04:04,12	04:06,40	04:10,97	04:15,53	
800μ. ΕΛΕΥΘΕΡΟ	07:48,66	08:16,78	08:21,47	08:26,15	08:35,53	08:44,90	
1500μ. ΕΛΕΥΘΕΡΟ	15:01,89	15:56,00	16:05,02	16:14,04	16:32,08	16:50,12	
50μ. ΥΠΤΙΟ	00:25,11	00:26,87	00:27,12	00:27,37	00:27,87	00:28,37	
100μ. ΥΠΤΙΟ	00:53,94	00:57,72	00:58,26	00:58,79	00:59,87	01:00,95	
200μ. ΥΠΤΙΟ	01:58,07	02:06,33	02:07,52	02:08,70	02:11,06	02:13,42	
50μ. ΠΡΟΣΘΙΟ	00:27,33	00:29,24	00:29,52	00:29,79	00:30,34	00:30,88	
100μ. ΠΡΟΣΘΙΟ	00:59,75	01:03,93	01:04,53	01:05,13	01:06,32	01:07,52	
200μ. ΠΡΟΣΘΙΟ	02:10,32	02:19,44	02:20,75	02:22,05	02:24,66	02:27,26	
50μ. ΠΕΤΑΛΟΥΔΑ	00:23,36	00:25,00	00:25,23	00:25,46	00:25,93	00:26,40	
100μ. ΠΕΤΑΛΟΥΔΑ	00:51,77	00:55,39	00:55,91	00:56,43	00:57,46	00:58,50	
200μ. ΠΕΤΑΛΟΥΔΑ	01:56,51	02:04,67	02:05,83	02:07,00	02:09,33	02:11,66	
200μ. ΜΙΚΤΗ ΑΤΟΜΙΚΗ	01:59,05	02:07,38	02:08,57	02:09,76	02:12,15	02:14,53	
400μ. ΜΙΚΤΗ ΑΤΟΜΙΚΗ	04:17,48	04:32,93	04:35,50	04:38,08	04:43,23	04:48,38	
<b>ΣΗΜΕΙΩΣΗ</b>	Το Β' όριο Προεθνικής Νέων στα αγωνίσματα 400-800-1.500μ. είναι το W. AQ. A' + (7%-8%-10%-12%) για αγόρια 18-17-16-15-14 ετών αντίστοιχα), ενώ το Α' όριο είναι W. AQ. A' + 6%						

### ΟΡΙΑ ΠΡΟΕΘΝΙΚΗΣ ΟΜΑΔΑΣ ΚΟΛΥΜΒΗΣΗΣ ΝΕΑΝΙΔΩΝ (14-18) 2024-25

Πίνακας 8 : Ισχύουν για επιδόσεις που θα επιτευχθούν σε κολ/ριο 50μ., από 1.10.2024 ως 15.6.2025

ΑΓΩΝΙΣΜΑ	W.AQ. A' 2025	ΠΡΟΕΘΝΙΚΗ Α'	ΠΡΟΕΘΝΙΚΗ Β'				
		14-18 (2011-2007) (+7%)	17-18 (2007-08) (+8%)	16 (2009) (+8,5%)	15 (2010) (+10%)	14 (2011) (+12%)	
50μ. ΕΛΕΥΘΕΡΟ	00:24,86	00:26,60	00:26,85	00:26,97	00:27,35	00:27,84	
100μ. ΕΛΕΥΘΕΡΟ	00:54,25	00:58,05	00:58,59	00:58,86	00:59,68	01:00,76	
200μ. ΕΛΕΥΘΕΡΟ	01:58,23	02:06,51	02:07,69	02:08,28	02:10,05	02:12,42	
400μ. ΕΛΕΥΘΕΡΟ	04:10,23	04:25,24	04:27,75	04:29,00	04:32,75	04:37,76	
800μ. ΕΛΕΥΘΕΡΟ	08:34,62	09:05,50	09:10,64	09:13,22	09:20,94	09:31,23	
1500μ. ΕΛΕΥΘΕΡΟ	16:24,56	17:23,63	17:33,48	17:38,40	17:53,17	18:12,86	
50μ. ΥΠΤΙΟ	00:28,22	00:30,20	00:30,48	00:30,62	00:31,04	00:31,61	
100μ. ΥΠΤΙΟ	01:00,46	01:04,69	01:05,30	01:05,60	01:06,51	01:07,72	
200μ. ΥΠΤΙΟ	02:11,08	02:20,26	02:21,57	02:22,22	02:24,19	02:26,81	
50μ. ΠΡΟΣΘΙΟ	00:30,75	00:32,90	00:33,21	00:33,36	00:33,83	00:34,44	
100μ. ΠΡΟΣΘΙΟ	01:06,87	01:11,55	01:12,22	01:12,55	01:13,56	01:14,89	
200μ. ΠΡΟΣΘΙΟ	02:25,91	02:36,12	02:37,58	02:38,31	02:40,50	02:43,42	
50μ. ΠΕΤΑΛΟΥΔΑ	00:26,23	00:28,07	00:28,33	00:28,46	00:28,85	00:29,38	
100μ. ΠΕΤΑΛΟΥΔΑ	00:58,33	01:02,41	01:03,00	01:03,29	01:04,16	01:05,33	
200μ. ΠΕΤΑΛΟΥΔΑ	02:09,21	02:18,25	02:19,55	02:20,19	02:22,13	02:24,72	
200μ. ΜΙΚΤΗ ΑΤΟΜΙΚΗ	02:12,83	02:22,13	02:23,46	02:24,12	02:26,11	02:28,77	
400μ. ΜΙΚΤΗ ΑΤΟΜΙΚΗ	04:43,06	05:00,04	05:02,87	05:04,29	05:08,54	05:14,20	
<b>ΣΗΜΕΙΩΣΗ</b>	Το Β' όριο Προεθνικής Νεανίδων στα αγωνίσματα 400-800-1.500μ. είναι το W. AQ. A' + (7% - 7,5% - 9% - 11%) για κορίτσια 18-17-16-15-14 ετών αντίστοιχα), ενώ το Α' όριο, είναι το W. AQ. A' + 6%						

**ΠΡΟΕΘΝΙΚΗ ΟΜΑΔΑ ΚΟΛΥΜΒΗΣΗΣ Α' 2024-25**
**Κατηγορία ΑΝΔΡΩΝ (2001 & πριν)**

1.	ΜΑΡΚΟΣ	ΔΗΜΗΤΡΙΟΣ	2001	ΑΝΟΑΡΓΥΡ	ΑΝΔ
2.	ΕΓΓΛΕΖΑΚΗΣ	ΚΩΝΣΤΑΝΤΙΝΟΣ	2001	ΑΝΟΓ	ΑΝΔ
3.	ΚΡΑΝΙΑΣ	ΣΠΥΡΙΔΩΝ	2000	ΑΟΠΦ	ΑΝΔ
4.	ΚΥΝΗΓΑΚΗΣ	ΑΘΑΝΑΣΙΟΣ ΧΑΡΑΛΑΜΠΟΣ	1998	ΑΟΠΦ	ΑΝΔ
5.	ΜΑΚΡΥΓΙΑΝΝΗΣ	ΕΥΑΓΓΕΛΟΣ	2000	ΑΟΠΦ	ΑΝΔ
6.	ΜΕΡΕΤΣΟΛΙΑΣ	ΚΩΝΣΤΑΝΤΙΝΟΣ	1998	ΑΟΠΦ	ΑΝΔ
7.	ΣΠΑΝΟΥΔΑΚΗΣ	ΓΕΩΡΓΙΟΣ	1994	ΑΟΠΦ	ΑΝΔ
8.	ΑΣΠΟΥΓΑΛΗΣ	ΑΡΚΑΔΙΟΣ ΓΕΩΡΓΙΟΣ	2001	ΝΓΣΗΡΑΚ	ΑΝΔ
9.	ΜΟΥΤΣΟΣ	ΔΗΜΗΤΡΙΟΣ	2001	ΝΟΑΛΕΞ	ΑΝΔ
10.	ΠΑΠΑΔΟΠΟΥΛΟΣ	ΧΡΗΣΤΟΣ	1997	ΝΟΑΛΕΞ	ΑΝΔ
11.	ΜΠΙΛΑΣ	ΣΤΕΡΓΙΟΣ-ΜΑΡΙΟΣ	2001	ΟΣΦΠ	ΑΝΔ
12.	ΜΠΟΛΑΝΟΣ	ΠΑΝΑΓΙΩΤΗΣ	2000	ΟΣΦΠ	ΑΝΔ
13.	ΝΕΓΡΗΣ	ΔΗΜΗΤΡΙΟΣ	1998	ΟΣΦΠ	ΑΝΔ
14.	ΠΑΠΑΣΤΑΜΟΣ	ΑΠΟΣΤΟΛΟΣ	2001	ΟΣΦΠ	ΑΝΔ
15.	ΧΡΗΣΤΟΥ	ΑΠΟΣΤΟΛΟΣ	1996	ΟΣΦΠ	ΑΝΔ
16.	ΒΑΖΑΙΟΣ	ΑΝΔΡΕΑΣ	1994	ΟΦΝΙ	ΑΝΔ
17.	ΘΩΜΟΓΛΟΥ	ΣΑΒΒΑΣ	2001	ΠΑΝΣΕΡ	ΑΝΔ
18.	ΓΚΟΛΟΜΕΕΒ	ΚΡΙΣΤΙΑΝ	1993	ΠΑΟ	ΑΝΔ
19.	ΜΕΛΑΔΙΝΗΣ	ΟΔΥΣΣΕΥΣ	1990	ΠΑΟΚ	ΑΝΔ

**Κατηγορία ΓΥΝΑΙΚΩΝ (2001 & πριν)**

1.	ΔΡΑΣΙΔΟΥ	ΜΑΡΙΑ ΘΑΛΕΙΑ	1995	ΑΟΠΦ	ΓΥΝ
2.	ΠΑΥΛΟΠΟΥΛΟΥ	ΝΙΚΟΛΕΤΑ	2001	ΑΟΠΦ	ΓΥΝ
3.	ΠΑΥΛΟΠΟΥΛΟΥ	ΓΕΩΡΓΙΑ	2000	ΟΣΦΠ	ΓΥΝ
4.	ΔΡΑΚΟΥ	ΘΕΟΔΩΡΑ	1992	ΠΑΟ	ΓΥΝ
5.	ΝΤΟΥΝΤΟΥΝΑΚΗ	ΑΝΝΑ	1995	ΠΑΟ	ΓΥΝ
6.	ΚΟΝΤΟΓΕΩΡΓΟΥ	ΕΛΕΝΗ	2000	Σ.Κ.ΡΟΗ	ΓΥΝ

**Κατηγορία ΝΕΩΝ ΑΝΔΡΩΝ (2006 & 2002)**

1.	ΖΙΑΜΠΡΑΣ	ΑΡΙΩΝ	2004	ΑΑ ΑΣΤΕΡΙΑ	ΝΕΩΝ ΑΝ.
2.	ΣΙΣΚΟΣ	ΑΠΟΣΤΟΛΟΣ	2005	ΑΑ ΑΣΤΕΡΙΑ	ΝΕΩΝ ΑΝ.
3.	ΣΤΑΜΟΥ	ΚΩΝΣΤΑΝΤΙΝΟΣ ΕΜΜΑΝΟΥ	2003	ΑΟΠΦ	ΝΕΩΝ ΑΝ.
4.	ΒΛΑΧΟΓΙΑΝΝΑΚΟΣ	ΠΑΝΑΓΙΩΤΗΣ	2002	ΕΟΦΠΦ	ΝΕΩΝ ΑΝ.
5.	ΠΟΛΥΖΟΥΔΗΣ	ΚΩΝΣΤΑΝΤΙΝΟΣ	2006	ΝΓΣΗΡΑΚ	ΝΕΩΝ ΑΝ.
6.	ΓΙΟΥΡΤΖΙΔΗΣ	ΔΑΝΙΗΛ	2002	ΝΟΑΛΕΞ	ΝΕΩΝ ΑΝ.



**ΠΡΟΕΘΝΙΚΗ ΟΜΑΔΑ ΚΟΛΥΜΒΗΣΗΣ Α' 2024-25**
**Κατηγορία ΝΕΩΝ ΑΝΔΡΩΝ (2006 & 2002)**

7.	ΚΟΥΓΚΟΥΛΟΣ	ΑΝΑΣΤΑΣΙΟΣ	2003	ΝΟΑΛΕΞ	ΝΕΩΝ ΑΝ.
8.	ΔΙΑΜΑΝΤΙΔΗΣ	ΑΘΑΝΑΣΙΟΣ-ΣΕΒΑΣΤΙΑΝΟΣ	2002	ΝΟΚΟΡΙΝ	ΝΕΩΝ ΑΝ.
9.	ΑΝΔΡΙΑΔΑΚΗΣ	ΦΙΛΙΠΠΟΣ	2003	ΟΣΦΠ	ΝΕΩΝ ΑΝ.
10.	ΣΟΦΙΚΙΤΗΣ	ΒΑΣΙΛΕΙΟΣ	2004	ΟΣΦΠ	ΝΕΩΝ ΑΝ.
11.	ΓΚΙΚΟΠΟΥΛΟΣ	ΣΠΥΡΙΔΩΝ	2002	ΠΑΟ	ΝΕΩΝ ΑΝ.
12.	ΖΑΦΕΙΡΟΠΟΥΛΟΣ	ΜΑΡΙΟΣ ΘΕΟΔΩΡΟΣ	2006	ΠΑΟ	ΝΕΩΝ ΑΝ.
13.	ΑΝΔΡΕΟΠΟΥΛΟΣ	ΘΕΟΔΩΡΟΣ	2002	ΠΑΟΚ	ΝΕΩΝ ΑΝ.
14.	ΤΣΑΚΤΣΙΡΑΣ	ΟΡΕΣΤΗΣ	2004	ΠΑΟΚ	ΝΕΩΝ ΑΝ.
15.	ΧΡΥΣΟΜΑΛΛΗΣ	ΜΑΡΙΟΣ-ΠΑΝΑΓΙΩΤΗΣ	2004	ΠΑΟΚ	ΝΕΩΝ ΑΝ.

**Κατηγορία ΝΕΩΝ ΓΥΝΑΙΚΩΝ (2006 & 2002)**

1.	ΜΗΤΣΑΚΟΥ	ΧΡΥΣΟΥΛΑ	2003	ΑΟΠΦ	ΝΕΩΝ ΓΥΝ.
2.	ΚΑΛΟΓΕΡΗ	ΖΑΧΑΡΟΥΛΑ	2002	ΝΟΑΛΕΞ	ΝΕΩΝ ΓΥΝ.
3.	ΜΑΚΡΗ	ΓΕΩΡΓΙΑ	2006	Ξ.Σ	ΝΕΩΝ ΓΥΝ.
4.	ΚΑΠΡΙΝΗ	ΔΑΝΑΗ	2003	ΟΣΦΠ	ΝΕΩΝ ΓΥΝ.
5.	ΤΑΣΑΚΟΥ	ΑΝΔΡΟΜΑΧΗ	2003	Σ.Κ.ΡΟΗ	ΝΕΩΝ ΓΥΝ.
6.	ΒΑΣΙΛΑΚΗ	ΑΡΤΕΜΙΣ	2006	ΤΡΙΤ.ΗΡΑΚΛ	ΝΕΩΝ ΓΥΝ.
7.	ΑΓΓΕΛΑΚΗ	ΧΑΡΑ	2004	ΩΚΕΑΝΟΣ	ΝΕΩΝ ΓΥΝ.
8.	ΖΑΪΜΗ	ΚΑΛΛΙΟΠΗ	2006	ΠΑΟ	ΝΕΩΝ ΓΥΝ.
9.	ΔΑΜΑΣΙΩΤΗ	ΓΕΩΡΓΙΑ	2003	ΩΚΕΑΝΟΣ	ΝΕΩΝ ΓΥΝ.

**Κατηγορία ΕΦΗΒΩΝ (2011 & 2007)**

1.	ΠΑΠΑΘΕΟΔΩΡΟΥ	ΝΙΚΟΛΑΟΣ	2009	ΑΚΟΔΕ.ΜΕΤ.	ΠΑΙΔ.
2.	ΡΕΝΖΙ	ΑΛΕΞΑΝΔΡΟΣ	2008	ΑΚΟΧ	ΕΦΗΒ.
3.	ΚΑΛΑΠΟΘΑΡΑΚΟΣ	ΙΩΑΝΝΗΣ ΠΑΝΑΓΙΩΤΗΣ	2007	ΑΟΠΦ	ΕΦΗΒ.
4.	ΣΠΑΘΑΡΑΚΗΣ	ΝΙΚΟΛΑΟΣ	2007	ΑΟΠΦ	ΕΦΗΒ.
5.	ΑΓΓΕΛΟΥ	ΤΡΙΑΝΤΑΦΥΛΛΟΣ	2007	ΑΡΗΣ	ΕΦΗΒ.
6.	ΓΙΑΜΑΛΗΣ	ΔΗΜΗΤΡΙΟΣ	2007	ΑΡΗΣ	ΕΦΗΒ.
7.	ΓΕΡΑΜΑΝΗΣ	ΚΩΝΣΤΑΝΤΙΝΟΣ	2008	ΑΣΚ ΝΤΕΡΗ	ΕΦΗΒ.
8.	ΔΙΑΜΑΝΤΗΣ	ΧΡΗΣΤΟΣ ΙΩΑΝΝΗΣ	2008	ΓΝΟΑ	ΕΦΗΒ.
9.	ΚΟΥΡΗΣ	ΘΕΟΦΑΝΗΣ	2009	ΝΕΠΑΤΡΩΝ	ΠΑΙΔ.
10.	ΠΑΤΣΟΥΡΕΑΣ	ΕΥΣΤΡΑΤΙΟΣ	2008	ΟΣΦΠ	ΕΦΗΒ.
11.	ΠΕΧΛΙΒΑΝΙΔΗΣ	ΓΕΩΡΓΙΟΣ	2007	ΟΦΘΑ	ΕΦΗΒ.
12.	ΝΤΟΥΜΑΣ	ΕΥΑΓΓΕΛΟΣ ΕΦΡΑΙΜ	2008	ΟΦΘΑ	ΕΦΗΒ.
13.	ΠΑΠΑΔΟΠΟΥΛΟΣ	ΔΗΜΗΤΡΙΟΣ	2007	ΠΑΟ	ΕΦΗΒ.

**ΠΡΟΕΘΝΙΚΗ ΟΜΑΔΑ ΚΟΛΥΜΒΗΣΗΣ Α' 2024-25**
**Κατηγορία ΕΦΗΒΩΝ (2011 & 2007)**

14.	ΔΗΜΑΝΟΠΟΥΛΟΣ	ΧΡΗΣΤΟΣ	2008	ΠΑΟΚ	ΕΦΗΒ.
15.	ΡΟΥΤΟΥΛΑΣ	ΙΑΣΩΝ	2007	Σ.Κ.ΡΟΗ	ΕΦΗΒ.
16.	ΚΟΛΛΙΛΕΚΑΣ	ΑΓΓΕΛΟΣ	2007	ΩΚΕΑΝΟΣ	ΕΦΗΒ.
17.	ΑΠΟΣΤΟΛΙΔΗΣ	ΘΕΟΔΩΡΟΣ	2007	ΩΚΕΑΝΟΣ	ΕΦΗΒ.
18.	ΚΑΚΟΥΛΑΚΗΣ	ΒΑΣΙΛΕΙΟΣ	2007	ΩΡΙΩΝΑΣ	ΕΦΗΒ.

**Κατηγορία ΝΕΑΝΙΔΩΝ (2011 & 2007)**

1.	ΜΑΓΚΩΤΣΙΟΥ	ΗΛΕΚΤΡΑ	2007	ΑΑ ΑΣΤΕΡΙΑ	ΝΕΑΝ.
2.	ΜΠΙΛΑΝΑΚΟΥ	ΝΕΦΕΛΗ	2010	ΑΙΓΑΛΕΩ ΑΟ	ΚΟΡ.
3.	ΣΤΡΑΤΑΚΗ	ΜΑΡΙΑ ΕΥΦΡΟΣΥΝΗ	2009	ΑΟ ΠΡ.ΗΡΑΚ	ΚΟΡ.
4.	ΠΑΖΑΙΤΗ	ΙΩΑΝΝΑ	2008	ΑΣΚ ΝΤΕΡΗ	ΝΕΑΝ.
5.	ΖΑΡΜΠΟΥΤΗ	ΑΡΕΤΗ	2008	ΑΣΚ ΝΤΕΡΗ	ΝΕΑΝ.
6.	ΣΩΤΗΡΙΟΥ	ΓΕΩΡΓΙΑ ΛΥΔΙΑ	2008	ΑΣΚ ΝΤΕΡΗ	ΝΕΑΝ.
7.	ΚΑΡΑΓΙΑΝΝΑΚΗ	ΣΟΦΙΑ	2009	Κ.Ε.ΚΟΖΑΝΗ	ΚΟΡ.
8.	ΒΕΡΙΓΑΚΗ	ΑΝΝΑ	2007	ΜΙΛΩΝ	ΝΕΑΝ.
9.	ΣΚΟΥΤΑ	ΑΠΟΣΤΟΛΙΑ	2007	ΝΕΠΑΤΡΩΝ	ΝΕΑΝ.
10.	ΠΙΤΣΙΤΑΚΗ	ΕΡΑΤΩ	2008	ΝΟΧΑΝ	ΝΕΑΝ.
11.	ΧΡΟΝΗ	ΑΙΚΑΤΕΡΙΝΗ	2007	ΟΣΦΠ	ΝΕΑΝ.
12.	ΖΑΦΕΙΡΑΤΟΥ	ΜΑΡΙΑ	2007	ΟΣΦΠ	ΝΕΑΝ.
13.	ΡΑΚΟΠΟΥΛΟΥ	ΑΝΤΩΝΙΑ	2008	ΟΣΦΠ	ΝΕΑΝ.
14.	ΧΑΡΟΚΟΠΟΥ	ΓΑΡΥΦΑΛΛΙΑ	2009	ΠΑΝΙΩΝΙΟΣ	ΚΟΡ.
15.	ΦΑΡΔΕΛΛΑ	ΜΑΡΙΑΝΝΑ	2007	ΠΑΝΣΕΡ	ΝΕΑΝ.
16.	ΠΥΡΙΛΗ	ΔΕΣΠΟΙΝΑ	2008	ΠΑΝΣΕΡ	ΝΕΑΝ.
17.	ΦΕΡΡΑ	ΛΟΡΑ ΕΥΓΕΝΙΑ	2008	ΠΑΟ	ΝΕΑΝ.
18.	ΤΣΑΟΥΣΙ	ΔΑΝΑΗ	2009	ΠΟΣΛΑΡ	ΚΟΡ.
19.	ΑΝΤΑΚΗ	ΑΣΗΜΙΝΑ	2007	Σ.Κ.ΡΟΗ	ΝΕΑΝ.
20.	ΜΠΟΥΤΟΥ	ΑΝΑΣΤΑΣΙΑ	2007	Σ.Κ.ΡΟΗ	ΝΕΑΝ.
21.	ΓΚΟΒΑΡΗ	ΚΩΝΣΤΑΝΤΙΝΑ ΑΝΔΡΙΑΝΝ	2007	ΩΚΕΑΝΟΣ	ΝΕΑΝ.
22.	ΔΟΞΙΑΔΗ	ΑΛΕΞΑΝΔΡΑ	2009	ΩΚΕΑΝΟΣ	ΚΟΡ.
23.	ΨΑΡΟΥΔΑΚΗ	ΕΙΡΗΝΗ	2009	ΩΡΙΩΝΑΣ	ΚΟΡ.

Η «έντονη γραφή» στους πίνακες των κατηγοριών Νέων Ανδρών – Νέων Γυναικών & Εφήβων – Νεανίδων, σημαίνει ότι οι συγκεκριμένοι κολυμβητές-τριες, πληρούν και τα κριτήρια ένταξης στην Προεθνική ομάδα κολύμβησης Α' Ανδρών - Γυναικών

**ΠΡΟΕΘΝΙΚΗ ΟΜΑΔΑ ΚΟΛΥΜΒΗΣΗΣ Β' 2024-25**
**Κατηγορία ΑΝΔΡΩΝ (2001 & πριν)**

1.	ΠΑΡΙΑΝΟΣ	ΔΗΜΗΤΡΙΟΣ	2000	ΑΝΟΓ	ΑΝΔ
2.	ΔΗΜΗΤΡΙΑΔΗΣ	ΣΤΕΦΑΝΟΣ	1989	ΑΟΠΦ	ΑΝΔ
3.	ΠΑΛΑΙΟΛΟΓΟΣ	ΗΛΙΑΣ	2001	ΟΣΦΠ	ΑΝΔ

**Κατηγορία ΓΥΝΑΙΚΩΝ (2001 & πριν)**

- - - - -

**Κατηγορία ΝΕΩΝ ΑΝΔΡΩΝ (2006 & 2002)**

1.	ΜΑΤΣΑΚΑΣ	ΕΛΕΥΘΕΡΙΟΣ	2005	ΑΝΟΓ	ΝΕΩΝ ΑΝ.
2.	ΠΕΚΟΣ	ΓΕΩΡΓΙΟΣ	2006	Κ.Ε.ΚΟΖΑΝΗ	ΝΕΩΝ ΑΝ.
3.	ΔΡΟΣΟΣ	ΧΑΡΑΛΑΜΠΟΣ	2004	ΟΣΦΠ	ΝΕΩΝ ΑΝ.
4.	ΛΥΤΡΑΣ	ΝΙΚΟΛΑΟΣ	2006	ΟΥΚ ΒΟΛΟΥ	ΝΕΩΝ ΑΝ.
5.	ΑΠΟΣΤΟΛΑΚΟΣ	ΚΩΝΣΤΑΝΤΙΝΟΣ	2003	ΠΑΟ	ΝΕΩΝ ΑΝ.
6.	ΤΣΑΛΙΑΓΚΟΣ	ΔΗΜΗΤΡΙΟΣ	2004	ΠΑΟ	ΝΕΩΝ ΑΝ.
7.	ΒΟΛΤΕΖΟΣ	ΕΥΣΤΡΑΤΙΟΣ	2003	ΠΑΟΚ	ΝΕΩΝ ΑΝ.
8.	ΤΟΠΧΑΝΑΛΗΣ	ΜΙΧΑΗΛ	2005	ΠΑΟΚ	ΝΕΩΝ ΑΝ.

**Κατηγορία ΝΕΩΝ ΓΥΝΑΙΚΩΝ (2006 & 2002)**

1.	ΓΚΙΟΥΖΕΠΑ ΠΕΤΡΟ- ΠΟΥΛΟΥ	ΒΑΡΒΑΡΑ	2006	ΑΡΗΣ	ΝΕΩΝ ΓΥΝ.
2.	ΤΡΟΧΑΛΑΚΗ	ΜΑΡΙΑ	2002	ΟΣΦΠ	ΝΕΩΝ ΓΥΝ.
3.	ΚΑΡΓΑ	ΜΑΡΙΑ ΡΑΦΑΕΛΑ	2004	ΟΦΘ	ΝΕΩΝ ΓΥΝ.
4.	ΜΑΖΑΡΑΚΗ	ΕΥΘΥΜΙΑ	2006	ΠΑΟΚ	ΝΕΩΝ ΓΥΝ.
5.	ΠΑΠΑΔΟΠΟΥΛΟΥ	ΕΥΑΓΓΕΛΙΑ	2006	ΩΚΕΑΝΟΣ	ΝΕΩΝ ΓΥΝ.

**Κατηγορία ΕΦΗΒΩΝ (2011 & 2007)**

1.	ΚΑΛΛΙΟΝΤΖΗΣ	ΧΡΗΣΤΟΣ	2008	ΑΑ ΑΣΤΕΡΙΑ	ΕΦΗΒ.
2.	ΣΑΒΒΙΔΗΣ	ΜΙΧΑΗΛ	2011	ΑΑ ΑΣΤΕΡΙΑ	ΠΠ Α'
3.	ΑΝΑΓΝΩΣΤΟΥ	ΣΩΤΗΡΙΟΣ	2009	ΑΕ ΚΕΡΑΤΣΙ	ΠΑΙΔ.
4.	ΕΛΑΙΟΠΟΥΛΟΣ	ΑΛΕΞΑΝΔΡΟΣ	2007	ΑΕ ΧΑΙΔΑΡ	ΕΦΗΒ.
5.	ΝΙΚΟΥ	ΠΑΝΑΓΙΩΤΗΣ	2009	ΑΕ ΧΑΙΔΑΡ	ΠΑΙΔ.
6.	ΣΚΟΥΡΑΣ	ΑΓΓΕΛΟΣ	2009	ΑΙΓΑΛΕΩ ΑΟ	ΠΑΙΔ.
7.	ΒΟΥΛΑΣ	ΙΩΑΝΝΗΣ ΦΙΛΙΠΠΟΣ	2008	ΑΚΟΧ	ΕΦΗΒ.
8.	ΒΟΥΛΑΣ	ΓΕΩΡΓΙΟΣ ΕΚΤΟΡΑΣ	2009	ΑΚΟΧ	ΠΑΙΔ.
9.	ΒΟΥΛΑΣ	ΔΗΜΗΤΡΙΟΣ ΙΑΣΩΝ	2009	ΑΚΟΧ	ΠΑΙΔ.

**ΠΡΟΕΘΝΙΚΗ ΟΜΑΔΑ ΚΟΛΥΜΒΗΣΗΣ Β' 2024-25**
**Κατηγορία ΕΦΗΒΩΝ (2011 & 2007)**

10.	ΚΑΠΡΑΛΟΣ	ΝΙΚΗΤΑΣ	2008	ΑΝΟΓ	ΕΦΗΒ.
11.	ΤΖΗΜΑΣ	ΗΛΙΑΣ	2007	ΑΟΠΦ	ΕΦΗΒ.
12.	ΕΥΣΤΑΘΙΟΥ	ΠΑΝΑΓΙΩΤΗΣ	2008	ΑΟΠΦ	ΕΦΗΒ.
13.	ΠΕΤΡΑΚΗΣ	ΙΩΑΝΝΗΣ	2009	ΑΟΠΦ	ΠΑΙΔ.
14.	ΔΟΥΚΑΣ	ΒΑΣΙΛΕΙΟΣ	2009	ΑΟΠΦ	ΠΑΙΔ.
15.	ΣΑΛΙΩΝ	ΝΙΚΟΛΑΟΣ	2009	ΑΟΠΦ	ΠΑΙΔ.
16.	ΦΕΙΜΙ	ΙΩΑΝΝΗΣ	2008	ΑΡΓΗΣ	ΕΦΗΒ.
17.	ΝΑΛΜΠΑΝΤΗΣ	ΑΠΟΣΤΟΛΟΣ	2008	ΑΡΗΣ	ΕΦΗΒ.
18.	ΣΑΝΤΟΛΗΣ	ΔΗΜΗΤΡΙΟΣ	2009	ΑΡΗΣ	ΠΑΙΔ.
19.	ΓΕΩΡΓΙΑΔΗΣ	ΓΕΩΡΓΙΟΣ	2010	ΑΡΗΣ	ΠΑΙΔ.
20.	ΖΩΓΡΑΦΑΚΗΣ	ΑΓΓΕΛΟΣ ΙΩΣΗΦ	2008	ΑΣΚ ΝΤΕΡΗ	ΕΦΗΒ.
21.	ΒΛΑΧΑΚΗΣ	ΜΑΡΙΟΣ	2010	ΑΣΚ ΝΤΕΡΗ	ΠΑΙΔ.
22.	ΜΙΧΟΣ	ΑΛΕΞΙΟΣ	2008	ΓΝΟΑ	ΕΦΗΒ.
23.	ΚΑΡΑΝΑΚΗΣ	ΙΩΑΝΝΗΣ	2007	ΔΕΛ.ΠΤΟΛ.	ΕΦΗΒ.
24.	ΔΗΜΟΠΟΥΛΟΣ	ΑΝΤΩΝΙΟΣ	2008	ΕΓΟΗ	ΕΦΗΒ.
25.	ΣΤΑΘΟΠΟΥΛΟΣ	ΠΑΝΑΓΙΩΤΗΣ	2009	ΗΛΥΣ Α.Ο.	ΠΑΙΔ.
26.	ΑΓΓΟΥΡΑΣ	ΔΗΜΗΤΡΙΟΣ ΠΑΝΑΓΙΩΤΗΣ	2008	ΚΑΟ ΘΕΡΜΑΙ	ΕΦΗΒ.
27.	ΤΕΡΝΕΚΤΣΗΣ	ΑΘΑΝΑΣΙΟΣ	2008	ΚΟΔΡΑΜ	ΕΦΗΒ.
28.	ΚΟΛΟΖΟΣ	ΜΑΡΙΟΣ	2009	ΚΟΔΡΑΜ	ΠΑΙΔ.
29.	ΓΛΥΝΟΣ	ΛΕΩΝΙΔΑΣ	2009	ΜΙΛΩΝ	ΠΑΙΔ.
30.	ΣΠΥΡΟΠΟΥΛΟΣ	ΑΡΙΣΤΕΙΔΗΣ	2008	ΝΟΚΛΜΤ	ΕΦΗΒ.
31.	ΜΥΤΣΚΙΔΗΣ ΤΕΡΙΖΑΚΗΣ	ΙΩΑΝΝΗΣ	2010	ΝΟΚΛΜΤ	ΠΑΙΔ.
32.	ΚΑΡΒΟΝΙΔΗΣ	ΣΤΕΡΓΙΟΣ	2008	ΝΕΑΠΟΛΗ	ΕΦΗΒ.
33.	ΚΟΛΥΜΠΑΣΗΣ	ΣΠΥΡΙΔΩΝ	2008	ΝΟΒΑ	ΕΦΗΒ.
34.	ΚΑΣΙΜΙΔΗΣ	ΙΩΑΝΝΗΣ	2011	ΝΟΘΑΚ	ΠΠ Α'
35.	ΑΝΤΩΝΟΓΙΑΝΝΑΚΗΣ	ΦΙΛΙΠΠΟΣ	2008	ΝΟΧΑΝ	ΕΦΗΒ.
36.	ΡΑΠΤΗΣ	ΑΘΑΝΑΣΙΟΣ	2010	ΟΕΑΝΑΒ	ΠΑΙΔ.
37.	ΠΕΧΛΙΒΑΝΙΔΗΣ	ΘΕΟΧΑΡΗΣ	2010	ΟΦΘΑ	ΠΑΙΔ.
38.	ΧΑΤΖΙΡΗΣ	ΦΙΛΙΠΠΟΣ	2010	ΟΦΝΙ	ΠΑΙΔ.
39.	ΤΖΒΙΛΕΒΣΚΙ	ΟΣΚΑΡ	2011	ΠΑΝΙΩΝΙΟΣ	ΠΠ Α'
40.	ΚΑΡΝΟΜΟΥΡΑΚΗΣ	ΝΙΚΟΛΑΟΣ	2007	ΠΑΟ	ΕΦΗΒ.
41.	ΧΑΡΑ	ΒΑΣΙΛΕΙΟΣ	2008	ΠΑΟ	ΕΦΗΒ.
42.	ΧΟΝΔΡΟΣ	ΕΡΝΕΣΤΟ	2009	ΠΓΣ	ΠΑΙΔ.
43.	ΔΗΜΗΤΡΑΚΑΚΟΣ	ΔΗΜΗΤΡΙΟΣ	2009	ΠΕΡΑ	ΠΑΙΔ.
44.	ΤΙΜΠΛΑΛΕΞΗΣ - ΜΑΚΡΥΓΙΑΝΝΗΣ	ΑΛΕΞΙΟΣ	2009	ΠΕΡΑ	ΠΑΙΔ.
45.	ΣΟΥΕΡΕΦ	ΣΠΥΡΙΔΩΝ	2009	Σ.Κ.ΡΟΗ	ΠΑΙΔ.

**ΠΡΟΕΘΝΙΚΗ ΟΜΑΔΑ ΚΟΛΥΜΒΗΣΗΣ Β' 2024-25**
**Κατηγορία ΕΦΗΒΩΝ (2011 & 2007)**

46.	ΖΕΥΚΙΛΗΣ	ΓΕΩΡΓΙΟΣ	2010	Σ.Κ.ΡΟΗ	ΠΑΙΔ.
47.	ΧΟΥΡΔΑΚΗΣ	ΚΩΝΣΤΑΝΤΙΝΟΣ	2009	ΤΡΙΤ.ΗΡΑΚΛ	ΠΑΙΔ.
48.	ΒΙΔΑΛΗΣ	ΦΙΛΙΠΠΟΣ ΚΟΣΜΑΣ	2009	ΩΚΕΑΝΟΣ	ΠΑΙΔ.
49.	ΓΙΩΤΗΣ	ΝΙΚΟΛΑΟΣ	2009	ΩΚΕΑΝΟΣ	ΠΑΙΔ.
50.	ΑΠΟΣΤΟΛΑΚΗΣ	ΧΑΡΑΛΑΜΠΟΣ ΡΑΦΑΗΛ	2009	ΩΚΕΑΝΟΣ	ΠΑΙΔ.
51.	ΚΑΛΑΝΔΡΟΣ	ΓΕΩΡΓΙΟΣ	2009	ΩΚΕΑΝΟΣ	ΠΑΙΔ.
52.	ΖΑΒΙΤΣΑΝΟΣ	ΦΙΛΙΠΠΟΣ ΓΕΩΡΓΙΟΣ	2009	ΩΚΕΑΝΟΣ	ΠΑΙΔ.
53.	ΚΑΚΟΥΛΑΚΗΣ	ΝΙΚΟΛΑΟΣ	2010	ΩΡΙΩΝΑΣ	ΠΑΙΔ.

**Κατηγορία ΝΕΑΝΙΔΩΝ (2011 & 2007)**

1.	ΠΕΡΓΑΝΤΗ	ΔΑΝΑΗ	2010	ΑΑ ΑΣΤΕΡΙΑ	ΚΟΡ.
2.	ΖΥΓΟΜΑΝΗ	ΑΙΚΑΤΕΡΙΝΗ	2011	ΑΑ ΑΣΤΕΡΙΑ	ΠΚ Α'
3.	ΕΛΑΙΟΠΟΥΛΟΥ	ΑΝΔΡΟΜΑΧΗ ΕΥΓΕΝΙΑ	2009	ΑΕ ΧΑΙΔΑΡ	ΚΟΡ.
4.	ΒΑΣΙΛΕΙΟΥ	ΕΛΕΥΘΕΡΙΑ	2010	ΑΙΓΑΛΕΩ ΑΟ	ΚΟΡ.
5.	ΟΙΚΟΝΟΜΟΥ	ΓΕΩΡΓΙΑ	2009	ΑΚΑΚΑΡΔ	ΚΟΡ.
6.	ΣΟΦΙΑΝΙΔΟΥ	ΚΩΝΣΤΑΝΤΙΝΑ	2011	ΑΡΗΣ	ΠΚ Α'
7.	ΡΩΤΑ	ΣΤΥΛΙΑΝΗ	2008	ΑΣΚ ΝΤΕΡΗ	ΝΕΑΝ.
8.	ΠΕΤΡΟΠΟΥΛΟΥ	ΔΑΝΑΗ	2009	ΑΣΚ ΝΤΕΡΗ	ΚΟΡ.
9.	ΒΕΝΕΤΣΑΝΟΥ	ΝΕΦΕΛΗ	2009	ΑΣΚ ΝΤΕΡΗ	ΚΟΡ.
10.	ΞΗΡΑ	ΒΑΣΙΛΙΚΗ	2009	ΑΣΚ ΝΤΕΡΗ	ΚΟΡ.
11.	ΔΑΣΚΑΛΑΚΗ	ΑΝΝΑ ΜΑΡΙΑ	2011	ΗΡΑΚΛ91	ΠΚ Α'
12.	ΑΙΒΑΖΙΔΗ	ΑΝΔΡΙΑΝΑ	2009	ΙΧΘΥΣ	ΚΟΡ.
13.	ΤΥΜΗ	ΑΙΚΑΤΕΡΙΝΑ	2011	Κ.Α.ΝΑΟΥΣΑ	ΠΚ Α'
14.	ΧΑΛΚΙΑ	ΔΗΜΗΤΡΑ	2011	Κ.Ε.ΚΟΖΑΝΗ	ΠΚ Α'
15.	ΑΜΠΕΛΙΩΤΗ - ΠΑΝΑΓΟΠΟΥΛΟΥ	ΕΛΕΝΗ	2009	ΚΟΠΕΙΡΑΙΑ	ΚΟΡ.
16.	ΚΟΛΤΣΙΔΑ	ΒΑΣΙΛΙΚΗ	2010	ΝΟΘΑΚ	ΚΟΡ.
17.	ΝΙΖΑΜΗ	ΙΟΥΛΙΑ	2010	ΟΕΑΝΑΒ	ΚΟΡ.
18.	ΧΗΡΙΣΤΑΚΗ	ΠΕΤΡΟΥΛΑ	2007	ΠΑΟ	ΝΕΑΝ.
19.	ΓΑΙΤΑΝΙΔΗ	ΜΑΡΙΑ	2009	ΠΑΟ	ΚΟΡ.
20.	ΖΕΡΒΟΥ	ΕΙΡΗΝΗ	2011	ΠΟΣ ΛΟΥΤΡΑ	ΠΚ Α'
21.	ΣΑΛΑΚΙΔΟΥ	ΗΛΙΟΣΤΑΛΑΚΤΗ	2008	Σ.Κ.ΡΟΗ	ΝΕΑΝ.
22.	ΠΡΑΤΙΚΑΚΗ	ΕΛΕΝΗ	2010	ΤΡΙΤ.ΗΡΑΚΛ	ΚΟΡ.
23.	ΡΙΖΟΠΟΥΛΟΥ	ΑΓΓΕΛΙΚΗ	2008	ΩΚΕΑΝΟΣ	ΝΕΑΝ.
24.	ΜΥΛΩΝΑ	ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ	2010	ΩΚΕΑΝΟΣ	ΚΟΡ.