

ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΟ ΠΡΩΤΑΘΛΗΜΑ ΑΕΡΟΒΙΚΗΣ ΓΥΜΝΑΣΤΙΚΗΣ
Α΄ - Β΄ - Γ΄ ΚΑΤΗΓΟΡΙΩΝ
ΤΕΛΙΚΗ ΦΑΣΗ Δ΄ ΚΑΤΗΓΟΡΙΑΣ
ΕΠΙΔΕΙΞΕΙΣ Ε΄ ΚΑΤΗΓΟΡΙΑΣ
ΑΕΡΟCΟΜΒΟ - ΑΕΡΟΣΤΕΡ
ΚΛΕΙΣΤΟ ΓΥΜΝΑΣΤΗΡΙΟ ΧΟΛΑΡΓΟΥ "ΑΝΤ. ΤΡΙΤΣΗΣ"
Αθήνα, 28-29 Ιουνίου 2026

ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΠΡΟΠΟΝΗΣΕΩΝ
Παρασκευή 26/06/2026

1.	Α.Σ ΕΥΡΥΘΜΙΑ ΔΡΑΠΕΤΣΩΝΑΣ	15:30-16:15
2.	ΕΛΑΙΑ Γ.Σ. & Α.Ο. ΕΛΑΙΑ	16:15-16:25
3.	Α.Σ ΦΩΣΦΟΡΟΣ ΑΠΟΛΛΩΝΑΣ	16:25-16:30
4.	Ο.Γ.ΗΡ.Α.	16:30-17:35
5.	Γ.Α.Σ. ΧΟΛΑΡΓΟΥ	17:35-18:50
6.	Α.Σ. ΑΙΑΝΤΑΣ ΑΓ. ΔΗΜΗΤΡΟΥ	18:50-19:00
7.	Α.Ο.Γ. ΧΑΪΔΑΡΙΟΥ	19:00-19:30
8.	Γ.Ν.Ο. ΝΙΚΑΙΑΣ Ο ΑΡΗΣ	19:30-19:35
9.	Α.Ε.Κ.	19:35-19:55
10.	Π.Α.Ο. ΕΛΛΗΝΟΡΩΣΣΩΝ	19:55-20:05
11.	Α.Κ.Ο. ΛΙΒΑΔΕΙΑΣ	20:05-20:45
12.	Σ.Ρ.Γ ΟΛΥΜΠΙΑ ΤΡΙΚΑΛΩΝ	20:45-21:05

ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΟ ΠΡΩΤΑΘΛΗΜΑ ΑΕΡΟΒΙΚΗΣ ΓΥΜΝΑΣΤΙΚΗΣ

Α' - Β' - Γ' ΚΑΤΗΓΟΡΙΩΝ

ΤΕΛΙΚΗ ΦΑΣΗ Δ' ΚΑΤΗΓΟΡΙΑΣ

ΕΠΙΔΕΙΞΕΙΣ Ε' ΚΑΤΗΓΟΡΙΑΣ

ΑΕΡΟCOMBO - ΑΕΡΟSTEP

ΚΛΕΙΣΤΟ ΓΥΜΝΑΣΤΗΡΙΟ ΧΟΛΑΡΓΟΥ "ΑΝΤ. ΤΡΙΤΣΗΣ"

Αθήνα, 28-29 Ιουνίου 2026

Ε' Ατ. Προαγωνιστικό	24
Δ' Ατ. Παγκορασίδων Α'	17
Δ' Ατ. Παγκορασίδων Β'	19
Δ' Ατ. Παγκορασίδων Γ'	22
Δ' Τρίο Παμπαίδων/Παγκορασίδων	8
Δ' Πεντάδα Παμπαίδων/Παγκορασίδων	5
Γ' Ατ. Κορασίδων	14
Γ' Τρίο Παιδων/Κορασίδων	5
Γ' Πεντάδα Παιδων/Κορασίδων	2
Β' Ατ. Νεανίδων	7
Β' Ατ. Εφήβων	1
Β' Μικτό Ζευγάρι Εφήβων/Νεανίδων	1
Β' Τρίο Εφήβων/Νεανίδων	3
Β' Πεντάδα Εφήβων/Νεανίδων	2
Β' ΑΕΡΟΒΙC DANCE Εφήβων/Νεανίδων	2
Α' Ατ. Γυναικών	8
Α' Ατ. Ανδρών	1
Α' Μικτό Ζευγάρι Ανδρών Γυναικών	1
ΑΕΡΟCOMBO	14
Σύνολο Προγραμμάτων	156

ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΟ ΠΡΩΤΑΘΛΗΜΑ ΑΕΡΟΒΙΚΗΣ ΓΥΜΝΑΣΤΙΚΗΣ

Α΄ - Β΄ - Γ΄ ΚΑΤΗΓΟΡΙΩΝ

ΤΕΛΙΚΗ ΦΑΣΗ Δ΄ ΚΑΤΗΓΟΡΙΑΣ

ΕΠΙΔΕΙΞΕΙΣ Ε΄ ΚΑΤΗΓΟΡΙΑΣ

ΑΕΡΟCΟΜΒΟ - ΑΕΡΟΣΤΕΡ

ΚΛΕΙΣΤΟ ΓΥΜΝΑΣΤΗΡΙΟ ΧΟΛΑΡΓΟΥ "ΑΝΤ. ΤΡΙΤΣΗΣ"

Αθήνα, 28-29 Ιουνίου 2026

ΩΡΟΛΟΓΙΟ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΑΓΩΝΩΝ

Σάββατο 27/06/2026

Δ΄ ΑΤΟΜΙΚΟ ΠΑΓΚΟΡΑΣΙΔΩΝ Α - ΠΡΟΚΡΙΜΑΤΙΚΟΣ	14:00 – 14:45
Δ΄ ΑΤΟΜΙΚΟ ΠΑΓΚΟΡΑΣΙΔΩΝ Β - ΠΡΟΚΡΙΜΑΤΙΚΟΣ	14:55 – 15:55
ΔΙΑΛΕΙΜΜΑ	15:55 – 16:25
Δ΄ ΑΤΟΜΙΚΟ ΠΑΓΚΟΡΑΣΙΔΩΝ Γ - ΠΡΟΚΡΙΜΑΤΙΚΟΣ	16:30 – 17:45
Γ΄ ΑΤΟΜΙΚΟ ΚΟΡΑΣΙΔΩΝ - ΠΡΟΚΡΙΜΑΤΙΚΟΣ	17:55 – 18:40

Κυριακή 28/06/2026

ΠΑΡΕΛΑΣΗ (2 οχήτρια αεροβικής)	09:45 – 09:50
Δ΄ ΑΤΟΜΙΚΟ ΠΑΓΚΟΡΑΣΙΔΩΝ Α - ΤΕΛΙΚΟΣ	10:00 – 10:30
Δ΄ ΑΤΟΜΙΚΟ ΠΑΓΚΟΡΑΣΙΔΩΝ Β - ΤΕΛΙΚΟΣ	10:35 – 11:05
Δ΄ ΑΤΟΜΙΚΟ ΠΑΓΚΟΡΑΣΙΔΩΝ Γ - ΤΕΛΙΚΟΣ	11:10 – 11:40
Β΄ ΜΕΙΚΤΟ ΖΕΥΓΑΡΙ ΕΦΗΒΩΝ-ΝΕΑΝΙΔΩΝ	11:40 – 11:45
Γ΄ ΤΡΙΟ ΠΑΙΔΩΝ- ΚΟΡΑΣΙΔΩΝ	11:50 – 12:05
Α΄ ΑΤΟΜΙΚΟ ΓΥΝΑΙΚΩΝ	12:10 – 12:40
Β΄ ΑΤΟΜΙΚΟ ΝΕΑΝΙΔΩΝ	12:45 – 13:10
Β΄ ΑΤΟΜΙΚΟ ΕΦΗΒΩΝ	13:10 – 13:15
ΔΙΑΛΕΙΜΜΑ	13:15 – 13:45
ΑΕΡΟCΟΜΒΟ	13:45 – 14:30
Γ΄ ΑΤΟΜΙΚΟ ΚΟΡΑΣΙΔΩΝ - ΤΕΛΙΚΟΣ	14:35 – 15:00
ΤΡΙΟ ΠΑΓΚΟΡΑΣΙΔΩΝ	15:05 – 15:30
Β΄ ΤΡΙΟ ΕΦΗΒΩΝ- ΝΕΑΝΙΔΩΝ	15:35 – 15:45
ΔΙΑΛΕΙΜΜΑ	15:45 – 16:05
Α΄ ΑΤΟΜΙΚΟ ΑΝΔΡΩΝ	16:05 – 16:10
ΠΡΟΑΓΩΝΙΣΤΙΚΟ	16:15 – 17:00
Β΄ ΠΕΝΤΑΔΑ ΕΦΗΒΩΝ - ΝΕΑΝΙΔΩΝ	17:05 – 17:11
ΔΙΑΛΕΙΜΜΑ	17:11 – 17:25
Δ΄ ΠΕΝΤΑΔΑ ΠΑΓΚΟΡΑΣΙΔΩΝ	17:30 – 17:45
Γ΄ ΠΕΝΤΑΔΑ ΚΟΡΑΣΙΔΩΝ	17:50 – 18:00
Β΄ ΑΕΡΟDΑΝCΕ ΕΦΗΒΩΝ - ΝΕΑΝΙΔΩΝ	18:05 – 18:15
Α΄ ΜΕΙΚΤΟ ΖΕΥΓΑΡΙ ΑΝΔΡΩΝ - ΓΥΝΑΙΚΩΝ ΕΠΙΔΕΙΞΗ	18:20 – 18:25
ΑΠΟΝΟΜΕΣ	19:00