

ΠΡΟΚΡΙΜΑΤΙΚΟΣ ΑΓΩΝΑΣ ΤΡΑΜΠΟΛΙΝΟ ΣΥΛΛΟΓΩΝ ΚΑΙ ΑΤΟΜΙΚΟΥ  
Α-Β-Γ-Δ ΚΑΤΗΓΟΡΙΩΝ ΚΑΙ  
ΠΕΡΙΦΕΡΕΙΑΚΟΣ ΑΓΩΝΑΣ ΤΡΑΜΠΟΛΙΝΟ ΕΠΙΠΕΔΩΝ 1-4  
Β ΠΕΡΙΦΕΡΕΙΑΣ  
ΒΛΑΧΑΒΕΙΟ ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΚΛΕΙΣΤΟ ΓΥΜΝΑΣΤΗΡΙΟ ΚΑΛΑΜΠΑΚΑΣ  
2-3 ΜΑΡΤΙΟΥ 2024

ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΠΡΟΠΟΝΗΣΗΣ ΚΑΙ ΑΓΩΝΑ

ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ 1 ΜΑΡΤΙΟΥ 2024				
ΠΡΟΠΟΝΗΣΗ				
		ΤΡΑΜΠΟΛΙΝΟ ΠΡΟΠΟΝΗΣΗΣ	ΤΡΑΜΠΟΛΙΝΟ ΑΓΩΝΑ	ΔΙΠΛΟ ΜΙΝΙΤΡΑΜΠ
12:00	13:00	ΓΕ ΚΑΛΑΜΠΑΚΑΣ ΓΕ ΤΡΙΚΑΛΩΝ		ΓΕ ΚΑΛΑΜΠΑΚΑΣ ΓΕ ΤΡΙΚΑΛΩΝ
13:00	14:30	ΑΧΙΛΛΕΥΣ ΤΡΙΚΑΛΩΝ ΓΣ ΕΡΜΗΣ ΚΑΡΔΙΤΣΑΣ		ΑΧΙΛΛΕΥΣ ΤΡΙΚΑΛΩΝ ΓΣ ΕΡΜΗΣ ΚΑΡΔΙΤΣΑΣ
14:30	15:30	ΕΓΑΚ ΖΕΥΣ ΣΥΚΕΩΝ ΑΕΣ ΧΑΡΑΥΓΗ		ΕΓΑΚ ΖΕΥΣ ΣΥΚΕΩΝ ΑΕΣ ΧΑΡΑΥΓΗ
15:30	16:30	ΑΜΣ ΟΔΥΣΣΕΑΣ ΚΑΜΠΑΝΗ ΑΓΕΜΣ ΣΠΑΡΤΑΚΟΣ		ΑΜΣ ΟΔΥΣΣΕΑΣ ΚΑΜΠΑΝΗ ΑΓΕΜΣ ΣΠΑΡΤΑΚΟΣ
16:30	17:30	ΑΟ ΑΡΙΣΤΟΤΕΛΗΣ ΠΟΛΥΓΥΡΟΥ ΓΟ ΚΕΡΚΥΡΑΣ		ΑΟ ΑΡΙΣΤΟΤΕΛΗΣ ΠΟΛΥΓΥΡΟΥ ΓΟ ΚΕΡΚΥΡΑΣ
17:30	18:30	ΓΟ ΚΑΒΑΛΑΣ - ΙΚΑΡΟΙ		ΓΟ ΚΑΒΑΛΑΣ - ΙΚΑΡΟΙ
18:30	19:30	ΑΟ ΠΑΛΜΟΣ ΚΑΒΑΛΑΣ		ΑΟ ΠΑΛΜΟΣ ΚΑΒΑΛΑΣ
19:30	20:30	ΑΟ ΝΑΟΥΣΑΣ ΗΡΑΚΛΗΣ ΑΣ ΞΑΝΘΗΣ ΕΡΑΤΩ		ΑΟ ΝΑΟΥΣΑΣ ΗΡΑΚΛΗΣ ΑΣ ΞΑΝΘΗΣ ΕΡΑΤΩ

Η Τεχνική Σύσκεψη θα πραγματοποιηθεί στις 18:00



ΠΡΟΚΡΙΜΑΤΙΚΟΣ ΑΓΩΝΑΣ ΤΡΑΜΠΟΛΙΝΟ ΣΥΛΛΟΓΩΝ ΚΑΙ ΑΤΟΜΙΚΟΥ  
Α-Β-Γ-Δ ΚΑΤΗΓΟΡΙΩΝ ΚΑΙ  
ΠΕΡΙΦΕΡΕΙΑΚΟΣ ΑΓΩΝΑΣ ΤΡΑΜΠΟΛΙΝΟ ΕΠΙΠΕΔΩΝ 1-4  
Β ΠΕΡΙΦΕΡΕΙΑΣ  
ΒΛΑΧΑΒΕΙΟ ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΚΛΕΙΣΤΟ ΓΥΜΝΑΣΤΗΡΙΟ ΚΑΛΑΜΠΑΚΑΣ  
2-3 ΜΑΡΤΙΟΥ 2024

ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΠΡΟΠΟΝΗΣΗΣ ΚΑΙ ΑΓΩΝΑ

ΣΑΒΒΑΤΟ 2 ΜΑΡΤΙΟΥ 2024			
	ΤΡΑΜΠΟΛΙΝΟ ΠΡΟΠΟΝΗΣΗΣ	ΤΡΑΜΠΟΛΙΝΟ ΑΓΩΝΑ	ΔΙΠΛΟ ΜΙΝΙΤΡΑΜΠ
9:00 9:30	Προθέρμανση 1ου γκρουπ		
9:30 10:00	ΠΑΓΚΟΡΑΣΙΔΕΣ Β - 1ο γκρουπ		
10:00 10:30	ΠΑΓΚΟΡΑΣΙΔΕΣ Β - 2ο γκρουπ	ΠΑΓΚΟΡΑΣΙΔΕΣ Β - 1ο γκρουπ	
10:30 11:00	ΠΑΓΚΟΡΑΣΙΔΕΣ Β - 3ο γκρουπ	ΠΑΓΚΟΡΑΣΙΔΕΣ Β - 2ο γκρουπ	
11:00 11:30	ΠΑΓΚΟΡΑΣΙΔΕΣ Β - 4ο γκρουπ	ΠΑΓΚΟΡΑΣΙΔΕΣ Β - 3ο γκρουπ	
11:30 12:00	ΠΑΜΠΑΙΔΕΣ Β-1ο γκρουπ	ΠΑΓΚΟΡΑΣΙΔΕΣ Β - 4ο γκρουπ	ΚΟΡΙΤΣΙΑ ΕΠ 1
12:00 12:30	ΠΑΜΠΑΙΔΕΣ Β 2ο γκρουπ ΠΑΜΠΑΙΔΕΣ Α	ΠΑΜΠΑΙΔΕΣ Β-1ο γκρουπ	ΚΟΡΙΤΣΙΑ ΕΠ 2
12:30 13:00	ΠΑΓΚΟΡΑΣΙΔΕΣ Α - 1ο γκρουπ	ΠΑΜΠΑΙΔΕΣ Β 2ο γκρουπ ΠΑΜΠΑΙΔΕΣ Α	ΚΟΡΙΤΣΙΑ ΕΠ 3
13:00 13:30	ΠΑΓΚΟΡΑΣΙΔΕΣ Α - 2ο γκρουπ	ΠΑΓΚΟΡΑΣΙΔΕΣ Α - 1ο γκρουπ	ΚΟΡΙΤΣΙΑ ΕΠ 4
13:30 14:00		ΠΑΓΚΟΡΑΣΙΔΕΣ Α - 2ο γκρουπ	ΑΓΟΡΙΑ ΕΠ 1-4
14:00 14:30	ΚΟΡΙΤΣΙΑ ΕΠ 1 - 1ο γκρουπ		
14:30 15:00	ΚΟΡΙΤΣΙΑ ΕΠ 2	ΚΟΡΙΤΣΙΑ ΕΠ 1 - 1ο γκρουπ	ΠΑΓΚΟΡΑΣΙΔΕΣ Β - 1ο γκρουπ
15:00 15:30	ΚΟΡΙΤΣΙΑ ΕΠ 3 - 4	ΚΟΡΙΤΣΙΑ ΕΠ 2	ΠΑΓΚΟΡΑΣΙΔΕΣ Β - 2ο γκρουπ
15:30 16:00	ΑΓΟΡΙΑ ΕΠ 1-4	ΚΟΡΙΤΣΙΑ ΕΠ 3 - 4	ΠΑΓΚΟΡΑΣΙΔΕΣ Β - 3ο γκρουπ
16:00 16:30		ΑΓΟΡΙΑ ΕΠ 1-4	ΠΑΜΠΑΙΔΕΣ Β
16:30 17:00			ΠΑΓΚΟΡΑΣΙΔΕΣ Α - 1ο γκρουπ
17:00 17:30			ΠΑΓΚΟΡΑΣΙΔΕΣ Α - 2ο γκρουπ ΠΑΜΠΑΙΔΕΣ Α
17:30 18:00	ΑΠΟΝΟΜΕΣ ΕΠΙΠΕΔΩΝ 1-4		
18:00 20:00	ΕΛΕΥΘΕΡΗ ΠΡΟΠΟΝΗΣΗ Α-Β-Γ ΚΑΤΗΓΟΡΙΩΝ		



ΠΡΟΚΡΙΜΑΤΙΚΟΣ ΑΓΩΝΑΣ ΤΡΑΜΠΟΛΙΝΟ ΣΥΛΛΟΓΩΝ ΚΑΙ ΑΤΟΜΙΚΟΥ  
Α-Β-Γ-Δ ΚΑΤΗΓΟΡΙΩΝ ΚΑΙ  
ΠΕΡΙΦΕΡΕΙΑΚΟΣ ΑΓΩΝΑΣ ΤΡΑΜΠΟΛΙΝΟ ΕΠΙΠΕΔΩΝ 1-4  
Β ΠΕΡΙΦΕΡΕΙΑΣ  
ΒΛΑΧΑΒΕΙΟ ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΚΛΕΙΣΤΟ ΓΥΜΝΑΣΤΗΡΙΟ ΚΑΛΑΜΠΑΚΑΣ  
2-3 ΜΑΡΤΙΟΥ 2024

ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΠΡΟΠΟΝΗΣΗΣ ΚΑΙ ΑΓΩΝΑ

ΚΥΡΙΑΚΗ 3 ΜΑΡΤΙΟΥ 2024

	ΤΡΑΜΠΟΛΙΝΟ ΠΡΟΠΟΝΗΣΗΣ	ΤΡΑΜΠΟΛΙΝΟ ΑΓΩΝΑ	ΔΙΠΛΟ ΜΙΝΙΤΡΑΜΠ
9:00 9:30	<i>Προθέρμανση 1ου γκρουπ</i>		
9:30 10:00	ΚΟΡΑΣΙΔΕΣ - 1ο γκρουπ		
10:00 10:30	ΚΟΡΑΣΙΔΕΣ - 2ο γκρουπ	ΚΟΡΑΣΙΔΕΣ - 1ο γκρουπ	
10:30 11:00	ΠΑΙΔΕΣ	ΚΟΡΑΣΙΔΕΣ - 2ο γκρουπ	
11:00 11:30	ΝΕΑΝΙΔΕΣ	ΠΑΙΔΕΣ	
11:30 12:00	ΓΥΝΑΙΚΕΣ - ΕΦΗΒΟΙ - ΑΝΤΡΕΣ	ΝΕΑΝΙΔΕΣ	
12:00 12:30		ΓΥΝΑΙΚΕΣ - ΕΦΗΒΟΙ - ΑΝΤΡΕΣ	
12:30 13:15			ΚΟΡΑΣΙΔΕΣ
13:15 14:00			ΠΑΙΔΕΣ - ΝΕΑΝΙΔΕΣ - ΕΦΗΒΟΙ - ΓΥΝΑΙΚΕΣ - ΑΝΤΡΕΣ