

**Α' Φάση Ενόργανης Γυμναστικής Δ' Κατηγορίας  
(Παμπαίδων-Παγκορασίδων)  
Δ' Περιφέρειας**

**Πανεπιστημιακό Γυμναστήριο Ρεθύμνου,  
25-26 Απριλίου 2026**

**ΣΑΒΒΑΤΟ 25/04/2026**

**❖ 12:30 ΤΕΧΝΙΚΗ ΣΥΣΚΕΨΗ**

**ΠΡΟΠΟΝΗΣΗ ΠΑΜΠΑΙΔΩΝ**

- 15:00- 15:30 Γενικό ζέσταμα
- 15:30 – 17:30 Κατευθυνόμενη προπόνηση

**ΠΡΟΠΟΝΗΣΗ ΠΑΓΚΟΡΑΣΙΔΩΝ**

- 12:40 – 13:00 Γενικό ζέσταμα
- 13:00 – 15:00 Κατευθυνόμενη προπόνηση **Παγκορασίδων Β**

**ΠΡΟΠΟΝΗΣΗ ΠΑΓΚΟΡΑΣΙΔΩΝ**

- 15:00- 15:30 Γενικό ζέσταμα
- 15:30 – 17:30 Κατευθυνόμενη προπόνηση **Παγκορασίδων Α**

**ΚΥΡΙΑΚΗ 26/04/2026**

**ΑΓΩΝΑΣ ΠΑΓΚΟΡΑΣΙΔΩΝ**

- 09:30 – 10:00 Γενικό ζέσταμα
- 10:00 – 10:50 Κατευθυνόμενη προπόνηση (10' σε κάθε όργανο)
- 11:00 – 13:00 **Αγώνας 1<sup>ου</sup> Ομίλου Παγκορασίδων**

**ΑΓΩΝΑΣ ΠΑΜΠΑΙΔΩΝ**

- 09:30 – 10:00 Γενικό ζέσταμα
- 10:00 – 10:50 Κατευθυνόμενη προπόνηση (8' σε κάθε όργανο)
- 11:00 – 13:00 **Αγώνας Ομίλου Παμπαίδων Α & Β**

**ΑΓΩΝΑΣ ΠΑΓΚΟΡΑΣΙΔΩΝ**



**Α' Φάση Ενόργανης Γυμναστικής Δ' Κατηγορίας  
(Παρμπαίδων-Παγκορασίδων)  
Δ' Περιφέρειας**

**Πανεπιστημιακό Γυμναστήριο Ρεθύμνου,  
25-26 Απριλίου 2026**




- 13:00 – 13:30 Γενικό ζέσταμα
- 13:30 – 14:10 Κατευθυνόμενη προπόνηση(10' σε κάθε όργανο)
- 14:10 – 16:30 **Αγώνας 2<sup>ου</sup> Ομίλου Παγκορασίδων**

**17.00 Απονομές**

**ΟΜΙΛΟΣ  
ΠΑΜΠΑΙΔΩΝ Α & Β**

ΜΑΝΟΣ ΔΑΣΚΑΛΑΚΗΣ ΙΠΠΟΚΡΑΤΗΣ Ο ΚΩΟΣ "Γ.Σ.Η. Ν. ΚΑΖΑΝΤΖΑΚΗΣ"	2B+3A 3B 3B		
Ο.Κ.Α. ΑΡΚΑΔΙ "ΚΕΝΤΡΟ ΑΘΛΗΣΗΣ ΗΡΑΚΛΕΙΟΥ ΑΘΛΟΔΡΑΣΗ" Α.Π.Σ. ΠΗΓΑΣΟΣ ΗΡΑΚΛΕΙΟΥ	5B+2A  2B 1B		

**1<sup>ος</sup> ΟΜΙΛΟΣ ΠΑΓΚΟΡΑΣΙΔΩΝ**

Ο.Κ.Α. ΑΡΚΑΔΙ ΜΑΝΟΣ ΔΑΣΚΑΛΑΚΗΣ	(5A) (1A)		
Α.Ο. ΚΥΔΩΝ ΧΑΝΙΩΝ ΚΕΝΤΡΟ ΑΘΛΗΣΗΣ ΗΡΑΚΛΕΙΟΥ ΑΘΛΟΔΡΑΣΗ	(4A) (2A)		
Γ.Α.Σ. ΑΚΑΛΛΗ	(6B)		
"Γ.Σ.Η. Ν. ΚΑΖΑΝΤΖΑΚΗΣ" Α.Σ. ΙΠΠΟΚΡΑΤΗΣ Ο ΚΩΟΣ	(4B)+1A (1A)		

**Α' Φάση Ενόργανης Γυμναστικής Δ' Κατηγορίας  
 (Παμπαίδων-Παγκορασίδων)  
 Δ' Περιφέρειας**

**Πανεπιστημιακό Γυμναστήριο Ρεθύμνου,  
 25-26 Απριλίου 2026**

**2ος ΟΜΙΛΟΣ ΠΑΓΚΟΡΑΣΙΔΩΝ**

Ο.Κ.Α. ΑΡΚΑΔΙ ΜΑΝΟΣ ΔΑΣΚΑΛΑΚΗΣ	(6B) (2B)	
ΚΕΝΤΡΟ ΑΘΛΗΣΗΣ ΗΡΑΚΛΕΙΟΥ ΑΘΛΟΔΡΑΣΗ Α.Σ. ΙΠΠΟΚΡΑΤΗΣ Ο ΚΩΟΣ	(5B) (2B)	
Α.Ο. ΚΥΔΩΝ ΧΑΝΙΩΝ	(5B)	
Α.Π.Σ. ΠΗΓΑΣΟΣ ΗΡΑΚΛΕΙΟΥ	(6B)	