

Α.Σ.Ι.Σ ΑΓΩΝΕΣ ΚΟΛΥΜΒΗΣΗΣ

ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ-ΓΥΜΝΑΣΙΟΥ

Ώρα Προθέρμανσης – Συμμετοχές - Αλλαγές 08:30 – 08:50

Ώρα	Αγώνισμα	Κατηγορία
09:00 – 09:10	50μ Ελεύθερο	Μαθητριών
09:10 – 09:20	50μ Ελεύθερο	Μαθητών
09:20 – 09:30	50μ Ύψιο	Μαθητριών
09:30 – 09:40	50μ Ύψιο	Μαθητών
09:40 – 09:50	50μ Πρόσθιο	Μαθητριών
09:50 – 10:00	50μ Πρόσθιο	Μαθητών
10:00 – 10:10	50μ Πεταλούδα	Μαθητριών
10:10 – 10:20	50μ Πεταλούδα	Μαθητών
10:20 – 10:30	200μ Μικτή Ατομική	Μαθητριών
10:30 – 10:40	200μ Μικτή Ατομική	Μαθητών
10:40 – 10:50	200μ Ελεύθερο	Μαθητριών
10:50 – 11:00	200μ Ελεύθερο	Μαθητών
11:00 – 11:10	4×50μ Ελεύθερη Σκυταλοδρομία	Μαθητριών
11:10 – 11:20	4×50μ Ελεύθερη Σκυταλοδρομία	Μαθητών
11:20 – 11:30	4×50μ Μικτή Σκυταλοδρομία	Μαθητριών
11:30 – 11:40	4×50μ Μικτή Σκυταλοδρομία	Μαθητών
11:40 – 11:50	Απονομές	Γυμνάσιο

ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ - ΛΥΚΕΙΟΥ

Ώρα Προθέρμανσης - Συμμετοχές - Αλλαγές 11:50 - 12:15

12:20 - 12:30	50μ Ελεύθερο	Μαθητριών
12:30 - 12:40	50μ Ελεύθερο	Μαθητών
12:40 - 12:50	50μ Ύπτιο	Μαθητριών
12:50 - 13:00	50μ Ύπτιο	Μαθητών
13:00 - 13:10	50μ Πρόσθιο	Μαθητριών
13:10 - 13:20	50μ Πρόσθιο	Μαθητών
13:20 - 13:30	50μ Πεταλούδα	Μαθητριών
13:30 - 13:40	50μ Πεταλούδα	Μαθητών
13:40 - 13:50	200μ Μικτή Ατομική	Μαθητριών
13:50 - 14:00	200μ Μικτή Ατομική	Μαθητών
14:00 - 14:10	200μ Ελεύθερο	Μαθητριών
14:10 - 14:20	200μ Ελεύθερο	Μαθητών
14:20 - 14:30	4×50μ Ελεύθερη Σκυταλοδρομία	Μαθητριών
14:30 - 14:40	4×50μ Ελεύθερη Σκυταλοδρομία	Μαθητών
14:40 - 14:50	4×50μ Μικτή Σκυταλοδρομία	Μαθητριών
14:50 - 15:00	4×50μ Μικτή Σκυταλοδρομία	Μαθητών
15:00 - 15:10	Απονομές	Λύκειο