

ΠΕΡΙΦΕΡΕΙΑΚΟΙ ΣΤΙΒΟΥ ΛΥΚΕΙΩΝ

ΛΑΝΙΤΕΙΟ ΣΤΑΔΙΟ

ΕΛΛΑΝΟΔΙΚΟΣ ΕΠΙΤΡΟΠΗ

- Ε.Μ.Ε. ΦΥΣΙΚΗΣ ΑΓΩΓΗΣ
- ΜΥΡΤΩ ΠΟΥΑΓΚΑΡΕ Δ/ΝΤΡΙΑ ΛΑΝΙΤΕΙΟΥ ΛΥΚΕΙΟΥ
- ΑΓΑΠΙΟΥ ΗΛΙΑΣ Β.Δ.Α, ΕΠΟΠΤΕΣ ΑΘΛΗΤΙΚΟΥ ΣΧΟΛΕΙΟΥ
- ΑΘΛΗΤΙΚΗ ΣΥΝΤΟΝΙΣΤΙΚΗ ΛΕΜΕΣΟΥ

ΑΛΥΤΑΡΧΗΣ : ΑΓΑΠΙΟΥ ΗΛΙΑΣ Β.Δ.Α – ΠΑΝΤΑΡΑ ΓΙΟΥΛΑ Β.Δ
ΓΥΜΝΑΣΙΑΡΧΟΣ : ΠΑΠΑΣΑΒΒΑΣ ΑΝΔΡΕΑΣ
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 ΒΔ
ΑΛΜΑΤΟΣ ΕΠΙ ΚΟΝΤΩ: ΤΗΛΕΜΑΧΟΥ ΗΡΟΔΟΤΟΣ
ΣΦΑΙΡΟΒΟΛΙΑΣ: ΤΕΛΩΝΗ ΕΛΕΝΗ
ΔΙΣΚΟΒΟΛΙΑΣ: ΟΙΚΟΝΟΜΙΔΗΣ ΣΟΦΟΚΛΗΣ
ΑΚΟΝΤΙΣΜΟΥ: ΑΡΑΒΗΣ ΧΡΙΣΤΟΣ
ΣΦΥΡΟΒΟΛΙΑΣ: ΧΑΤΖΗΔΑΜΙΑΝΟΥ ΧΡΙΣΤΟΣ
ΑΦΕΤΗΣ: ΧΡΙΣΤΟΦΗ ΧΡΙΣΤΑΚΗΣ
ΑΝΑΚΛΗΣΗΣ: ΕΥΑΓΟΡΟΥ ΑΝΔΡΕΑΣ
ΑΙΘ.ΚΛΗΣΕΩΣ: ΒΥΡΩΝΟΣ ΧΡΙΣΤΟΣ – ΠΕΤΡΙΔΗΣ ΔΗΜΗΤΡΗΣ
ΥΛΙΚΟΥ: ΔΙΑΧΕΙΡΙΣΤΕΣ ΣΧΟΛΙΚΗΣ ΕΦΟΡΙΑΣ
ΤΑΞΕΩΣ: ΠΑΝΑΓΗ ΓΙΑΝΝΑΚΗΣ – ΝΕΟΚΛΕΟΥΣ ΕΥΣΤΑΘΙΟΣ
ΓΡΑΜΜΑΤΕΙΑ - ΑΠΟΝΟΜΕΣ: ΝΕΑΡΧΟΥ ΜΑΡΙΑ - ΒΑΣΙΛΕΙΟΥ ΛΙΖΑ

ΚΡΙΤΕΣ ΑΓΩΝΙΣΜΑΤΩΝ

ΧΡΟΝΟΜΕΤΡΕΣ: ΓΕΡΜΑΝΟΥ ΜΕΛΙΝΑ – ΓΕΩΡΓΙΟΥ ΜΑΡΙΑ – ΧΑΡΑΛΑΜΠΙΔΟΥ ΠΟΛΑ – ΘΕΜΙΣΤΟΚΛΕΟΥΣ ΓΡ – ΑΝΤΩΝΙΟΥ ΠΕΤΡΟΣ – ΑΓΑΘΑΓΓΕΛΟΥ ΒΟΥΛΑ
ΚΡΙΤΕΣ ΑΦΙΞΕΩΝ: ΧΑΡΑΛΑΜΠΟΥΣ ΑΘΗΝΑ –ΓΙΑΓΚΟΥ ΜΑΡΙΑ – ΠΟΛΥΒΙΟΥ ΠΩΛΙΝΑ - ΜΟΥΣΚΟΥ ΔΩΡΑ – ΓΕΩΡΓΙΑΔΟΥ ΜΑΡΙΑ – ΑΛΕΞΑΝΔΡΟΥ ΜΑΡΙΝΑ
ΤΡΙΠΛΟΥΝ : ΠΙΤΤΑΚΑΣ ΧΑΡΑΛΑΜΠΟΣ – ΑΝΔΡΕΟΥ ΕΛΕΥΘΕΡΙΑ
ΜΗΚΟΣ : ΙΟΡΔΑΝΟΥΣ ΙΟΡΔΑΝΗΣ – ΑΝΤΩΝΙΟΥ ΣΤΕΛΛΑ
ΥΨΟΣ: ΠΑΠΑΔΟΠΟΥΛΟΣ ΑΝΔΡΕΑΣ – ΞΕΝΟΦΩΝΤΟΣ ΞΕΝΙΟΣ
ΑΛΜΑ ΕΠΙ ΚΟΝΤΩ: ΑΧΝΙΩΤΗΣ ΝΙΚΟΣ – ΚΩΝΣΤΑΝΤΙΝΙΔΟΥ ΔΕΝΑ
ΣΦΑΙΡΟΒΟΛΙΑ: ΠΑΛΟΥΚΗΣ ΗΛΙΑΣ – ΠΑΠΑΝΤΩΝΙΟΥ ΑΦΡΟΔΙΤΗ
ΔΙΣΚΟΒΟΛΙΑ: ΚΟΥΠΕΠΙΔΗΣ ΚΛΕΑΝΘΗΣ – ΚΟΥΜΝΑ ΑΙΜΙΛΙΑ
ΣΦΥΡΟΒΟΛΙΑ: ΣΠΥΡΙΔΗΣ ΒΑΣΟΣ – ΑΛΕΞΑΝΔΡΟΥ ΧΡΙΣΤΙΝΑ
ΑΚΟΝΤΙΣΜΟΥ: ΦΩΤΙΟΥ ΜΙΧΑΛΗΣ – ΙΩΑΝΝΟΥ ΒΑΣΙΛΙΚΗ
ΣΤΡΟΦΩΝ-ΕΜΠΟΔΙΩΝ: ΚΟΥΠΕΠΙΔΗΣ Κ., ΞΕΝΟΦΩΝΤΟΣ Ξ, ΠΑΠΑΔΟΠΟΥΛΟΣ Α, ΟΙΚΟΝΟΜΙΔΗΣ Σ, ΤΣΟΛΑΚΗΣ Α, ΙΩΑΝΝΟΥ Γ.
ΑΛΛΑΓΕΣ ΣΚΥΤΑΛΟΔΡΟΜΙΑΣ: ΚΟΥΠΕΠΙΔΗΣ Κ., ΞΕΝΟΦΩΝΤΟΣ Ξ, ΠΑΠΑΔΟΠΟΥΛΟΣ Α, ΟΙΚΟΝΟΜΙΔΗΣ Σ, ΤΣΟΛΑΚΗΣ Α, ΙΩΑΝΝΟΥ Γ.
ΟΜΑΔΑ ΕΡΓΑΣΙΑΣ: ΙΩΑΝΝΟΥ ΓΙΑΝΝΑΚΗΣ ΤΣΟΛΑΚΗΣ ΑΝΤΩΝΗΣ ΚΑΙ ΟΜΑΔΑ ΜΑΘΗΤΩΝ ΛΑΝΙΤΕΙΟΥ ΓΥΜΝΑΣΙΟΥ

ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ 1^{ΗΣ} ΜΕΡΑΣ 12/3/2026 ΠΕΜΠΤΗ

ΩΡΑ	ΔΡΟΜΟΙ	ΑΛΜΑΤΑ	ΡΙΨΕΙΣ
8.00	ΕΛΕΓΧΟΣ ΤΑΥΤΟΤΗΤΩΝ		
9:00	100Μ ΕΜΠ Θ	ΜΗΚΟΣ Θ	ΣΦΑΙΡΟΒΟΛΙΑ Θ
9:15	110Μ ΕΜΠ Α		ΔΙΣΚΟΒΟΛΙΑ Θ
9:35	100Μ Θ. ΠΡΟΚΡ.		ΣΦΥΡΟΒΟΛΙΑ Α+Θ
9:50	100Μ Α. ΠΡΟΚΡ.		
10:10	200Μ Θ. ΠΡΟΚΡ.		
10:25	200Μ Α. ΠΡΟΚΡ.		
10:45	400Μ Θ	ΜΗΚΟΣ Α	
10:55	400Μ Α		ΔΙΣΚΟΒΟΛΙΑ Α
11:15	1500Μ Θ		ΣΦΑΙΡΟΒΟΛΙΑ Α
11.40	1500Μ Α		
11.55	100Μ Θ. ΤΕΛΙΚΟΣ		
12.00	100Μ Α ΤΕΛΙΚΟΣ		
12:10	200Μ Θ. ΤΕΛΙΚΟΣ		
12:15	200Μ Α ΤΕΛΙΚΟΣ		

ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ 2^{ΗΣ} ΜΕΡΑΣ 13/3/2026 ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ

ΩΡΑ	ΔΡΟΜΟΙ	ΑΛΜΑΤΑ	ΡΙΨΕΙΣ
8.00	ΕΛΕΓΧΟΣ ΤΑΥΤΟΤΗΤΩΝ		
9:00	400Μ ΕΜΠ Θ	ΕΠΙ ΚΟΝΤΩ Α + Θ ΥΨΟΣ Α+Θ	ΑΚΟΝΤΙΣΜΟΣ Θ
9:10	400Μ ΕΜΠ Α	ΤΡΙΠΛΟΥΝ Θ	
9:30	800Μ Θ		
9:40	800Μ Α		
9:50	2000Μ ΣΤΙΠΛ Θ		ΑΚΟΝΤΙΣΜΟΣ Α
10:10	2000Μ ΣΤΙΠΛ Θ	ΤΡΙΠΛΟΥΝ Α	
10:25	3000 Θ		
10:45	3000 Α		
11:10	4Χ100Μ Θ		
11:25	4Χ100Μ Α		
11:40	4Χ400Μ Θ		
11:55	4Χ400Μ Α		

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 100Μ ΑΡ ΚΑΙ ΘΗΛ ΓΥΜ ΚΑΙ 200Μ 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