

ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΟΥ ΠΡΩΤΑΘΛΗΜΑΤΟΣ

ΕΦΗΒΩΝ - ΝΕΑΝΙΔΩΝ

26-28 ΙΟΥΛΙΟΥ 2019

Α΄ ΗΜΕΡΑ			
Προκριματικοί			Πρωί 09:00
1	50μ.	Πεταλούδα	Εφήβων
2	50μ.	Πεταλούδα	Νεανίδων
3	100μ.	Πρόσθιο	Εφήβων
4	100μ.	Πρόσθιο	Νεανίδων
5	200μ.	Ελεύθερο	Εφήβων
6	200μ.	Ελεύθερο	Νεανίδων
7	100μ.	Ύπτιο	Εφήβων
8	100μ.	Ύπτιο	Νεανίδων
9	400μ.	Μ.Ατομική	Εφήβων
10	400μ.	Μ.Ατομική	Νεανίδων
11	1500μ.	Ελεύθερο	Εφήβων (αργές σειρές)
12	1500μ.	Ελεύθερο	Νεανίδων (αργές σειρές)

Τελικοί			
			Απόγευμα 18:00
1	50μ.	Πεταλούδα	Εφήβων
2	50μ.	Πεταλούδα	Νεανίδων
3	100μ.	Πρόσθιο	Εφήβων
4	100μ.	Πρόσθιο	Νεανίδων
5	200μ.	Ελεύθερο	Εφήβων
6	200μ.	Ελεύθερο	Νεανίδων
7	100μ.	Ύπτιο	Εφήβων
8	100μ.	Ύπτιο	Νεανίδων
9	400μ.	Μ.Ατομική	Εφήβων
10	400μ.	Μ.Ατομική	Νεανίδων
11	1500μ.	Ελεύθερο	Εφήβων (2 γρήγορες σειρές)
12	1500μ.	Ελεύθερο	Νεανίδων (2 γρήγορες σειρές)
13	4X100μ.	Μ.Ομαδική	Εφήβων (τελικές σειρές)
14	4X100μ.	Μ.Ομαδική	Νεανίδων (τελικές σειρές)

Β΄ ΗΜΕΡΑ			
Προκριματικοί			Πρωί 09:00
1	50μ.	Ύπτιο	Νεανίδων
2	50μ.	Ύπτιο	Εφήβων
3	50μ.	Πρόσθιο	Νεανίδων
4	50μ.	Πρόσθιο	Εφήβων
5	100μ.	Ελεύθερο	Νεανίδων
6	100μ.	Ελεύθερο	Εφήβων
7	200μ.	Πεταλούδα	Νεανίδων
8	200μ.	Πεταλούδα	Εφήβων
9	200μ.	Μ.Ατομική	Νεανίδων
10	200μ.	Μ.Ατομική	Εφήβων
11	800μ.	Ελεύθερο	Νεανίδων (αργές σειρές)
12	800μ.	Ελεύθερο	Εφήβων (αργές σειρές)
13	4X100μ.	Μ.Ομαδική	MIX E-N (τελικές σειρές)

Τελικοί				Απόγευμα 18:00
1	50μ.	Ύπτιο	Νεανίδων	
2	50μ.	Ύπτιο	Εφήβων	
3	50μ.	Πρόσθιο	Νεανίδων	
4	50μ.	Πρόσθιο	Εφήβων	
5	100μ.	Ελεύθερο	Νεανίδων	
6	100μ.	Ελεύθερο	Εφήβων	
7	200μ.	Πεταλούδα	Νεανίδων	
8	200μ.	Πεταλούδα	Εφήβων	
9	200μ.	Μ.Ατομική	Νεανίδων	
10	200μ.	Μ.Ατομική	Εφήβων	
11	800μ.	Ελεύθερο	Νεανίδων	(2 γρήγορες σειρές)
12	800μ.	Ελεύθερο	Εφήβων	(2 γρήγορες σειρές)
13	4X100μ.	Ελεύθερο	Νεανίδων	(τελικές σειρές)
14	4X100μ.	Ελεύθερο	Εφήβων	(τελικές σειρές)

Γ' ΗΜΕΡΑ				Πρωί 09:00
Προκριματικοί				
1	50μ.	Ελεύθερο	Εφήβων	
2	50μ.	Ελεύθερο	Νεανίδων	
3	100μ.	Πεταλούδα	Εφήβων	
4	100μ.	Πεταλούδα	Νεανίδων	
5	400μ.	Ελεύθερο	Εφήβων	
6	400μ.	Ελεύθερο	Νεανίδων	
7	200μ.	Ύπτιο	Εφήβων	
8	200μ.	Ύπτιο	Νεανίδων	
9	200μ.	Πρόσθιο	Εφήβων	
10	200μ.	Πρόσθιο	Νεανίδων	
11	4X100μ.	Ελεύθερο	MIX E-N	

Τελικοί				Απόγευμα 17:00
1	50μ.	Ελεύθερο	Εφήβων	
2	50μ.	Ελεύθερο	Νεανίδων	
3	100μ.	Πεταλούδα	Εφήβων	
4	100μ.	Πεταλούδα	Νεανίδων	
5	400μ.	Ελεύθερο	Εφήβων	
6	400μ.	Ελεύθερο	Νεανίδων	
7	200μ.	Ύπτιο	Εφήβων	
8	200μ.	Ύπτιο	Νεανίδων	
9	200μ.	Πρόσθιο	Εφήβων	
10	200μ.	Πρόσθιο	Νεανίδων	
11	4X200μ.	Ελεύθερο	Εφήβων	(τελικές σειρές)
12	4X200μ.	Ελεύθερο	Νεανίδων	(τελικές σειρές)