

Στους πίνακες που ακολουθούν, αναγράφεται η ώρα έναρξης και τα γκρουπ προθέρμανσης των αγώνων, όπως αυτά διαμορφώθηκαν μετά την επεξεργασία των δηλώσεων συμμετοχής.

ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΟΙ ΧΕΙΜΕΡΙΝΟΙ ΑΓΩΝΕΣ ΤΕΧΝΙΚΗΣ ΚΟΛΥΜΒΗΣΗΣ ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΚΟΛΥΜΒΗΤΗΡΙΟ ΝΕΑΣ ΙΩΑΝΙΑΣ, ΒΟΛΟΥ 13-16/02/2025

ΔΙΑΔΡΟΜΕΣ	1	2	3	4	5	6	7	8
Α' ΓΚΡΟΥΠ 07:40-08:00 15:40-16:00	ΝΙΚΗ ΒΟΛΟΥ	ΝΙΚΗ ΒΟΛΟΥ	ΑΚΑΚ ΟΛ. ΒΟΛΟΥ	ΝΗΡ. ΙΩΑΝΝΙΝΩΝ	ΑΟ ΑΙΓΑΙΟΥ	ΑΟ ΑΙΓΑΙΟΥ ΠΟΣ. ΙΩΑΝΝΙΝΩΝ	ΛΑΡ. ΤΙΤΑΝΕΣ ΠΟΣ. ΙΩΑΝΝΙΝΩΝ	ΛΑΡ. ΤΙΤΑΝΕΣ
Β' ΓΚΡΟΥΠ 08:00-08:20 16:00-16:20	ΝΟ ΧΑΝΙΩΝ ΝΟ ΡΕΘΥΜΝΟΥ	ΝΟ ΧΑΝΙΩΝ	ΝΟ ΧΑΝΙΩΝ	ΝΟ ΧΑΝΙΩΝ	ΚΟΙ ΠΑΟΚ	ΓΛΑΥΚΟΣ ΑΡΗΣ ΘΕΣ/ΝΙΚΗΣ	ΓΛΑΥΚΟΣ ΑΟΠΦ	ΓΛΑΥΚΟΣ
Γ' ΓΚΡΟΥΠ 08:20-08:40 16:20-16:40	ΚΟΚ	ΚΟΚ	ΚΟΚ	ΙΟΘ ΝΗΡ. ΚΑΡΔΙΤΣΑΣ	ΠΑΣ ΓΙΑΝΝΕΝΑ	ΝΟ ΑΜΦΙΘΕΑΣ ΟΛ. ΙΩΑΝΝΙΝΩΝ	ΑΝΟΑ ΝΟΒ	ΑΕΧ
Δ' ΓΚΡΟΥΠ 08:40-09:00 16:40-17:00	ΠΟΣ. ΛΗΞΟΥΡΙΟΥ	ΔΕΛ. ΠΕΡΙΣΤΕΡΙΟΥ ΑΤΛΑΝΤΑΣ ΘΕΣ/ΝΙΚΗΣ	ΔΕΛ. ΠΕΡΙΣΤΕΡΙΟΥ ΝΟ ΧΙΟΥ	ΔΕΛ. ΠΕΡΙΣΤΕΡΙΟΥ	ΑΛ. ΙΩΑΝΝΙΝΩΝ	ΠΑΝΣΕΡΡΑΪΚΟΣ ΝΟ ΑΛΕΞ/ΠΟΛΗΣ	ΔΕΛ. ΞΑΝΘΗΣ	ΔΕΛ. ΞΑΝΘΗΣ
ΕΝΑΡΞΗ ΠΡΟΘΕΡΜΑΝΣΗΣ: Πρωί 07:40 - Απόγευμα 15:40								
ΕΝΑΡΞΗ ΑΓΩΝΩΝ: Πρωί 09:15 - Απόγευμα 17:15								

Τα γκρουπ προθέρμανσης εναλλάσσονται ανά αγωνιστή ενότητα σε κυλιόμενη μορφή.

Διευκρινήσεις για τα Ομαδικά Αγώνισματα:

- **Μικτή Ομάδα:** Δύο (2) άντρες & δύο (2) γυναίκες συνθέτουν το ομαδικό αγώνισμα & χρησιμοποιούν τον ίδιο εξοπλισμό, ανάλογα το αγώνισμα μονοπέδλο ή διπλά πέδπλα. Η σειρά εκκίνησης είναι: Άντρας – Γυναίκα – Άντρας – Γυναίκα.
- **Μικτή (SB):** Δύο (2) γυναίκες, (η μία με διπλά πέδπλα, η άλλη με μονοπέδλο) & δύο (2) άντρες (ο ένας με διπλά πέδπλα, ο άλλος με μονοπέδλο). Η σειρά εκκίνησης θα είναι Άντρας με διπλά πέδπλα – Γυναίκα με διπλά πέδπλα – Άντρας Επιφάνεια (Μονοπέδλο) – Γυναίκα Επιφάνεια (Μονοπέδλο).
- Στα αγώνισματα 4Χ50 Ανδρών και 4Χ50 Γυναικών όλων των κατηγοριών θα μετρήσει ο χρόνος του πρώτου αθλητή – τριας.