

ΠΕΡΙΦΕΡΕΙΑΚΟΙ ΣΤΙΒΟΥ ΓΥΜΝΑΣΙΩΝ ΛΑΝΙΤΕΙΟ ΣΤΑΔΙΟ

ΕΛΛΑΝΟΔΙΚΟΣ ΕΠΙΤΡΟΠΗ

1. Ε.Μ.Ε. ΦΥΣΙΚΗΣ ΑΓΩΓΗΣ
2. ΚΥΡΙΑΚΟΣ ΚΩΝΣΤΑΝΤΙΝΟΥ Δ/ΝΤΗΣ ΛΑΝΙΤΕΙΟΥ ΓΥΜΝΑΣΙΟΥ
3. ΑΓΑΠΙΟΥ ΗΛΙΑΣ Β.Δ.Α, ΕΠΟΠΤΕΣ ΑΘΛΗΤΙΚΟΥ ΣΧΟΛΕΙΟΥ
4. ΑΘΛΗΤΙΚΗ ΣΥΝΤΟΝΙΣΤΙΚΗ ΛΕΜΕΣΟΥ

ΑΛΥΤΑΡΧΗΣ : ΑΓΑΠΙΟΥ ΗΛΙΑΣ Β.Δ.Α – ΠΑΠΑΣΑΒΒΑΣ ΑΝΔΡΕΑΣ

ΓΥΜΝΑΣΙΑΡΧΟΣ : ΠΑΝΤΑΡΑ ΠΟΥΛΑ Β.Δ

ΕΚΦΩΝΗΤΗΣ : ΞΕΝΟΦΩΝΤΟΣ ΑΘΩΣ

ΕΦΟΡΟΙ ΑΓΩΝΙΣΜΑΤΩΝ

ΕΦΟΡΟΣ ΔΡΟΜΩΝ : ΚΑΡΑΓΙΑΝΝΑΣ ΑΝΤΩΝΗΣ – ΑΛΕΞΑΝΔΡΟΥ ΑΛΕΞΑΝΔΡΟΣ

ΕΦΟΡΟΣ ΑΦΙΞΗΣ: ΣΧΟΙΝΑΣ ΑΝΔΡΕΑΣ

ΧΡΟΝΟΜΕΤΡΩΝ: ΘΕΟΚΛΗΤΟΥ ΔΗΜΗΤΡΑ

ΑΛΜΑΤΟΣ ΣΕ ΜΗΚΟΣ: ΠΙΤΣΙΑΤΑΡΗΣ ΠΑΝΑΓΙΩΤΗΣ ΒΔ

ΑΛΜΑΤΟΣ ΤΡΙΠΛΟΥΝ: ΚΛΕΑΝΘΟΥΣ ΧΡΙΣΤΟΣ

ΑΛΜΑΤΟΣ ΣΕ ΥΨΟΣ: ΠΟΥΛΛΑΚΟΥ ΕΛΕΝΑ

ΑΛΜΑΤΟΣ ΕΠΙ ΚΟΝΤΩ: ΤΗΛΕΜΑΧΟΥ ΗΡΩΔΟΤΟΣ

ΣΦΑΙΡΟΒΟΛΙΑΣ: ΑΡΑΒΗΣ ΧΡΙΣΤΟΣ

ΔΙΣΚΟΒΟΛΙΑΣ: ΜΑΚΡΙΔΟΥ ΝΙΚΗ

ΑΚΟΝΤΙΣΜΟΥ: ΣΠΥΡΙΔΗΣ ΒΑΣΟΣ

ΣΦΥΡΟΒΟΛΙΑΣ: ΧΑΤΖΗΔΑΜΙΑΝΟΥ ΧΡΙΣΤΟΣ

ΑΦΕΤΗΣ: ΧΡΙΣΤΟΦΗ ΧΡΙΣΤΑΚΗΣ

ΑΝΑΚΛΗΣΗΣ: ΕΥΑΓΟΡΟΥ ΑΝΔΡΕΑΣ

ΑΙΘ.ΚΛΗΣΕΩΣ: ΒΥΡΩΝΟΣ ΧΡΙΣΤΟΣ – ΠΕΤΡΙΔΗΣ ΔΗΜΗΤΡΗΣ

ΥΛΙΚΟΥ: ΔΙΑΧΕΙΡΙΣΤΕΣ ΣΧΟΛΙΚΗΣ ΕΦΟΡΙΑΣ

ΤΑΞΕΩΣ: ΠΑΝΑΓΗ ΓΙΑΝΝΑΚΗΣ – ΗΣΥΧΙΟΥ ΑΝΔΡΕΑΣ

ΓΡΑΜΜΑΤΕΙΑ - ΑΠΟΝΟΜΕΣ: ΝΕΑΡΧΟΥ ΜΑΡΙΑ - ΒΑΣΙΛΕΙΟΥ ΛΙΖΑ

ΚΡΙΤΕΣ ΑΓΩΝΙΣΜΑΤΩΝ

ΧΡΟΝΟΜΕΤΡΕΣ: ΓΕΡΜΑΝΟΥ ΜΕΛΙΝΑ – ΓΕΩΡΓΙΟΥ ΜΑΡΙΑ – ΔΗΜΗΤΡΙΟΥ ΜΑΙΡΗ – ΧΡΙΣΤΟΦΟΡΟΥ ΑΝΤΙΓΟΝΗ -ΑΝΤΩΝΙΟΥ ΠΕΤΡΟΣ – ΑΓΑΘΑΓΓΕΛΟΥ ΒΟΥΛΑ ΠΟΥΛΥΒΙΟΥ ΠΩΛΙΝΑ - ΙΩΑΝΝΟΥ ΓΙΑΝΝΑ- ΠΑΝΤΕΛΗ ΕΙΡΗΝΗ – ΚΡΑΣΙΑ ΧΛΟΗ– ΓΕΩΡΓΙΑΔΟΥ ΜΑΡΙΑ – ΠΑΛΑΜΑΣ ΜΑΡΙΟΣ

ΚΡΙΤΕΣ ΑΦΙΞΕΩΝ:

ΤΡΙΠΛΟΥΝ : ΠΑΠΑΔΟΠΟΥΛΟΣ ΓΙΑΝΝΗΣ – ΑΝΔΡΕΟΥ ΕΛΕΥΘΕΡΙΑ

ΜΗΚΟΣ : ΙΟΡΔΑΝΟΥΣ ΙΟΡΔΑΝΗΣ – ΑΝΤΩΝΙΟΥ ΣΤΕΛΛΑ

ΥΨΟΣ: ΠΑΠΑΔΟΠΟΥΛΟΣ ΑΝΔΡΕΑΣ - ΑΛΕΞΑΝΔΡΟΥ ΜΑΡΙΝΑ

ΑΛΜΑ ΕΠΙ ΚΟΝΤΩ: ΑΧΝΙΩΤΗΣ ΝΙΚΟΣ – ΚΩΝΣΤΑΝΤΙΝΙΔΟΥ ΔΕΝΑ

ΣΦΑΙΡΟΒΟΛΙΑ: ΠΑΛΟΥΚΗΣ ΗΛΙΑΣ - ΠΑΠΑΝΤΩΝΙΟΥ ΑΦΡΟΔΙΤΗ

ΔΙΣΚΟΒΟΛΙΑ: ΚΟΥΠΕΠΙΔΗΣ ΚΛΕΑΝΘΗΣ – ΚΟΥΜΝΑ ΑΙΜΙΛΙΑ

ΣΦΥΡΟΒΟΛΙΑ: ΣΠΥΡΙΔΗΣ ΒΑΣΟΣ – ΑΛΕΞΑΝΔΡΟΥ ΧΡΙΣΤΙΝΑ

ΑΚΟΝΤΙΣΜΟΥ: ΒΑΣΙΛΕΙΟΥ ΣΑΒΒΑΣ – ΙΩΑΝΝΟΥ ΒΑΣΙΛΙΚΗ

ΣΤΡΟΦΩΝ-ΕΜΠΟΔΙΩΝ: ΚΟΥΠΕΠΙΔΗΣ Κ.,ΜΑΚΡΙΔΟΥ Ν ,ΠΑΠΑΔΟΠΟΥΛΟΣ Α, ΠΑΠΑΝΤΩΝΙΟΥ Α, ΤΣΟΛΑΚΗΣ Α, ΙΩΑΝΝΟΥ Γ.

ΑΛΛΑΓΕΣ ΣΚΥΤΑΛΟΔΡΟΜΙΑΣ: ΚΟΥΠΕΠΙΔΗΣ Κ.,ΜΑΚΡΙΔΟΥ Ν ,ΠΑΠΑΔΟΠΟΥΛΟΣ Α, ΠΑΠΑΝΤΩΝΙΟΥ Α, ΤΣΟΛΑΚΗΣ Α, ΙΩΑΝΝΟΥ Γ.

ΟΜΑΔΑ ΕΡΓΑΣΙΑΣ: ΙΩΑΝΝΟΥ ΓΙΑΝΝΑΚΗΣ ΤΣΟΛΑΚΗΣ ΑΝΤΩΝΗΣΚΑΙ ΟΜΑΔΑ ΜΑΘΗΤΩΝ ΛΑΝΙΤΕΙΟΥ ΓΥΜΝΑΣΙΟΥ

ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ 1^{ΗΣ} ΜΕΡΑΣ 18/3/2026 ΤΕΤΑΡΤΗ

ΩΡΑ	ΔΡΟΜΟΙ	ΑΛΜΑΤΑ	ΡΙΨΕΙΣ
8.00	ΕΛΕΓΧΟΣ ΤΑΥΤΟΤΗΤΩΝ		
9:00	100Μ ΕΜΠ Α	ΜΗΚΟΣ Θ	ΣΦΑΙΡΟΒΟΛΙΑ Θ
9:15	80Μ ΕΜΠ Θ		ΔΙΣΚΟΒΟΛΙΑ Θ
9:35	80Μ Θ. ΠΡΟΚΡ.		ΣΦΥΡΟΒΟΛΙΑ Α+Θ
10:10	80Μ Α ΠΡΟΚΡ.		
10:35	300Μ Θ	ΜΗΚΟΣ Α	
11:00	300Μ Α		ΔΙΣΚΟΒΟΛΙΑ Α
11:25	600Μ Θ		ΣΦΑΙΡΟΒΟΛΙΑ Α
11.45	600Μ Α		
12.00	80Μ Θ. ΤΕΛΙΚΟΣ		
12.05	80Μ Α ΤΕΛΙΚΟΣ		

ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ 2^{ΗΣ} ΜΕΡΑΣ 19/3/2026 ΠΕΜΠΤΗ

ΩΡΑ	ΔΡΟΜΟΙ	ΑΛΜΑΤΑ	ΡΙΨΕΙΣ
8.00	ΕΛΕΓΧΟΣ ΤΑΥΤΟΤΗΤΩΝ		
9:00	300Μ ΕΜΠ Θ	ΕΠΙ ΚΟΝΤΩ Α + Θ ΥΨΟΣ Α+Θ	ΑΚΟΝΤΙΣΜΟΣ Θ
9:10	300Μ ΕΜΠ Α	ΤΡΙΠΛΟΥΝ Θ	
9:30	150Μ Θ ΠΡΟΚΡ.		
10:00	150Μ Α ΠΡΟΚΡ.		
10:30	1000Μ Α	ΤΡΙΠΛΟΥΝ Α	ΑΚΟΝΤΙΣΜΟΣ Α
10:50	1000Μ Θ		
11:10	150Μ Θ ΤΕΛΙΚΟΣ		
11:15	150Μ Α ΤΕΛΙΚΟΣ		
11:30	4Χ100Μ ΘΗΛ ΓΥΜΝ		
11:45	4Χ100Μ Α ΓΥΜΝ		

ΤΟ ΑΓΩΝΙΣΜΑ ΤΗΣ ΣΦΥΡΟΒΟΛΙΑΣ ΘΑ ΔΙΕΞΑΧΘΕΙ ΣΤΟ ΤΣΙΡΕΙΟ ΣΤΑΔΙΟ. ΟΙ ΜΑΘΗΤΕΣ ΘΑ ΜΕΤΑΦΕΡΘΟΥΝ ΕΚΕΙ ΜΕ ΛΕΩΦΟΡΕΙΟ ΜΕ ΤΗ ΣΥΝΟΔΕΙΑ ΤΩΝ ΕΦΟΡΩΝ ΚΑΙ ΤΩΝ ΚΡΙΤΩΝ ΤΩΝ ΑΓΩΝΙΣΜΑΤΩΝ. ΣΤΟΥΣ ΔΡΟΜΟΥΣ 80Μ ΑΡ ΚΑΙ ΘΗΛ ΓΥΜ ΚΑΙ 150Μ ΑΡ ΚΑΙ ΘΗΛ ΓΥΜ ΘΑ ΠΡΟΚΡΙΝΟΝΤΑΙ ΓΙΑ ΤΟΝ ΤΕΛΙΚΟ ΤΟΥ ΑΓΩΝΙΣΜΑΤΟΣ ΟΙ ΕΞΙ ΚΑΛΥΤΕΡΟΙ ΧΡΟΝΟΙ. **ΟΛΟΙ ΟΙ ΜΑΘΗΤΕΣ ΝΑ ΠΡΟΣΕΡΧΟΝΤΑΙ ΣΤΗΝ ΑΙΘΟΥΣΑ ΚΛΗΣΕΩΣ ΜΙΑΜΙΣΗ ΩΡΑ ΠΡΙΝ ΤΟ ΑΘΛΗΜΑ ΤΟΥΣ ΚΑΙ ΟΧΙ ΝΩΡΙΤΕΡΑ.**