

ΘΕΡΙΝΟΙ ΑΓΩΝΕΣ 9-10-11-12 ΕΤΩΝ

ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΠΡΟΘΕΡΜΑΝΣΗΣ **9-10-11-12** ΕΤΩΝ

1η ΑΓΩΝΙΣΤΙΚΗ ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ ΑΠΟΓΕΥΜΑ 8/06/2018

ΕΞΩΤΕΡΙΚΗ ΠΙΣΙΝΑ 50m 16:50-17:20 **ΕΣΩΤΕΡΙΚΗ ΠΙΣΙΝΑ 25m 16:50-17:20**

ΔΙΑΔΡΟΜΗ 1 ΑΡΗΣ

ΔΙΑΔΡΟΜΗ 1 ΧΑΝΘ

ΔΙΑΔΡΟΜΗ 2 ΑΡΗΣ

ΔΙΑΔΡΟΜΗ 2 ΧΑΝΘ-ΟΦΘ

ΔΙΑΔΡΟΜΗ 3 ΑΣΤΕΡΙΑ

ΔΙΑΔΡΟΜΗ 3 ΑΠΟΛΛΩΝ -

ΔΙΑΔΡΟΜΗ 4 ΑΣΤΕΡΙΑ-ΝΟΜ

ΔΙΑΔΡΟΜΗ 4 ΠΟΣΕΙΔΩΝ ΚΑΛΑΜΑΡΙΑΣ – ΒΟΣΠΟΡΟΣ

ΔΙΑΔΡΟΜΗ 5 ΗΡΑΚΛΗΣ

ΔΙΑΔΡΟΜΗ 5 ΥΓΡΟΣ ΣΤΙΒΟΣ- ΕΑΤ ΑΛΕΞΑΝΔΡΟΣ

ΔΙΑΔΡΟΜΗ 6 ΕΑΤΕΚ-ΑΛΜΠΑΤΡΟΣ-ΟΞΥΓΟΝΟ

ΔΙΑΔΡΟΜΗ 6 ΝΑΒΕ

ΔΙΑΔΡΟΜΗ 7 ΟΔΥΣΣΕΑΣ

ΔΙΑΔΡΟΜΗ 8 ΜΑΚΕΔΟΝΙΚΟΣ

ΕΞΩΤΕΡΙΚΗ ΠΙΣΙΝΑ 50m 17:20-17:50 **ΕΣΩΤΕΡΙΚΗ ΠΙΣΙΝΑ 25m 17:20-17:50**

ΔΙΑΔΡΟΜΗ 1 ΠΑΟΚ

ΔΙΑΔΡΟΜΗ 1 ΔΕΛΦΙΝΙΑ

ΔΙΑΔΡΟΜΗ 2 ΠΑΟΚ

ΔΙΑΔΡΟΜΗ 2 ΔΕΛΦΙΝΙΑ-ΕΛΙΜΕΙΑ-ΩΡΑΙΟΚΑΣΤΡΟ

ΔΙΑΔΡΟΜΗ 3 ΠΑΝΣΕΡΑΪΚΟΣ

ΔΙΑΔΡΟΜΗ 3 ΑΣΤΕΡΙΑΣ- ΑΤΛΑΣ ΚΟΖΑΝΗΣ

ΔΙΑΔΡΟΜΗ 4 ΠΑΝΣΕΡΑΪΚΟΣ-ΚΑ ΝΑΟΥΣΑ

ΔΙΑΔΡΟΜΗ 4 ΚΕΝΤΑΥΡΟΣ-ΦΟΙΒΟΣ-ΠΗΓΑΣΟΣ

ΔΙΑΔΡΟΜΗ 5 ΝΕΑΠΟΛΗ

ΔΙΑΔΡΟΜΗ 5 ΑΞΩΝ –ΑΤΛΑΣ

ΔΙΑΔΡΟΜΗ 6 ΚΕ ΚΟΖΑΝΗΣ-ΩΡΙΩΝ

ΔΙΑΔΡΟΜΗ 6 ΣΕΡΡΕΣ2005- ΠΟΣ.ΚΑΤΕΡΙΝΗΣ

ΔΙΑΔΡΟΜΗ 7 ΝΗΡΕΑΣ ΒΕΡΟΙΑΣ -ΑΡΧΕΛΑΟΣ

ΔΙΑΔΡΟΜΗ 8 ΚΑΟΘ

ΘΕΡΙΝΟΙ ΑΓΩΝΕΣ 9-10-11-12 ΕΤΩΝ

ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΠΡΟΘΕΡΜΑΝΣΗΣ **9-10-11-12** ΕΤΩΝ

2η ΑΓΩΝΙΣΤΙΚΗ ΣΑΒΒΑΤΟ ΠΡΩΙ 9/06/2018

ΕΞΩΤΕΡΙΚΗ ΠΙΣΙΝΑ 50m **07:50-08:20** ΕΣΩΤΕΡΙΚΗ ΠΙΣΙΝΑ 25m **07:50-08:20**

ΔΙΑΔΡΟΜΗ 1 ΑΡΗΣ

ΔΙΑΔΡΟΜΗ 1 ΧΑΝΘ

ΔΙΑΔΡΟΜΗ 2 ΑΡΗΣ

ΔΙΑΔΡΟΜΗ 2 ΧΑΝΘ-ΠΡΩΤΕΑΣ

ΔΙΑΔΡΟΜΗ 3 ΑΣΤΕΡΙΑ

ΔΙΑΔΡΟΜΗ 3 ΑΠΟΛΛΩΝ -ΒΟΣΠΟΡΟΣ

ΔΙΑΔΡΟΜΗ 4 ΑΣΤΕΡΙΑ-ΝΟΜ-ΕΑΤ ΑΛΕΞΑΝΔΡΟΣ

ΔΙΑΔΡΟΜΗ 4 ΠΟΣΕΙΔΩΝ ΚΑΛΑΜΑΡΙΑΣ –ΟΦΘ-ΑΤΛΑΣ

ΔΙΑΔΡΟΜΗ 5 ΗΡΑΚΛΗΣ

ΔΙΑΔΡΟΜΗ 5 ΥΓΡΟΣ ΣΤΙΒΟΣ- ΠΟΣ.ΚΑΤΕΡΙΝΗΣ

ΔΙΑΔΡΟΜΗ 6 ΜΑΚΕΔΟΝΙΚΟΣ-ΚΕΝΤΑΥΡΟΣ

ΔΙΑΔΡΟΜΗ 6 ΝΑΒΕ-ΩΡΑΙΟΚΑΣΤΡΟ

ΔΙΑΔΡΟΜΗ 7 ΟΔΥΣΣΕΑΣ

ΔΙΑΔΡΟΜΗ 8 ΕΑΤΕΚ-ΑΛΜΠΑΤΡΟΣ-ΟΞΥΓΟΝΟ

ΕΞΩΤΕΡΙΚΗ ΠΙΣΙΝΑ 50m **08:20-08:50** ΕΣΩΤΕΡΙΚΗ ΠΙΣΙΝΑ 25m **08:20-08:50**

ΔΙΑΔΡΟΜΗ 1 ΠΑΟΚ

ΔΙΑΔΡΟΜΗ 1 ΔΕΛΦΙΝΙΑ

ΔΙΑΔΡΟΜΗ 2 ΠΑΟΚ

ΔΙΑΔΡΟΜΗ 2 ΔΕΛΦΙΝΙΑ-ΕΛΙΜΕΙΑ

ΔΙΑΔΡΟΜΗ 3 ΠΑΝΣΕΡΑΪΚΟΣ

ΔΙΑΔΡΟΜΗ 3 ΑΣΤΕΡΙΑΣ

ΔΙΑΔΡΟΜΗ 4 ΠΑΝΣΕΡΑΪΚΟΣ-ΚΑ ΝΑΟΥΣΑ

ΔΙΑΔΡΟΜΗ 4 ΑΣΤΕΡΙΑΣ-ΦΟΙΒΟΣ

ΔΙΑΔΡΟΜΗ 5 ΝΕΑΠΟΛΗ

ΔΙΑΔΡΟΜΗ 5 ΑΞΩΝ -ΠΗΓΑΣΟΣ

ΔΙΑΔΡΟΜΗ 6 ΚΑΟΘ

ΔΙΑΔΡΟΜΗ 6 ΣΕΡΡΕΣ2005-ΟΚ ΝΑΟΥΣΑ

ΔΙΑΔΡΟΜΗ 7 ΝΗΡΕΑΣ ΒΕΡΟΙΑΣ -ΑΡΧΕΛΑΟΣ

ΔΙΑΔΡΟΜΗ 8 ΚΕ ΚΟΖΑΝΗΣ-ΩΡΙΩΝ-ΑΤΛΑΣ ΚΟΖΑΝΗΣ

ΘΕΡΙΝΟΙ ΑΓΩΝΕΣ 9-10-11-12 ΕΤΩΝ

ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΠΡΟΘΕΡΜΑΝΣΗΣ **9-10-11-12** ΕΤΩΝ

3η ΑΓΩΝΙΣΤΙΚΗ ΣΑΒΒΑΤΟ ΑΠΟΓΕΥΜΑ 9/06/2018

ΕΞΩΤΕΡΙΚΗ ΠΙΣΙΝΑ 50m **16:50-17:20** ΕΣΩΤΕΡΙΚΗ ΠΙΣΙΝΑ 25m **16:50-17:20**

ΔΙΑΔΡΟΜΗ 1 ΑΡΗΣ

ΔΙΑΔΡΟΜΗ 2 ΑΡΗΣ

ΔΙΑΔΡΟΜΗ 3 ΑΣΤΕΡΙΑ

ΔΙΑΔΡΟΜΗ 4 ΑΣΤΕΡΙΑ-ΝΟΜ

ΔΙΑΔΡΟΜΗ 5 ΗΡΑΚΛΗΣ

ΔΙΑΔΡΟΜΗ 6 ΧΑΝΘ-ΟΦΘ

ΔΙΑΔΡΟΜΗ 7 ΑΠΟΛΛΩΝ-ΠΟΣ.ΚΑΛΑΜΑΡΙΑΣ-ΒΟΣΠΟΡΟΣ

ΔΙΑΔΡΟΜΗ 8 ΜΑΚΕΔΟΝΙΚΟΣ

ΔΙΑΔΡΟΜΗ 1 ΕΑΤΕΚ

ΔΙΑΔΡΟΜΗ 2 ΕΑΤΕΚ-ΟΞΥΓΟΝΟ

ΔΙΑΔΡΟΜΗ 3 ΟΔΥΣΣΕΑΣ

ΔΙΑΔΡΟΜΗ 4 ΟΔΥΣΣΕΑΣ-ΑΛΜΠΑΤΡΟΣ

ΔΙΑΔΡΟΜΗ 5 ΥΓΡΟΣ ΣΤΙΒΟΣ- ΕΑΤ ΑΛΕΞΑΝΔΡΟΣ

ΔΙΑΔΡΟΜΗ 6 ΝΑΒΕ

ΕΞΩΤΕΡΙΚΗ ΠΙΣΙΝΑ 50m **17:20-17:50** ΕΣΩΤΕΡΙΚΗ ΠΙΣΙΝΑ 25m **17:20-17:50**

ΔΙΑΔΡΟΜΗ 1 ΠΑΟΚ

ΔΙΑΔΡΟΜΗ 2 ΠΑΟΚ

ΔΙΑΔΡΟΜΗ 3 ΠΑΝΣΕΡΑΪΚΟΣ

ΔΙΑΔΡΟΜΗ 4 ΠΑΝΣΕΡΑΪΚΟΣ-ΚΑ ΝΑΟΥΣΑ

ΔΙΑΔΡΟΜΗ 5 ΝΕΑΠΟΛΗ

ΔΙΑΔΡΟΜΗ 6 ΔΕΛΦΙΝΙΑ-ΩΡΑΙΟΚΑΣΤΡΟ

ΔΙΑΔΡΟΜΗ 7 ΝΗΡΕΑΣ ΒΕΡΟΙΑΣ –ΑΞΩΝ-ΑΤΛΑΣ

ΔΙΑΔΡΟΜΗ 8 ΚΑΟΘ

ΔΙΑΔΡΟΜΗ 1 ΚΕ ΚΟΖΑΝΗΣ

ΔΙΑΔΡΟΜΗ 2 ΚΕ ΚΟΖΑΝΗΣ-ΕΛΙΜΕΙΑ-ΩΡΙΩΝ

ΔΙΑΔΡΟΜΗ 3 ΑΣΤΕΡΙΑΣ- ΑΤΛΑΣ ΚΟΖΑΝΗΣ

ΔΙΑΔΡΟΜΗ 4 ΚΕΝΤΑΥΡΟΣ-ΦΟΙΒΟΣ-ΠΗΓΑΣΟΣ

ΔΙΑΔΡΟΜΗ 5 ΑΡΧΕΛΑΟΣ

ΔΙΑΔΡΟΜΗ 6 ΣΕΡΡΕΣ2005- ΠΟΣ.ΚΑΤΕΡΙΝΗΣ

ΘΕΡΙΝΟΙ ΑΓΩΝΕΣ 9-10-11-12 ΕΤΩΝ

ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΠΡΟΘΕΡΜΑΝΣΗΣ **9-10-11-12** ΕΤΩΝ

4η ΑΓΩΝΙΣΤΙΚΗ ΚΥΡΙΑΚΗ ΠΡΩΙ 10/06/2018

ΕΞΩΤΕΡΙΚΗ ΠΙΣΙΝΑ 50m **07:50-08:20** ΕΣΩΤΕΡΙΚΗ ΠΙΣΙΝΑ 25m **07:50-08:20**

ΔΙΑΔΡΟΜΗ 1 ΑΡΗΣ

ΔΙΑΔΡΟΜΗ 1 ΟΔΥΣΣΕΑΣ

ΔΙΑΔΡΟΜΗ 2 ΑΡΗΣ

ΔΙΑΔΡΟΜΗ 2 ΟΔΥΣΣΕΑΣ

ΔΙΑΔΡΟΜΗ 3 ΑΣΤΕΡΙΑ

ΔΙΑΔΡΟΜΗ 3 ΜΑΚΕΔΟΝΚΟΣ

ΔΙΑΔΡΟΜΗ 4 ΑΣΤΕΡΙΑ-ΥΓΡΟΣ ΣΤΙΒΟΣ -ΩΡΑΙΟΚΑΣΤΡΟ ΔΙΑΔΡΟΜΗ 4 ΜΑΚΕΔΟΝΙΚΟΣ-ΚΕΝΤΑΥΡΟΣ

ΔΙΑΔΡΟΜΗ 5 ΗΡΑΚΛΗΣ -ΠΟΣ.ΚΑΤΕΡ.

ΔΙΑΔΡΟΜΗ 5 ΝΟΜ-ΕΑΤ ΑΛΕΞΑΝΔΡΟΣ

ΔΙΑΔΡΟΜΗ 6 ΑΠΟΛΛΩΝ-ΠΟΣ.ΚΑΛΑΜ.-ΒΟΣΠΟΡΟΣ ΔΙΑΔΡΟΜΗ 6 ΑΛΜΠΑΤΡΟΣ-ΟΕΥΓΟΝΟ-ΚΕΝΤΑΥΡΟΣ

ΔΙΑΔΡΟΜΗ 7 ΧΑΝΘ - ΟΦΘ-ΑΤΛΑΣ

ΔΙΑΔΡΟΜΗ 8 ΕΑΤΕΚ-ΝΑΒΕ

ΕΞΩΤΕΡΙΚΗ ΠΙΣΙΝΑ 50m **08:20-08:50** ΕΣΩΤΕΡΙΚΗ ΠΙΣΙΝΑ 25m **08:20-08:50**

ΔΙΑΔΡΟΜΗ 1 ΠΑΟΚ

ΔΙΑΔΡΟΜΗ 1 ΚΕ ΚΟΖΑΝΗΣ

ΔΙΑΔΡΟΜΗ 2 ΠΑΟΚ-ΕΛΙΜΕΙΑ

ΔΙΑΔΡΟΜΗ 2 ΚΕ ΚΟΖΑΝΗΣ-ΩΡΙΩΝ

ΔΙΑΔΡΟΜΗ 3 ΠΑΝΣΕΡΑΪΚΟΣ

ΔΙΑΔΡΟΜΗ 3 ΑΡΧΕΛΑΟΣ

ΔΙΑΔΡΟΜΗ 4 ΠΑΝΣΕΡΑΪΚΟΣ-ΑΞΩΝ-ΠΗΓΑΣΟΣ ΔΙΑΔΡΟΜΗ 4 ΑΡΧΕΛΑΟΣ

ΔΙΑΔΡΟΜΗ 5 ΝΕΑΠΟΛΗ

ΔΙΑΔΡΟΜΗ 5 ΚΑ ΝΑΟΥΣΑ

ΔΙΑΔΡΟΜΗ 6 ΚΑΘΘ

ΔΙΑΔΡΟΜΗ 6 ΝΗΡΕΑΣ ΒΕΡΟΙΑΣ-ΑΤΛΑΣ ΚΟΖ.

ΔΙΑΔΡΟΜΗ 7 ΣΕΡΡΕΣ 2005 -ΑΣΤΕΡΙΑΣ

ΔΙΑΔΡΟΜΗ 8 ΔΕΛΦΙΝΙΑ- ΟΚ ΝΑΟΥΣΑ-ΦΟΙΒΟΣ

ΘΕΡΙΝΟΙ ΑΓΩΝΕΣ 9-10-11-12 ΕΤΩΝ

ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΠΡΟΘΕΡΜΑΝΣΗΣ **9-10-11-12** ΕΤΩΝ

5η ΑΓΩΝΙΣΤΙΚΗ ΚΥΡΙΑΚΗ ΑΠΟΓΕΥΜΑ 10/08/2018

ΕΞΩΤΕΡΙΚΗ ΠΙΣΙΝΑ 50m 16:50-17:20 **ΕΣΩΤΕΡΙΚΗ ΠΙΣΙΝΑ 25m 16:50-17:20**

ΔΙΑΔΡΟΜΗ 1 ΑΡΗΣ

ΔΙΑΔΡΟΜΗ 1 ΧΑΝΘ

ΔΙΑΔΡΟΜΗ 2 ΑΡΗΣ

ΔΙΑΔΡΟΜΗ 2 ΧΑΝΘ-ΟΦΘ

ΔΙΑΔΡΟΜΗ 3 ΑΣΤΕΡΙΑ

ΔΙΑΔΡΟΜΗ 3 ΑΠΟΛΛΩΝ -

ΔΙΑΔΡΟΜΗ 4 ΑΣΤΕΡΙΑ-ΕΑΤΑΛ-ΥΣΘ

ΔΙΑΔΡΟΜΗ 4 ΠΟΣΕΙΔΩΝ ΚΑΛΑΜΑΡΙΑΣ

ΔΙΑΔΡΟΜΗ 5 ΗΡΑΚΛΗΣ

ΔΙΑΔΡΟΜΗ 5 ΝΟΜ-- ΒΟΣΠΟΡΟΣ

ΔΙΑΔΡΟΜΗ 6 ΕΑΤΕΚ-ΑΛΜΠΑΤΡΟΣ-ΘΕΥΓΟΝΟ

ΔΙΑΔΡΟΜΗ 6 ΚΑ ΝΑΟΥΣΑ

ΔΙΑΔΡΟΜΗ 7 ΟΔΥΣΣΕΑΣ

ΔΙΑΔΡΟΜΗ 8 ΜΑΚΕΔΟΝΙΚΟΣ

ΕΞΩΤΕΡΙΚΗ ΠΙΣΙΝΑ 50m 17:20-17:50 **ΕΣΩΤΕΡΙΚΗ ΠΙΣΙΝΑ 25m 17:20-17:50**

ΔΙΑΔΡΟΜΗ 1 ΠΑΟΚ

ΔΙΑΔΡΟΜΗ 1 ΔΕΛΦΙΝΙΑ

ΔΙΑΔΡΟΜΗ 2 ΠΑΟΚ

ΔΙΑΔΡΟΜΗ 2 ΔΕΛΦΙΝΙΑ-ΕΛΙΜΕΙΑ-ΩΡΑΙΟΚΑΣΤΡΟ

ΔΙΑΔΡΟΜΗ 3 ΠΑΝΣΕΡΑΪΚΟΣ

ΔΙΑΔΡΟΜΗ 3 ΑΣΤΕΡΙΑΣ- ΑΤΛΑΣ ΚΟΖΑΝΗΣ

ΔΙΑΔΡΟΜΗ 4 ΠΑΝΣΕΡΑΪΚΟΣ-ΝΑΒΕ

ΔΙΑΔΡΟΜΗ 4 ΝΗΡΕΑΣ ΒΕΡΟΙΑΣ-ΣΕΡΡΕΣ 2005

ΔΙΑΔΡΟΜΗ 5 ΝΕΑΠΟΛΗ

ΔΙΑΔΡΟΜΗ 5 ΑΞΩΝ

ΔΙΑΔΡΟΜΗ 6 ΚΕ ΚΟΖΑΝΗΣ-ΩΡΙΩΝ

ΔΙΑΔΡΟΜΗ 6 ΑΡΧΕΛΑΟΣ -ΑΤΛΑΣ

ΔΙΑΔΡΟΜΗ 7 ΚΕΝΤΑΥΡΟΣ-ΦΟΙΒΟΣ-ΠΗΓΑΣΟΣ -ΠΟΣ.ΚΑΤΕΡΙΝΗΣ

ΔΙΑΔΡΟΜΗ 8 ΚΑΘΘ