

ΠΕΡΙΦΕΡΕΙΑΚΟΙ ΣΤΙΒΟΥ ΓΥΜΝΑΣΙΩΝ

ΛΑΝΙΤΕΙΟ ΣΤΑΔΙΟ

ΕΛΛΑΝΟΔΙΚΟΣ ΕΠΙΤΡΟΠΗ

1. Ε.Μ.Ε. ΦΥΣΙΚΗΣ ΑΓΩΓΗΣ
2. ΜΑΡΙΑ ΗΡΟΔΟΤΟΥ Δ/ΝΤΡΙΑ ΛΑΝΙΤΕΙΟΥ ΓΥΜΝΑΣΙΟΥ
3. ΧΡΥΣΟΣΤΟΜΟΥ ΛΟΙΖΟΣ Β.Δ., ΧΑΤΖΗΝΙΚΟΛΑΟΥ ΝΙΚΟΣ, ΕΠΟΠΤΕΣ ΑΘΛΗΤΙΚΟΥ ΣΧΟΛΕΙΟΥ
4. ΑΘΛΗΤΙΚΗ ΣΥΝΤΟΝΙΣΤΙΚΗ ΛΕΜΕΣΟΥ

ΑΛΥΤΑΡΧΗΣ :	ΧΡΥΣΟΣΤΟΜΟΥ Α ΒΔ
ΓΥΜΝΑΣΙΑΡΧΟΣ :	ΠΑΠΑΣΑΒΒΑΣ ΑΝΔΡΕΑΣ
ΕΚΦΩΝΗΤΗΣ :	ΞΕΝΟΦΩΝΤΟΣ ΑΘΩΣ
ΕΦΟΡΟΙ ΑΓΩΝΙΣΜΑΤΩΝ	
ΕΦΟΡΟΣ ΔΡΟΜΩΝ :	ΙΩΑΝΝΟΥ ΓΙΑΝΝΑΚΗΣ – ΚΑΡΑΓΙΑΝΝΑΣ ΑΝΤΩΝΗΣ
ΕΦΟΡΟΣ ΑΦΙΞΗΣ:	ΣΧΟΙΝΑΣ ΑΝΔΡΕΑΣ
ΧΡΟΝΟΜΕΤΡΩΝ:	ΕΥΡΙΠΙΔΟΥ ΝΙΚΟΣ
ΑΛΜΑΤΟΣ ΣΕ ΜΗΚΟΣ:	ΠΙΤΣΙΑΤΑΡΗΣ ΠΑΝΑΓΙΩΤΗΣ ΒΔ
ΑΛΜΑΤΟΣ ΤΡΙΠΛΟΥΝ:	ΑΓΑΠΙΟΥ ΗΛΙΑΣ ΒΔ
ΑΛΜΑΤΟΣ ΣΕ ΥΨΟΣ:	ΠΟΥΛΛΑΚΟΥ ΕΛΕΝΑ
ΑΛΜΑΤΟΣ ΕΠΙ ΚΟΝΤΩ:	ΤΗΛΕΜΑΧΟΥ ΗΡΟΔΟΤΟΣ
ΣΦΑΙΡΟΒΟΛΙΑΣ:	ΤΕΛΩΝΗ ΕΛΕΝΗ
ΔΙΣΚΟΒΟΛΙΑΣ:	ΟΝΗΣΙΦΟΡΟΥ ΧΡΙΣΤΟΣ
ΑΚΟΝΤΙΣΜΟΥ:	ΟΝΗΣΙΦΟΡΟΥ ΧΡΙΣΤΟΣ
ΣΦΥΡΟΒΟΛΙΑΣ:	ΑΡΑΒΗΣ ΧΡΙΣΤΟΣ
ΑΦΕΤΗΣ:	ΧΡΙΣΤΟΦΗ ΧΡΙΣΤΑΚΗΣ
ΑΝΑΚΛΗΣΗΣ:	ΤΣΟΛΑΚΗΣ ΑΝΤΩΝΗΣ
ΑΙΘ.ΚΛΗΣΕΩΣ:	ΒΥΡΩΝΟΣ ΧΡΙΣΤΟΣ – ΠΕΤΡΙΔΗΣ ΔΗΜΗΤΡΗΣ
ΥΛΙΚΟΥ:	ΔΙΑΧΕΙΡΙΣΤΕΣ ΣΧΟΛΙΚΗΣ ΕΦΟΡΙΑΣ
ΤΑΞΕΩΣ:	ΠΑΝΑΓΗ ΓΙΑΝΝΑΚΗΣ
ΓΡΑΜΜΑΤΕΙΑ - ΑΠΟΝΟΜΕΣ:	ΝΕΑΡΧΟΥ ΜΑΡΙΑ - ΒΑΣΙΛΕΙΟΥ ΛΙΖΑ– ΑΝΤΩΝΙΟΥ ΠΕΤΡΟΣ
ΚΡΙΤΕΣ ΑΓΩΝΙΣΜΑΤΩΝ	
ΧΡΟΝΟΜΕΤΡΕΣ:	ΖΑΓΚΥΛΟΣ ΓΙΩΡΓΟΣ – ΓΕΡΜΑΝΟΥ ΜΕΛΙΝΑ – ΓΕΩΡΓΙΑΔΟΥ ΜΑΡΙΑ - ΔΗΜΗΤΡΙΟΥ ΜΑΙΡΗ -- ΓΕΩΡΓΙΟΥ ΜΑΡΙΑ - ΘΕΟΚΛΗΤΟΥ ΔΗΜΗΤΡΑ
ΚΡΙΤΕΣ ΑΦΙΞΕΩΝ:	ΧΑΡΑΛΑΜΠΟΥΣ ΑΘΗΝΑ –ΓΕΩΡΓΙΟΥ ΚΩΝΣΤΑΝΤΙΝΟΣ– ΠΟΛΥΒΙΟΥ ΠΩΛΙΝΑ - ΚΡΑΣΙΑ ΧΛΟΗ - ΑΓΑΘΑΓΕΛΟΥ ΒΟΥΛΑ – ΙΩΑΝΝΟΥ ΜΑΡΙΑ
ΤΡΙΠΛΟΥΝ :	ΠΑΠΑΔΟΠΟΥΛΟΣ ΙΩΑΝΝΗΣ – ΑΝΔΡΕΟΥ ΕΛΕΥΘΕΡΙΑ
ΜΗΚΟΣ :	ΚΛΕΑΝΘΟΥΣ ΧΡΙΣΤΟΣ - ΠΑΠΑΔΟΠΟΥΛΟΣ ΑΝΔΡΕΑΣ
ΥΨΟΣ:	ΠΑΠΑΔΟΠΟΥΛΟΣ ΑΝΔΡΕΑΣ
ΑΛΜΑ ΕΠΙ ΚΟΝΤΩ:	ΑΧΝΙΩΤΗΣ ΝΙΚΟΣ – ΑΛΕΞΑΝΔΡΟΥ ΧΡΙΣΤΙΝΑ
ΣΦΑΙΡΟΒΟΛΙΑ:	ΠΑΛΟΥΚΗΣ ΗΛΙΑΣ – ΞΕΝΟΦΩΝΤΟΣ ΞΕΝΙΟΣ
ΔΙΣΚΟΒΟΛΙΑ:	ΑΡΑΒΗΣ ΧΡΙΣΤΟΣ – ΚΟΥΜΝΑ ΑΙΜΙΛΙΑ
ΣΦΥΡΟΒΟΛΙΑ:	ΑΛΕΞΑΝΔΡΟΥ ΑΛΕΞΑΝΔΡΟΣ – ΣΤΑΥΡΟΥ ΓΕΝΕΘΛΗΣ (ΑΘΛ)
ΑΚΟΝΤΙΣΜΟΥ:	ΑΙΠΑΥΛΙΤΗΣ ΔΗΜΗΤΡΗΣ – ΕΥΑΓΟΡΟΥ ΓΙΩΡΓΟΣ
ΣΤΡΟΦΩΝ-ΕΜΠΟΔΙΩΝ:	ΠΕΤΡΙΔΗΣ Δ., ΕΥΑΓΟΡΟΥ ΓΙΩΡΓΟΣ., ΟΝΗΣΙΦΟΡΟΥ Χ, ΠΑΠΑΔΟΠΟΥΛΟΣ Α
ΑΛΛΑΓΕΣ ΣΚΥΤΑΛΟΔΡΟΜΙΑΣ:	ΠΕΤΡΙΔΗΣ Δ, ΕΥΑΓΟΡΟΥ ΓΙΩΡΓΟΣ, ΟΝΗΣΙΦΟΡΟΥ Χ, ΠΑΠΑΔΟΠΟΥΛΟΣ Α
ΟΜΑΔΑ ΕΡΓΑΣΙΑΣ:	ΠΑΝΑΓΗ ΓΙΑΝΝΑΚΗΣ ΚΑΙ ΟΜΑΔΑ ΜΑΘΗΤΩΝ ΛΑΝΙΤΕΙΟΥ ΓΥΜΝΑΣΙΟΥ

ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ 1^{ΗΣ} ΜΕΡΑΣ 19/3/2025 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 20/3/2025 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.