

**ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΧΕΙΜΕΡΙΝΩΝ ΑΓΩΝΩΝ ΠΑΙΔΩΝ ΚΟΡΑΣΙΔΩΝ Β΄  
ΑΘΗΝΑ, 22-23 ΦΕΒΡΟΥΑΡΙΟΥ 2025**

**ΣΑΒΒΑΤΟ 22/02/2025**

12:30 ΔΥΝΑΤΟΤΗΤΑ ΕΙΣΟΔΟΥ ΣΤΟ ΚΟΛΥΜΒΗΤΗΡΙΟ  
13:00-14:00 ΠΡΟΘΕΡΜΑΝΣΗ ΜΕ ΜΟΥΣΙΚΗ ΝΤΟΥΕΤΟ  
14:00-16:00 **ΝΤΟΥΕΤΟ ΚΑΙ ΜΕΙΚΤΟ ΝΤΟΥΕΤΟ**  
18:00-19:00 ΠΡΟΘΕΡΜΑΝΣΗ ΜΕ ΜΟΥΣΙΚΗ FREE COMBINATION  
19:00-20:30 FREE COMBINATION

**ΚΥΡΙΑΚΗ 23/02/2025**

08:00 ΔΥΝΑΤΟΤΗΤΑ ΕΙΣΟΔΟΥ ΣΤΟ ΚΟΛΥΜΒΗΤΗΡΙΟ  
09:00-10:00 ΠΡΟΘΕΡΜΑΝΣΗ ΜΕ ΜΟΥΣΙΚΗ ΣΟΛΟ  
10:00-12:00 **ΣΟΛΟ ΠΑΙΔΩΝ ΚΑΙ ΚΟΡΑΣΙΔΩΝ**  
14:00-15:00 ΠΡΟΘΕΡΜΑΝΣΗ ΜΕ ΜΟΥΣΙΚΗ ΟΜΑΔΙΚΟ  
15:00-17:00 **ΟΜΑΔΙΚΟ**

Το πρόγραμμα είναι κατά προσέγγιση και η τελική του εκδοχή θα εξαρτηθεί από τον συνολικό αριθμό των συμμετοχών.

**ΣΗΜΑΝΤΙΚΗ ΣΗΜΕΙΩΣΗ: Η προθέρμανση με μουσική θα διαρκεί 1 λεπτό για κάθε πρόγραμμα σε όλα τα αγωνίσματα.**