



ΚΟΛΥΜΒΗΤΙΚΟΣ ΟΜΙΛΟΣ ΙΩΑΝΝΙΝΩΝ

2013

Εκμάθηση & Αγωνιστική Κολύμβηση - Τεχνική Κολύμβηση

ΚΟΛΥΜΒΗΤΗΡΙΟ ΙΩΑΝΝΙΝΩΝ-ΙΩΑΝΝΙΝΑ Τ.Κ.45445-ΤΗΛ.26510-26100

4th SWIMMING CUP IOANNINA 2016

... μ μ . μ μ , μ μ
... μ μ 10' μ
μ .

-
- μ μ μ μ
 - , μ .
 - 1. 50 μ.
 - 2. (8) μ
 - 3. μ 26-27 C
 - 4. μ (CO)
 - 5. μ
 - (2) μ (3)
 - μ , .

- | | | | : | |
|----|----|------|---|---------------|
| 1. | 23 | 2016 | μ | 10:00 - 11:00 |
| 2. | 23 | 2016 | μ | 16:45 - 18:15 |
| 3. | 24 | 2016 | μ | 09:00 - 10:00 |

(9-10-11-12)

- | | | | | | | |
|---|----------|-----|---|---|---------|---|
| • | 2006 (10 | (2) | μ | - | 2007 (9 |) |
|---|----------|-----|---|---|---------|---|
- | | | | | | | | |
|---|--|-----|---|----------|---|----------|---|
| • | | (3) | μ | (| 3 |) | - |
| | | | | 2005 (11 |) | 2004 (12 |) |
- | | | | | | | | |
|---|--|---|---|--|------|------|-----|
| • | | | - | | 2007 | 2006 | (1) |
| | | μ | | | | | |
- | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|-----|---|---|
| • | μ | μ | μ | μ | | μ | . |
| | μ | | | | (8 |) | . |
| | μ | μ | μ | μ | μ | μ | , |
| | μ | μ | μ | μ | μ | μ | , |
| | | μ | | | μ | μ | μ |
| | | | μ | | μ | μ | , |
| | | | μ | | μ | μ | . |

(OPEN)
- | | | | | | | | |
|---|---|--|--|--|-----|---|---|
| • | μ | | | | (8 |) | . |
|---|---|--|--|--|-----|---|---|
- | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|----|---|---|
| • | μ | 2 | - | μ | μμ | 3 | μ |
| | | | | | | | . |
- | | | | | | | |
|---|---|-------|--------|----|---|----|
| • | μ | 800μ. | 1500μ. | | μ | 16 |
| | | μ | μ | μμ | | . |
- | | | | | | | |
|---|---|---|---|--|---|---|
| • | μ | μ | μ | | μ | . |
|---|---|---|---|--|---|---|
- | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| • | μ | | μ | μ | μ | μ | , |
| | μ | , | μ | μ | μ | μ | . |
| | | | μ | | | | , |
| | | | μ | | | | μ |

μ

μ

μ

_____.

μ

:

μ

-

μ

6943980229.

23/01/2016

17:45

μμ

μ

(6)

μ

:

-

μ

263 μ.

(3)

-

μ

105 μ

μ (1)

(30)

-

μ

μ

84 μ.

μ (1)

-

μ

3 μ.

(5)

-

μ

375 μ.

(3)

(50)

-

μ

μ

μ

μ

μ

μ

μ

μμ

μ

μ

, μ

μ μ

(0030) 6943980229 / 6979550363

e-mail

koioanninon@yahoo.gr

μ

μ

-

μ

μ

120.000

μ

μ

,

μ

1. μ μ 4 μ . μ
2008-20012 μ μ .
2. , μ ,
μ μ
1995 μ
, μ .
3. μ (1618) μ μ μ μ
μ , μ μ μ μ . μ μ ,
, μ μ μ μ .
4. μ , μ μ μ
μ μ μ μ μ μ ,
6000 μ .
5. μ (1980) , 2000 500
μ .
6. , μ μ μ μ
μ μ μ . ,
7. μ μ , 2 μ μ
μ , μ μ μ μ ,
, μ μ .

4th SWIMMING CUP IOANNINA 2016

, 23/01/2016 (11:00)

- | | | |
|-----------|--------|---|
| 1) 200μ. | 10-12 | & |
| 2) 200μ. | 10-12 | & |
| 3) 50μ. | 9-12 | & |
| 4) 50μ. | 9-12 | & |
| 5) 200μ. | 11-12 | & |
| 6) 200μ. | 11-12 | & |
| 7) 100μ. | 10-12, | & |
| 8) 100μ. | 10-12 | & |
| 9) 200μ | | |
| 10) 200μ | | |
| 11) 800μ | | |
| 12) 1500μ | | |

, 23/01/2016 (18:15)

- | | | |
|----------|-------|---|
| 1) 50μ. | 9-12 | & |
| 2) 50μ. | 9-12 | & |
| 3) 100μ. | 10-12 | & |
| 4) 100μ. | 10-12 | & |
| 5) 200μ. | 11-12 | & |
| 6) 200μ. | 11-12 | & |
| 7) 400μ | 11-12 | & |
| 8) 400μ | 11-12 | & |

- 9) 200μ. . . 10-12 &
- 10) 200μ. . . 10-12 &
- 11) 4 50μ 9-12 & 9-12
- 12) 4 50μ &

', 24/01/2016 (10:00)

- 1) 50μ. 9-12 &
- 2) 50μ. 9-12 &
- 3) 50μ. .9-12 &
- 4) 50μ. 9-12 &
- 5) 100μ. 9-12 &
- 6) 100μ. 9-12 &
- 7) 100μ. 11-12 &
- 8) 100μ. 11-12 &
- 9) 400μ. . .
- 10) 400μ. . .
- 11) 4 50μ μ μ 9-12 & 9-12
- 12) 4 50μ μ μ &