



**ΤΕΛΙΚΗ ΦΑΣΗ
ΕΝΟΡΓΑΝΗΣ ΓΥΜΝΑΣΤΙΚΗΣ
Δ' ΚΑΤΗΓΟΡΙΑΣ
(ΠΑΜΠΑΙΔΩΝ - ΠΑΓΚΟΡΑΣΙΔΩΝ)**

Αλεξανδρούπολη 04-05 Ιουνίου 2022
Κλειστό Γυμναστήριο "Μιχάλης Παρασκευόπουλος"

ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ

ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ 03/06/2022

ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΠΡΟΠΟΝΗΣΗΣ ΠΑΜΠΑΙΔΩΝ

- 14.30 -16.00 Κατευθυνόμενη προπόνηση Παμπαίδων (15' ανά όργανο)

ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΠΡΟΠΟΝΗΣΗΣ ΠΑΓΚΟΡΑΣΙΔΩΝ

- 1^{ος} όμιλος 16.15 - 17.15 (15' ανά όργανο)
- 2^{ος} όμιλος 17.30 - 18.30 (15' ανά όργανο)
- 3^{ος} όμιλος 18.45 - 19.45 (15' ανά όργανο)
- 4^{ος} όμιλος 20.00 - 21.00 (15' ανά όργανο)

Πριν από κάθε όμιλο θα προηγείται 15' γενική προθέρμανση

- **18.30 ΤΕΧΝΙΚΗ ΣΥΣΚΕΨΗ**

ΣΑΒΒΑΤΟ 04/06/2022

ΑΓΩΝΑΣ ΠΑΜΠΑΙΔΩΝ

- 09.00 - 10.00 Κατευθυνόμενη προπόνηση
- 10.00 - 12.30 Αγώνας Παμπαίδων

ΑΓΩΝΑΣ ΠΑΓΚΟΡΑΣΙΔΩΝ

1^{ος} όμιλος

- 13.00 - 13.20 Γενική προθέρμανση
- 13.20 - 14.10 Κατευθυνόμενη προπόνηση
- 14.10 - 16.10 Αγώνας 1^{ου} ομίλου Παγκορασίδων

2^{ος} όμιλος

- 16.10 - 16.30 Γενική προθέρμανση
- 16.30 - 17.10 Κατευθυνόμενη προπόνηση
- 17.10 - 19.10 Αγώνας 2^{ου} ομίλου Παγκορασίδων

20.00 Απονομές

**ΤΕΛΙΚΗ ΦΑΣΗ
ΕΝΟΡΓΑΝΗΣ ΓΥΜΝΑΣΤΙΚΗΣ
Δ' ΚΑΤΗΓΟΡΙΑΣ
(ΠΑΜΠΑΙΔΩΝ - ΠΑΓΚΟΡΑΣΙΔΩΝ)**

Αλεξανδρούπολη 04-05 Ιουνίου 2022
Κλειστό Γυμναστήριο "Μιχάλης Παρασκευόπουλος"

ΚΥΡΙΑΚΗ 05/06/2022

3^{ος} όμιλος

- 09.00 - 09.20 Γενική προθέρμανση
- 09.20 - 10.10 Κατευθυνόμενη προπόνηση
- 10.10 - 12.10 Αγώνας 3^{ου} ομίλου Παγκορασίδων

4^{ος} όμιλος

- 12.10 - 12.30 Γενική προθέρμανση
- 12.30 - 13.10 Κατευθυνόμενη
- 13.10 - 15.10 Αγώνας 4^{ου} ομίλου Παγκορασίδων

16.00 Απονομές

**Δ' ΚΑΤΗΓΟΡΙΑ
ΠΑΜΠΑΙΔΩΝ**

Α.Γ.Σ. ΠΥΡΑΜΙΣ Α.Ο. ΜΕΡΚΟΥΡΗ ΘΕΣ/ΝΙΚΗΣ	(4) (2)	ΠΑΜΠΑΙΔΩΝ B	
Α.Ο. ΔΙΑΓΟΡΑΣ ΑΜΠΕΛΟΚΗΠΩΝ Γ.Α.Σ. Ο ΑΡΧΕΛΛΑΟΣ ΚΑΤΕΡΙΝΗΣ	(3) (3)	ΠΑΜΠΑΙΔΩΝ B	
ΦΙΛΑΘΛΗΤΙΚΟΣ ΣΥΛΛΟΓΟΣ ΛΑΡΙΣΑΣ Γ.Σ. ΒΟΛΟΥ Α.Σ. ΑΣΤΕΡΑΣ ΕΛΕΥΘΕΡΙΟΥ-ΚΟΡΔΕΛΙΟΥ	(4) (1) (1)	ΠΑΜΠΑΙΔΩΝ B	
Ο.Ε.Γ. ΑΛΕΞΑΝΔΡΟΥΠΟΛΗΣ Α.Π.Σ. ΟΡΦΕΑΣ ΚΑΛΑΜΑΡΙΑΣ	(3) (3)	ΠΑΜΠΑΙΔΩΝ B	
Α.Π.Σ. ΟΡΦΕΑΣ ΚΑΛΑΜΑΡΙΑΣ Α.Γ.Σ. ΠΥΡΑΜΙΣ ΦΙΛΑΘΛΗΤΙΚΟΣ ΣΥΛΛΟΓΟΣ ΛΑΡΙΣΑΣ	(4) (2) (1)	ΠΑΜΠΑΙΔΩΝ A	
Γ.Σ. ΒΟΛΟΥ Ο.Ε.Γ. ΑΛΕΞΑΝΔΡΟΥΠΟΛΗΣ Γ.Α.Σ. Ο ΑΡΧΕΛΛΑΟΣ ΚΑΤΕΡΙΝΗΣ Α.Σ. ΑΣΤΕΡΑΣ ΕΛΕΥΘΕΡΙΟΥ-ΚΟΡΔΕΛΙΟΥ	(1) (2) (2) (2)	ΠΑΜΠΑΙΔΩΝ A	

**ΤΕΛΙΚΗ ΦΑΣΗ
ΕΝΟΡΓΑΝΗΣ ΓΥΜΝΑΣΤΙΚΗΣ
Δ' ΚΑΤΗΓΟΡΙΑΣ
(ΠΑΜΠΑΙΔΩΝ - ΠΑΓΚΟΡΑΣΙΔΩΝ)**

Αλεξανδρούπολη 04-05 Ιουνίου 2022
Κλειστό Γυμναστήριο "Μιχάλης Παρασκευόπουλος"

**1^{ος} ΟΜΙΛΟΣ
Δ' ΚΑΤΗΓΟΡΙΑ
ΠΑΓΚΟΡΑΣΙΔΩΝ
ΕΤΟΣ ΓΕΝΝΗΣΗΣ 2015**

Α.Γ.Σ. ΠΥΡΑΜΙΣ	(2)	
Α.Ο. ΔΙΑΓΟΡΑΣ ΑΜΠΕΛΟΚΗΠΩΝ	(2)	
Α.Σ. ΙΑΣΩΝ ΒΟΛΟΥ	(3)	
Α.Σ. ΟΛΥΜΠΙΑΚΗ ΦΛΟΓΑ	(1)	
Μ.Π.Α.Σ. ΑΘΛΗΤΙΚΗ ΑΓΩΓΗ	(2)	
Α.Σ. ΛΙΟΝΤΑΡΑΚΙΑ ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗΣ	(2)	
Γ.Σ. ΒΟΛΟΥ	(1)	
Σ.Ε.Γ. ΒΑΛΤΕΡΟΥ	(2)	
Α.Ο. ΜΕΡΚΟΥΡΗ ΘΕΣ/ΝΙΚΗΣ	(1)	
Α.Σ.Κ.Α. ΠΡΟΜΗΘΕΑΣ ΞΑΝΘΗΣ	(5)	
Γ.Ο. ΟΛΥΜΠΙΑΔΑ ΣΤΑΥΡΟΥΠΟΛΗΣ	(3)	
Α.Γ.Α. ΠΑΓΓΑΙΟΥ	(4)	
Ο.Ε.Γ. ΑΛΕΞΑΝΔΡΟΥΠΟΛΗΣ	(4)	



**2^{ος} ΟΜΙΛΟΣ
Δ' ΚΑΤΗΓΟΡΙΑ
ΠΑΓΚΟΡΑΣΙΔΩΝ
ΕΤΟΣ ΓΕΝΝΗΣΗΣ 2014**

Α.Γ.Σ. ΠΥΡΑΜΙΣ	(3)	
Γ.Ο. ΟΛΥΜΠΙΑΔΑ ΣΤΑΥΡΟΥΠΟΛΗΣ	(2)	
Ο.Ε.Γ. ΑΛΕΞΑΝΔΡΟΥΠΟΛΗΣ	(2)	
Α.Σ. ΛΙΟΝΤΑΡΑΚΙΑ ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗΣ	(5)	
Γ.Σ. ΒΟΛΟΥ	(1)	
Α.Σ.Κ.Α. ΠΡΟΜΗΘΕΑΣ ΞΑΝΘΗΣ	(1)	
Γ.Α.Σ. Ο ΑΡΧΕΛΑΟΣ ΚΑΤΕΡΙΝΗΣ	(5)	
Σ.Ε.Γ. ΒΑΛΤΕΡΟΥ	(3)	
Μ.Π.Α.Σ. ΑΘΛΗΤΙΚΗΣ ΑΓΩΓΗΣ	(1)	
Α.Σ. ΟΛΥΜΠΙΑΚΗ ΦΛΟΓΑ	(4)	
Α.Σ. ΙΑΣΩΝ ΒΟΛΟΥ	(3)	




**ΤΕΛΙΚΗ ΦΑΣΗ
ΕΝΟΡΓΑΝΗΣ ΓΥΜΝΑΣΤΙΚΗΣ
Δ' ΚΑΤΗΓΟΡΙΑΣ
(ΠΑΜΠΑΙΔΩΝ - ΠΑΓΚΟΡΑΣΙΔΩΝ)**

Αλεξανδρούπολη 04-05 Ιουνίου 2022
Κλειστό Γυμναστήριο "Μιχάλης Παρασκευόπουλος"

**3^{ος} ΟΜΙΛΟΣ
Δ' ΚΑΤΗΓΟΡΙΑ
ΠΑΓΚΟΡΑΣΙΔΩΝ
ΕΤΟΣ ΓΕΝΝΗΣΗΣ 2012-2013**

Α.Ο. ΠΥΡΑΜΙΔΑ	(5)	
ΙΩΑΝΝΗΣ ΠΑΠΑΦΗΣ Α.Σ. ΙΑΣΩΝ ΒΟΛΟΥ	(2) (3)	
Σ.Ε.Γ. ΒΑΛΤΕΡΟΥ Γ.Σ. ΒΟΛΟΥ Ο.Ε.Γ. ΑΛΕΞΑΝΔΡΟΥΠΟΛΗΣ	(3) (1) (1)	
Μ.Γ.Σ. ΕΘΝΙΚΟΣ ΑΛΕΞΑΝΔΡΟΥΠΟΛΗΣ Γ.Ο. ΑΙΑΣ ΘΕΡΜΑΪΚΟΥ Α.Σ. ΛΙΟΝΤΑΡΑΚΙΑ ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗΣ	(2) (1) (1)	

**4^{ος} ΟΜΙΛΟΣ
Δ' ΚΑΤΗΓΟΡΙΑ
ΠΑΓΚΟΡΑΣΙΔΩΝ
ΕΤΟΣ ΓΕΝΝΗΣΗΣ 2012-2013**

Α.Γ.Σ. ΠΥΡΑΜΙΣ	(6)	
Α.Ο. ΔΙΑΓΟΡΑΣ ΑΜΠΕΛΟΚΗΠΩΝ Μ.Π.Α.Σ. ΑΘΛΗΤΙΚΗ ΑΓΩΓΗ	(4) (2)	
Γ.Α.Σ. Ο ΑΡΧΕΛΛΑΟΣ ΚΑΤΕΡΙΝΗΣ Α.Ο. ΜΕΡΚΟΥΡΗ ΘΕΣ/ΝΙΚΗΣ	(5) (1)	
Γ.Ο. ΟΛΥΜΠΙΑΔΑ ΣΤΑΥΡΟΥΠΟΛΗΣ Α.Σ.Κ.Α. ΠΡΟΜΗΘΕΑΣ ΞΑΝΘΗΣ	(3) (4)	