**ΝΕΟ ΩΡΟΛΟΓΙΟ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ**

**ΠΡΩΪ**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **ΩΡΑ** | **ΔΡΟΜΟΙ** | **ΑΛΜΑΤΑ** | **ΡΙΨΕΙΣ** |
| **09:00** | 50μ. Κ12 ΑΓΟΡΙΑ  (158) | ΑΛΜΑ ΣΕ ΥΨΟΣ Κ16-Κ14 ΚΟΡΙΤΣΙΑ  ΑΛΜΑ ΣΕ ΜΗΚΟΣ Κ12 ΚΟΡΙΤΣΙΑ (50)  ΑΛΜΑ ΕΠΙ ΚΟΝΤΩ Κ16 ΑΓΟΡΙΑ | ΣΦΑΙΡΟΒΟΛΙΑ Κ14 ΑΓΟΡΙΑ |
| **09:20** |  |  |  |
| **09:45** | 50μ. Κ12 ΚΟΡΙΤΣΙΑ  (255) | ΑΛΜΑ ΣΕ ΜΗΚΟΣ Κ12 ΑΓΟΡΙΑ (47) |  |
| **09:55** |  |  | ΣΦΑΙΡΟΒΟΛΙΑ Κ14 ΚΟΡΙΤΣΙΑ΄ |
| **10:30** | 60μ. Κ14 ΑΓΟΡΙΑ  (146) | ΑΛΜΑ ΣΕ ΜΗΚΟΣ Κ14 ΚΟΡΙΤΣΙΑ (114) |  |
| **11:15** | 60μ. Κ14 ΚΟΡΙΤΣΙΑ  (283) |  |  |
| **11:25** |  |  | ΣΦΑΙΡΟΒΟΛΙΑ Κ16 ΑΓΟΡΙΑ |
| **11:40** |  | ΑΛΜΑ ΕΠΙ ΚΟΝΤΩ Κ16 ΚΟΡΙΤΣΙΑ |  |
| **12:05** | 60μ. Κ16 ΑΓΟΡΙΑ  (67) |  |  |
| **12:15** |  | ΑΛΜΑ ΣΕ ΥΨΟΣ Κ16-Κ14 ΑΓΟΡΙΑ  ΑΛΜΑ ΣΕ ΜΗΚΟΣ Κ14 ΑΓΟΡΙΑ (59) |  |
| **12:35** | 60μ. Κ16 ΚΟΡΙΤΣΙΑ  (109) |  |  |
| **12:45** |  |  | ΣΦΑΙΡΟΒΟΛΙΑ Κ16 ΚΟΡΙΤΣΙΑ |
| **13:05** | 60μ. Εμπόδια Κ14 ΚΟΡΙΤΣΙΑ | ΑΛΜΑ ΣΕ ΜΗΚΟΣ Κ16 ΑΓΟΡΙΑ (32) |  |
| **13:15** | 60μ. Εμπόδια Κ14 ΑΓΟΡΙΑ |  |  |
| **13:25** | 60μ. Εμπόδια Κ16 ΚΟΡΙΤΣΙΑ |  |  |
| **13:35** | 60μ. Εμπόδια Κ16 ΑΓΟΡΙΑ |  |  |
| **13:50** | 150 Κ16 ΑΓΟΡΙΑ |  |  |
| **14:00** | 150 Κ16 ΚΟΡΙΤΣΙΑ | ΑΛΜΑ ΤΕΤΡΑΠΛΟΥΝ Κ16 ΚΟΡΙΤΣΙΑ (38) |  |

**ΩΡΟΛΟΓΙΟ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ**

**ΑΠΟΓΕΥΜΑ**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **ΩΡΑ** | **ΔΡΟΜΟΙ** | **ΑΛΜΑΤΑ** | **ΡΙΨΕΙΣ** |
| **16:00** |  | ΑΛΜΑ ΤΡΙΠΛΟΥΝ Κ18-Κ20 & ΑΝΔΡΩΝ  ΑΛΜΑ ΕΠΙ ΚΟΝΤΩ Κ18-Κ20 & ΓΥΝΑΙΚΩΝ |  |
| **16:30** | 60μ. Εμπόδια Κ18 ΓΥΝΑΙΚΩΝ | ΑΛΜΑ ΣΕ ΥΨΟΣ Κ18-Κ20 & ΑΝΔΡΩΝ | ΣΦΑΙΡΟΒΟΛΙΑ Κ18 ΓΥΝΑΙΚΕΣ |
| **16:40** | 60μ. Εμπόδια Κ20 & ΓΥΝΑΙΚΩΝ |  |  |
| **16:50** | 60μ. Εμπόδια Κ18 ΑΝΔΡΩΝ |  |  |
| **17:00** | 60μ. Εμπόδια Κ20 ΑΝΔΡΩΝ |  |  |
| **17:10** | 60μ. Εμπόδια ΑΝΔΡΩΝ | ΑΛΜΑ ΤΡΙΠΛΟΥΝ Κ18-Κ20 & ΓΥΝΑΙΚΩΝ |  |
| **17:25** | 60μ. Κ18 ΑΝΔΡΩΝ |  | ΣΦΑΙΡΟΒΟΛΙΑ Κ20 & ΓΥΝΑΙΚΩΝ |
| **17:40** |  |  |  |
| **17:50** | 60μ. Κ18 ΓΥΝΑΙΚΩΝ |  |  |
| **18:00** |  | ΑΛΜΑ ΣΕ ΥΨΟΣ Κ18-Κ20 & ΓΥΝΑΙΚΩΝ  ΑΛΜΑ ΕΠΙ ΚΟΝΤΩ Κ18-Κ20 & ΑΝΔΡΩΝ |  |
| **18:10** | 60μ. Κ20 & ΓΥΝΑΙΚΩΝ |  | ΣΦΑΙΡΟΒΟΛΙΑ Κ18 & ΑΝΔΡΩΝ |
| **18:25** | 60μ. Κ20 & ΑΝΔΡΩΝ |  |  |
| **18:30** |  | ΑΛΜΑ ΣΕ ΜΗΚΟΣ Κ18-Κ20 & ΓΥΝΑΙΚΩΝ |  |
| **18:45** | 150μ. ΓΥΝΑΙΚΩΝ |  |  |
| **19:00** | 150μ. Κ20 ΓΥΝΑΙΚΩΝ |  | ΣΦΑΙΡΟΒΟΛΙΑ ΑΝΔΡΩΝ |
| **19:15** | 150μ. Κ18 ΓΥΝΑΙΚΩΝ |  |  |
| **19:30** | 150μ. ΑΝΔΡΩΝ | ΑΛΜΑ ΣΕ ΜΗΚΟΣ Κ18-Κ20 & ΑΝΔΡΩΝ |  |
| **19:45** | 150μ. Κ20 ΑΝΔΡΩΝ |  | ΣΦΑΙΡΟΒΟΛΙΑ Κ20 ΑΝΔΡΩΝ |
| **20:00** | 150μ. Κ18 ΑΝΔΡΩΝ |  |  |