

ΝΕΟ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ / 01.08.2025

ΣΤΟΙΧΙΜΑΝ ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΟ ΠΡΩΤΑΘΛΗΜΑ ΣΤΙΒΟΥ ΑΝΔΡΩΝ – ΓΥΝΑΙΚΩΝ & Κ23

ΒΟΛΟΣ, ΠΑΝΘΕΣΣΑΛΙΚΟ ΣΤΑΔΙΟ, ΣΑΒΒΑΤΟ, 2 ΑΥΓΟΥΣΤΟΥ 2025

ΠΡΩΪΝΟ ΩΡΟΛΟΓΙΟ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ

ΩΡΑ ΕΝΑΡΞΗΣ	ΑΓΩΝΙΣΜΑ	Α/Γ	Προκριματικός/ Τελικός	ΠΑΡΑΤΗΡΗΣΕΙΣ
08:30	ΣΦΥΡΟΒΟΛΙΑ	Α	Προκριματικός	Όριο: 60,50μ. - Βοηθητικό
08:30	ΑΛΜΑ ΤΡΙΠΛΟΥΝ	Γ	Προκριματικός 1 ^ο	Όριο: 12,20μ.
09:00	ΔΙΣΚΟΒΟΛΙΑ	Γ	Προκριματικός	Όριο: 41,00μ. – Κεντρικό Στάδιο
09:00	ΑΛΜΑ ΕΠΙ ΚΟΝΤΩ	Α	Προκριματικός 2 Group	Όριο: 4,80μ.
09:00	110μ. με Εμπόδια	Α	Προκριματικές Σειρές	
09:25	100μ. με Εμπόδια	Γ	Προκριματικές Σειρές	
09:30	ΑΛΜΑ ΣΕ ΥΨΟΣ	Γ	Προκριματικός 2 Group	Όριο: 1,70μ.
09:45	ΑΛΜΑ ΤΡΙΠΛΟΥΝ	Γ	Προκριματικός 2 ^ο	Όριο: 12,20μ.
09:55	400μ.	Γ	Προκριματικές Σειρές	
10:20	400μ.	Α	Προκριματικές Σειρές	
10:30	ΣΦΑΙΡΟΒΟΛΙΑ	Α	Προκριματικός	Όριο: 15,90μ. - Βοηθητικό
10:45	ΑΚΟΝΤΙΣΜΟΣ	Γ	Προκριματικός	Όριο: 44,00μ. - Κεντρικό Στάδιο
10:45	ΑΛΜΑ ΤΡΙΠΛΟΥΝ	Α	Προκριματικός 1 ^ο	Όριο: 15,00μ.
11:10	100μ.	Γ	Προκριματικές Σειρές	
11:45	ΑΛΜΑ ΤΡΙΠΛΟΥΝ	Α	Προκριματικός 2 ^ο	Όριο: 15,00μ.
11:50	100μ.	Α	Προκριματικές Σειρές	

ΑΠΟΓΕΥΜΑΤΙΝΟ ΩΡΟΛΟΓΙΟ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ

18:15	ΔΙΣΚΟΒΟΛΙΑ	Γ	ΤΕΛΙΚΟΣ	Κεντρικό Στάδιο
18:45	ΑΛΜΑ ΤΡΙΠΛΟΥΝ	Γ	ΤΕΛΙΚΟΣ	
18:55	ΑΛΜΑ ΕΠΙ ΚΟΝΤΩ	Α	ΤΕΛΙΚΟΣ	
19:00	100μ.	Γ	ΤΕΛΙΚΗ ΣΕΙΡΑ 1	
19:05	ΣΦΥΡΟΒΟΛΙΑ	Α	ΤΕΛΙΚΟΣ	Βοηθητικό Στάδιο
19:10	100μ.	Α	ΤΕΛΙΚΗ ΣΕΙΡΑ 1	
19:15	ΑΛΜΑ ΣΕ ΥΨΟΣ	Γ	ΤΕΛΙΚΟΣ	
19:20	ΣΦΑΙΡΟΒΟΛΙΑ	Α	ΤΕΛΙΚΟΣ	Κεντρικό Στάδιο
19:35	110μ. με Εμπόδια	Α	ΤΕΛΙΚΟΣ	
19:45	100μ. με Εμπόδια	Γ	ΤΕΛΙΚΟΣ	
20:00	100μ.	Γ	ΤΕΛΙΚΗ ΣΕΙΡΑ 2	
20:10	100μ.	Α	ΤΕΛΙΚΗ ΣΕΙΡΑ 2	
20:15	ΑΚΟΝΤΙΣΜΟΣ	Γ	ΤΕΛΙΚΟΣ	Κεντρικό Στάδιο

20:20	400μ.	Γ	ΤΕΛΙΚΟΣ	
20:25	ΑΛΜΑ ΤΡΙΠΛΟΥΝ	Α	ΤΕΛΙΚΟΣ	
20:30	400μ.	Α	ΤΕΛΙΚΟΣ	
20:40	3.000μ. με Φ.Ε.	Α	ΤΕΛΙΚΟΣ	
21:00	3.000μ. με Φ.Ε.	Γ	ΤΕΛΙΚΟΣ	
21:20	1500μ.	Γ	ΤΕΛΙΚΗ ΣΕΙΡΑ 1	
21:30	1500μ.	Α	ΤΕΛΙΚΗ ΣΕΙΡΑ 1	
21:40	1500μ.	Γ	ΤΕΛΙΚΗ ΣΕΙΡΑ 2	
21:50	1500μ.	Α	ΤΕΛΙΚΗ ΣΕΙΡΑ 2	
22:10	4 X 100μ.	Γ	ΤΕΛΙΚΗ ΣΕΙΡΑ 1	
22:19	4 X 100μ.	Γ	ΤΕΛΙΚΗ ΣΕΙΡΑ 2	
22:28	4 X 100μ.	Γ	ΤΕΛΙΚΗ ΣΕΙΡΑ 3	
22:40	4 X 100μ.	Α	ΤΕΛΙΚΗ ΣΕΙΡΑ 1	
22:49	4 X 100μ.	Α	ΤΕΛΙΚΗ ΣΕΙΡΑ 2	
22:58	4 X 100μ.	Α	ΤΕΛΙΚΗ ΣΕΙΡΑ 3	

ΝΕΟ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ / 30.07.2025

ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΟ ΠΡΩΤΑΘΛΗΜΑ ΣΤΙΒΟΥ ΑΝΔΡΩΝ – ΓΥΝΑΙΚΩΝ & Κ23

ΒΟΛΟΣ, ΠΑΝΘΕΣΣΑΛΙΚΟ ΣΤΑΔΙΟ, ΚΥΡΙΑΚΗ, 3 ΑΥΓΟΥΣΤΟΥ 2025

ΠΡΩΪΝΟ ΩΡΟΛΟΓΙΟ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ

ΩΡΑ ΕΝΑΡΞΗΣ	ΑΓΩΝΙΣΜΑ	Α/Γ	Προκριματικός/Τελικός	ΠΑΡΑΤΗΡΗΣΕΙΣ
	ΣΦΥΡΟΒΟΛΙΑ	Γ	Προκριματικός	Όριο: 48,00μ. – Βοηθητικό
	ΑΛΜΑ ΕΠΙ ΚΟΝΤΩ	Γ	Προκριματικός	Όριο: 3,70μ.
	ΑΛΜΑ ΣΕ ΥΨΟΣ	Α	Προκριματικός 2-Group	Όριο: 2,00μ.
08:30	ΔΙΣΚΟΒΟΛΙΑ	Α	Προκριματικός	Όριο: 47,60μ. – Κεντρικό
08:30	ΑΛΜΑ ΣΕ ΜΗΚΟΣ	Γ	Προκριματικός 1 ^ο	Όριο: 5,80μ.
09:00	800μ.	Γ	Προκριματικές Σειρές	
09:20	800μ.	Α	Προκριματικές Σειρές	
09:45	ΑΛΜΑ ΣΕ ΜΗΚΟΣ	Γ	Προκριματικός 2 ^ο	Όριο: 5,80μ.
09:50	400μ. με Εμπόδια	Γ	Προκριματικές Σειρές	
10:15	ΣΦΑΙΡΟΒΟΛΙΑ	Γ	Προκριματικός	Όριο: 12,50μ. - Βοηθητικό
10:15	400μ. με Εμπόδια	Α	Προκριματικές Σειρές	
10:45	200μ.	Γ	Προκριματικές Σειρές	
10:45	ΑΚΟΝΤΙΣΜΟΣ	Α	Προκριματικός	Όριο: 62,00μ. – Κεντρικό

10:45	ΑΛΜΑ ΣΕ ΜΗΚΟΣ	A	Προκριματικός 1^ο	Όριο: 7,40μ.
11:25	200μ.	A	Προκριματικές Σειρές	
11:45	ΑΛΜΑ ΣΕ ΜΗΚΟΣ	A	Προκριματικός 2^ο	Όριο: 7,40μ.

ΑΠΟΓΕΥΜΑΤΙΝΟ ΩΡΟΛΟΓΙΟ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ

18:15	ΔΙΣΚΟΒΟΛΙΑ	A	ΤΕΛΙΚΟΣ	Κεντρικό Στάδιο
18:40	ΑΛΜΑ ΕΠΙ ΚΟΝΤΩ	Γ	ΤΕΛΙΚΟΣ	
18:45	ΑΛΜΑ ΣΕ ΜΗΚΟΣ	Γ	ΙΚΟΣ	
19:05	200μ.	Γ	ΤΕΛΙΚΗ ΣΕΙΡΑ 1	
19:10	ΑΛΜΑ ΣΕ ΥΨΟΣ	A	ΤΕΛΙΚΟΣ	
19:10	ΣΦΥΡΟΒΟΛΙΑ	Γ	ΤΕΛΙΚΟΣ	Βοηθητικό Στάδιο
19:15	200μ.	A	ΤΕΛΙΚΗ ΣΕΙΡΑ 1	
19:20	ΣΦΑΙΡΟΒΟΛΙΑ	Γ	ΤΕΛΙΚΟΣ	Κεντρικό Στάδιο
19:35	400μ. με Εμπόδια	Γ	ΤΕΛΙΚΟΣ	
19:45	400μ. με Εμπόδια	A	ΤΕΛΙΚΟΣ	
19:55	200μ.	Γ	ΤΕΛΙΚΗ ΣΕΙΡΑ 2	
20:05	200μ.	A	ΤΕΛΙΚΗ ΣΕΙΡΑ 2	
20:15	800μ.	Γ	ΤΕΛΙΚΟΣ	
20:20	ΑΛΜΑ ΣΕ ΜΗΚΟΣ	A	ΤΕΛΙΚΟΣ	
20:20	ΑΚΟΝΤΙΣΜΟΣ	A	ΤΕΛΙΚΟΣ	Κεντρικό Στάδιο
20:25	800μ.	A	ΤΕΛΙΚΟΣ	
20:35	5.000μ.	Γ	ΤΕΛΙΚΟΣ	
21:05	5.000μ.	A	ΤΕΛΙΚΗ ΣΕΙΡΑ 1	
21:25	4 X 400μ.	Γ	ΤΕΛΙΚΗ ΣΕΙΡΑ 1	
21:34	4 X 400μ.	Γ	ΤΕΛΙΚΗ ΣΕΙΡΑ 2	
21:45	4 X 400μ.	A	ΤΕΛΙΚΗ ΣΕΙΡΑ 1	
21:54	4 X 400μ.	A	ΤΕΛΙΚΗ ΣΕΙΡΑ 2	
22:05	5.000μ.	A	ΤΕΛΙΚΗ ΣΕΙΡΑ 2	Εφ' όσον απαιτηθεί