

## ΡΕΣΤΕΙΑ 2023-ΕΝΔΕΙΚΤΙΚΟ ΧΡΟΝΟΔΙΑΓΡΑΜΜΑ

Α' Αγωνιστική Σαββατο Απογευμα 10-Ιουνιου (Α' Ενόητα) 11-12 Ετών					Α' Αγωνιστική Σαββατο Απογευμα 10-Ιουνιου (Β' Ενόητα) 9-10 Ετών						
<b>ΕΝΑΡΞΗ 16:45</b>					<b>ΕΝΑΡΞΗ 20:00</b>						
1. 50 Πεταλούδα	Κ	11-12 ετών	4 σειρές (29)	6'	16 45	1. 50 Πεταλούδα	Κ	9-10 ετών	5σειρές (33)	8'	20 00
2. 50 Πεταλούδα	Α	11-12 ετών	6 σειρες (42)	9'	16 51	2. 50 Πεταλούδα	Α	9-10 ετών	4σειρες (27)	6'	20 08
3. 50 Πρόσθιο	Κ	11-12 ετών	6 σειρες (48)	9'	17 00	3. 50 Πρόσθιο	Κ	9-10 ετών	8σειρες (58)	12'	20 14
4. 50 Πρόσθιο	Α	11-12 ετών	5 σειρες (35)	8'	17 09	4. 50 Πρόσθιο	Α	9-10 ετών	7σειρες (55)	11'	20,26
5. 200 Ελευθερο	Κ	11-12 ετών	7 σειρες (50)	25	17 17	5. 200 Ελευθερο	Κ	10 ετών	3σειρες (19)	12'	20 37
6. 200 Ελευθερο	Α	11-12 ετών	8 σειρες (59)	29	17 42	6. 200 Ελευθερο	Α	10 ετών	2σειρες (16)	8'	20 49
7. 100 Υπτιο	Κ	11-12 ετών	5 σειρες (33)	12	18 11	7. 100 Υπτιο	Κ	10 ετών	3σειρες (21)	7'	20 57
8. 100 Υπτιο	Α	11-12 ετών	6 σειρες (43)	15	18 23	8. 100 Υπτιο	Α	10 ετών	3σειρες (18)	7'	21 04
9. 200 Πρόσθιο	Κ	11-12 ετών	3 σειρες (19)	13'	18 38	9. 4x50 Ελευθερο	Κ	9 ετών		8'	21 11
10. 200 Πρόσθιο	Α	11-12 ετών	3 σειρες (19)	13'	18 51	10. 4x50 Ελεύθερο	Κ	10 ετών		8'	21 19
11. 4x100 Ελεύθερο (mix)		11 ετών		14'	19 04	11. 4x50Ελεύθερο	Α	9 ετών		8'	21 27
12. 4x100 Ελεύθερο (mix)		12 ετών		14'	19 18	12. 4x50Ελεύθερο	Α	10 ετών		8'	21 35
<b>ΔΙΑΡΚΕΙΑ 167' 19 32</b>					<b>ΔΙΑΡΚΕΙΑ 103' 21 43</b>						
Β'Αγωνιστική Κυριακη Πρωι 11-Ιουνιου (Α' ενόητα) 11-12 Ετών					Β'Αγωνιστική Κυριακη Πρωι 11-Ιουνιου (Β' ενόητα) 9-10 Ετών						
<b>ΕΝΑΡΞΗ 08:45</b>					<b>ΕΝΑΡΞΗ: 12:45</b>						
1. 50 Ελευθερο	Α	11-12 ετών	13σειρές (99)	20'	08 45	1. 50 Ελεύθερο	Α	9-10 ετών	15σειρές (113)	22'	12 45
2. 50 Ελευθερο	Κ	11-12 ετών	10σειρες(75)	15'	09 05	2. 50 Ελεύθερο	Κ	9-10 ετών	14σειρες (108)	20'	13 07
3. 100 Πρόσθιο	Α	11-12 ετών	5σειρες (40)	12	09 20	3. 100 Πρόσθιο	Α	10 ετών	3σειρες ( 21)	9'	13 27
4. 100 Πρόσθιο	Κ	11-12 ετών	7 σειρες(50)	17'	09 32	4. 100 Πρόσθιο	Κ	10 ετών	3σειρες ( 19)	9'	13 36
5. 400 Ελευθερο	Α	11-12 ετών	3 σειρες(22)	21	09 49						
6. 400 Ελευθερο	Κ	11-12 ετών	4 σειρες (24)	28'	10 10						
7. 100 Πεταλουδα	Α	11-12 ετών	1 σειρα (7)	3'	10 38						
8. 100 Πεταλουδα	Κ	11-12 ετών	2 σειρες(13)	5'	10 41						
9. 200 Υπτιο	Α	11-12 ετών	2 σειρες (11)	8'	10 46						
10. 200 Υπτιο	Κ	11-12 ετών	2 σειρες (14)	8'	10 54						
11. 400 Μ.Ατομικη	Α	12 ετών	1 σειρα (6)	8'	11 02						
12. 400 Μ.Ατομικη	Κ	12 ετών	1 σειρα (4)	8'	11 10						
13. 4x100 Μ.Ομαδικη	Α	11 ετών		15'	11 18						
14. 4x100 Μ.Ομαδικη	Α	12 ετών		15'	11 33						
15. 4x100 Μ.Ομαδικη	Κ	11 ετών		15'	11 48						
16. 4x100 Μ.Ομαδικη	Κ	12 ετών		15'	12 03						
<b>ΔΙΑΡΚΕΙΑ 213' 12 18</b>					<b>ΔΙΑΡΚΕΙΑ 60' 13 45</b>						
Γ' Αγωνιστική Κυριακη Απογευμα 11-Ιουνιου (Α' ενόητα 11-12 Ετών)					Γ'Αγωνιστική Κυριακη Απογευμα 11-Ιουνιου (Β' Ενόητα 9-10 Ετών)						
<b>ΕΝΑΡΞΗ 16:45</b>					<b>ΕΝΑΡΞΗ 19:00</b>						
1. 50 Υπτιο	Κ	11-12 ετών	5σειρές (39)	7'	16 45	1. 50 Υπτιο	Κ	9-10 ετών	8σειρές (61)	13'	19 00
2. 50 Υπτιο	Α	11-12 ετών	6σειρες (48)	9'	16 52	2. 50 Υπτιο	Α	9-10 ετών	10σειρες (77)	16'	19 13
3. 100 Ελευθερο	Κ	11-12 ετών	12σειρες(89)	25'	17 01	3. 100 Ελευθερο	Κ	9-10 ετών	7σειρες (52)	17'	19 29
4. 100 Ελευθερο	Α	11-12 ετών	15σειρες (121)	30'	17 26	4. 100 Ελευθερο	Α	9-10 ετών	7σειρες (50)	17'	19 46
5. 200 Μ.Ατομικη	Κ	11-12 ετών	6σειρες (47)	24	17 56	5. 200 Μ.Ατομικη	Γ	10 ετών	2σειρες (12)	8'	20 03
6. 200 Μ.Ατομικη	Α	11-12 ετών	4σειρες (27)	16	18 20	6. 200 Μ.Ατομικη	Α	10 ετών	1σειρα (7)	4'	20 11
<b>ΔΙΑΡΚΕΙΑ 124' 18 36</b>					<b>ΔΙΑΡΚΕΙΑ 111' 20 51</b>						
						7. 4x50 Μ.Ομαδικη	Κ	9 ετων		9'	20 15
						8. 4x50 Μ.Ομαδικη	Κ	10 ετων		9'	20 24
						9. 4x50 Μ.Ομαδικη	Α	9 ετων		9'	20 33
						10. 4x50 Μ.Ομαδικη	Α	10 ετων		9'	20 42