

**ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΟ ΠΡΩΤΑΘΛΗΜΑ ΤΡΑΜΠΟΛΙΝΟ  
ΣΥΛΛΟΓΩΝ ΚΑΙ ΑΤΟΜΙΚΟΥ Α-Β-Γ ΚΑΤΗΓΟΡΙΩΝ  
ΚΛΕΙΣΤΟ ΓΥΜΝΑΣΤΗΡΙΟ ΛΟΥΤΡΑΚΙΟΥ  
11-12 ΜΑΪΟΥ 2019**

**Η ΤΕΧΝΙΚΗ ΣΥΣΚΕΨΗ ΘΑ ΠΡΑΓΜΑΤΟΠΟΙΗΘΕΙ ΤΗ ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ 10/5 ΣΤΙΣ 17:00**

| ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ 10/5 - ΠΡΟΠΟΝΗΣΗ |                       |   |   |
|----------------------------|-----------------------|---|---|
|                            | ΤΡΑΜΠΟΛΙΝΟ ΠΡΟΠΟΝΗΣΗΣ | ΤΡΑΜΠΟΛΙΝΟ ΑΓΩΝΑ  | ΔΙΠΛΟ ΜΙΝΙΤΡΑΜΠ   |
| 14:00                      | 14:45                 | ΔΑΣ ΔΡΑΠΕΤΣΩΝΑΣ<br>ΓΑΣ ΑΧΙΛΛΕΑΣ ΓΛΥΦΑΔΑΣ  |   |
| 14:45                      | 15:30                 | ΑΣ ΑΡΙΑΔΝΗ ΠΕΡΙΣΤΕΡΙΟΥ<br>ΣΗΓΑ ΓΥΜΝΑΘΛΟΣ  | ΔΑΣ ΔΡΑΠΕΤΣΩΝΑΣ<br>ΓΑΣ ΑΧΙΛΛΕΑΣ ΓΛΥΦΑΔΑΣ                                    |
| 15:30                      | 16:15                 | ΑΟ ΑΣΤΕΡΑΣ ΠΕΥΚΗΣ<br>ΓΑΣ ΑΛΕΞΑΝΔΡΟΣ<br>ΓΟ ΑΘΛΟΣ ΚΑΛΑΜΑΤΑΣ                                       | ΔΑΣ ΔΡΑΠΕΤΣΩΝΑΣ<br>ΓΑΣ ΑΧΙΛΛΕΑΣ ΓΛΥΦΑΔΑΣ                                    |
| 16:15                      | 17:00                 | ΑΧΙΛΛΕΥΣ ΤΡΙΚΑΛΩΝ<br>ΓΕ ΤΡΙΚΑΛΩΝ<br>ΑΚΟ ΛΙΒΑΔΕΙΑΣ<br>ΓΟ ΚΕΡΚΥΡΑΣ                                | ΑΣ ΑΡΙΑΔΝΗ ΠΕΡΙΣΤΕΡΙΟΥ<br>ΣΗΓΑ ΓΥΜΝΑΘΛΟΣ                                    |
| 17:00                      | 17:45                 | ΔΑΣ ΑΡΓΥΡΟΥΠΟΛΗΣ<br>ΓΟ ΚΑΒΑΛΑΣ<br>ΦΟΗ ΑΡΙΑΔΝΗ<br>ΕΓΑΚ ΖΕΥΣ ΣΥΚΕΩΝ<br>ΑΓΕΜΣ ΣΠΑΡΤΑΚΟΣ            | ΑΣ ΑΡΙΑΔΝΗ ΠΕΡΙΣΤΕΡΙΟΥ<br>ΣΗΓΑ ΓΥΜΝΑΘΛΟΣ                                    |
| 17:45                      | 18:30                 | ΑΟ ΠΑΛΜΟΣ ΚΑΒΑΛΑΣ<br>ΓΟ ΑΙΑΣ ΘΕΡΜΑΪΚΟΥ<br>ΑΟ ΑΡΙΣΤΟΤΕΛΗΣ ΠΟΛΥΓΥΡΟΥ<br>ΑΟ ΚΥΔΩΝ ΧΑΝΙΩΝ           | ΑΣ ΑΡΙΑΔΝΗ ΠΕΡΙΣΤΕΡΙΟΥ<br>ΣΗΓΑ ΓΥΜΝΑΘΛΟΣ                                    |
| 18:30                      | 19:15                 | ΑΣ ΞΑΝΘΗΣ ΕΡΑΤΩ<br>ΑΣ ΚΟΡΟΙΒΟΣ ΑΜΑΛΙΑΔΑΣ<br>ΓΣΗ Ν.ΚΑΖΑΝΤΖΑΚΗΣ<br>ΦΙΛΑΘΛΗΤΙΚΟΣ ΓΣΗ<br>ΟΚΑ ΑΡΚΑΔΙ | ΑΣ ΑΡΙΑΔΝΗ ΠΕΡΙΣΤΕΡΙΟΥ<br>ΣΗΓΑ ΓΥΜΝΑΘΛΟΣ                                    |
| 19:15                      | 20:00                 | ΑΣ ΞΑΝΘΗΣ ΕΡΑΤΩ<br>ΑΣ ΚΟΡΟΙΒΟΣ ΑΜΑΛΙΑΔΑΣ<br>ΓΣΗ Ν.ΚΑΖΑΝΤΖΑΚΗΣ<br>ΦΙΛΑΘΛΗΤΙΚΟΣ ΓΣΗ<br>ΟΚΑ ΑΡΚΑΔΙ | ΑΣ ΑΡΙΑΔΝΗ ΠΕΡΙΣΤΕΡΙΟΥ<br>ΣΗΓΑ ΓΥΜΝΑΘΛΟΣ                                    |
| 20:00                      | 20:45                 |   | ΑΣ ΞΑΝΘΗΣ ΕΡΑΤΩ<br>ΑΣ ΚΟΡΟΙΒΟΣ ΑΜΑΛΙΑΔΑΣ<br>ΓΣΗ Ν.ΚΑΖΑΝΤΖΑΚΗΣ<br>ΟΚΑ ΑΡΚΑΔΙ |

ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΟ ΠΡΩΤΑΘΛΗΜΑ ΤΡΑΜΠΟΛΙΝΟ  
ΣΥΛΛΟΓΩΝ ΚΑΙ ΑΤΟΜΙΚΟΥ Α-Β-Γ ΚΑΤΗΓΟΡΙΩΝ  
ΚΛΕΙΣΤΟ ΓΥΜΝΑΣΤΗΡΙΟ ΛΟΥΤΡΑΚΙΟΥ  
11-12 ΜΑΪΟΥ 2019

| ΣΑΒΒΑΤΟ 11/5 - ΠΡΟΚΡΙΜΑΤΙΚΟΣ ΑΓΩΝΑΣ |       |                   |                   |
|-------------------------------------|-------|-------------------|-------------------|
| 09:45                               | 10:00 | ΠΑΡΕΛΑΣΗ ΑΘΛΗΤΩΝ  |                   |
| ΤΡΑΜΠΟΛΙΝΟ ΠΡΟΠΟΝΗΣΗΣ               |       | ΤΡΑΜΠΟΛΙΝΟ ΑΓΩΝΑ  | ΔΙΠΛΟ ΜΙΝΙΤΡΑΜΠ   |
| 10:00                               | 10:30 | ΚΟΡΑΣΙΔΕΣ γκρουπ1 |                   |
| 10:30                               | 11:00 | ΚΟΡΑΣΙΔΕΣ γκρουπ2 | ΚΟΡΑΣΙΔΕΣ γκρουπ1 |
| 11:00                               | 11:30 | ΠΑΙΔΕΣ            | ΚΟΡΑΣΙΔΕΣ γκρουπ2 |
| 11:30                               | 12:00 | ΝΕΑΝΙΔΕΣ          | ΠΑΙΔΕΣ            |
| 12:00                               | 12:30 | ΕΦΗΒΟΙ            | ΝΕΑΝΙΔΕΣ          |
| 12:30                               | 13:00 | ΓΥΝΑΙΚΕΣ          | ΕΦΗΒΟΙ            |
| 13:00                               | 13:30 | ΑΝΤΡΕΣ            | ΓΥΝΑΙΚΕΣ          |
| 13:30                               | 14:00 |                   | ΑΝΤΡΕΣ            |
| 14:00                               | 14:30 |                   | ΚΟΡΑΣΙΔΕΣ γκρουπ1 |
| 14:30                               | 15:00 |                   | ΚΟΡΑΣΙΔΕΣ γκρουπ2 |
| 15:00                               | 15:30 |                   | ΠΑΙΔΕΣ            |
| 15:30                               | 16:00 |                   | ΕΦΗΒΟΙ            |
| 16:00                               | 16:30 |                   | ΝΕΑΝΙΔΕΣ          |
| 16:30                               | 17:00 |                   | ΓΥΝΑΙΚΕΣ          |
| 17:00                               | 17:30 |                   | ΑΝΤΡΕΣ            |

| ΚΥΡΙΑΚΗ 12/5 - ΤΕΛΙΚΟΣ ΑΓΩΝΑΣ |       |                                    |                  |
|-------------------------------|-------|------------------------------------|------------------|
| ΔΙΠΛΟ ΜΙΝΙΤΡΑΜΠ               |       | ΤΡΑΜΠΟΛΙΝΟ ΠΡΟΠΟΝΗΣΗΣ              | ΤΡΑΜΠΟΛΙΝΟ ΑΓΩΝΑ |
| 9:00                          | 10:00 | ΓΕΝΙΚΗ ΠΡΟΘΕΡΜΑΝΣΗ                 |                  |
| 10:00                         | 10:30 | ΠΡΟΠΟΝΗΣΗ ΣΥΓΧΡΟΝΙΣΜΕΝΟ ΤΡΑΜΠΟΛΙΝΟ |                  |
| 10:30                         | 11:00 | ΑΓΩΝΑΣ ΣΥΓΧΡΟΝΙΣΜΕΝΟ ΤΡΑΜΠΟΛΙΝΟ    |                  |
| 11:00                         | 11:20 | ΚΟΡΑΣΙΔΕΣ                          |                  |
| 11:20                         | 11:40 | ΠΑΙΔΕΣ                             |                  |
| 11:40                         | 12:00 | ΕΦΗΒΟΙ                             |                  |
| 12:00                         | 12:20 | ΝΕΑΝΙΔΕΣ                           |                  |
| 12:20                         | 12:40 | ΓΥΝΑΙΚΕΣ                           |                  |
| 12:40                         | 13:00 | ΑΝΤΡΕΣ                             |                  |
| 13:00                         | 13:20 |                                    | ΚΟΡΑΣΙΔΕΣ        |
| 13:20                         | 13:40 |                                    | ΠΑΙΔΕΣ           |
| 13:40                         | 14:00 |                                    | ΝΕΑΝΙΔΕΣ         |
| 14:00                         | 14:20 |                                    | ΕΦΗΒΟΙ           |
| 14:20                         | 14:40 |                                    | ΓΥΝΑΙΚΕΣ         |
| 14:40                         | 15:00 |                                    | ΑΝΤΡΕΣ           |
| 15:00                         | 15:20 |                                    | ΑΝΤΡΕΣ           |
| 15:30                         | 16:30 | ΑΠΟΝΟΜΕΣ                           |                  |