



ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΔΗΜΟΚΡΑΤΙΑ  
ΥΠΟΥΡΓΕΙΟ ΠΑΙΔΕΙΑΣ ΘΡΗΣΚΕΥΜΑΤΩΝ & ΑΘΛΗΤΙΣΜΟΥ

Καβάλα, 14 -05-2026  
Αρ. Πρωτ : 4629/Φ.24.6

ΠΕΡΙΦΕΡΕΙΑΚΗ ΔΙΕΥΘΥΝΣΗ  
ΠΡΩΤΟΒΑΘΜΙΑΣ & ΔΕΥΤΕΡΟΒΑΘΜΙΑΣ ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗΣ  
ΑΝ. ΜΑΚΕΔΟΝΙΑΣ ΚΑΙ ΘΡΑΚΗΣ  
ΔΙΕΥΘΥΝΣΗ ΔΕΥΤΕΡΟΒΑΘΜΙΑΣ ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗΣ ΚΑΒΑΛΑΣ  
ΤΜΗΜΑ Ε΄ ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΩΝ ΘΕΜΑΤΩΝ  
ΦΥΣΙΚΗ ΑΓΩΓΗ

Ταχ.Δ/νση : Εθνικής Αντίστασης 20  
Ταχ.Κώδικας : 65110 Καβάλα  
Πληροφορίες : Στέργιος Κυριάκου  
Τηλέφωνα : 2513 503543  
Ηλ.Ταχ/μείο : [mail@dide.kav.sch.gr](mailto:mail@dide.kav.sch.gr)  
Ηλ. Δ/νση : <http://dide.kav.sch.gr>

**ΠΡΟΣ:** 1. Όλα τα ΓΕ.Λ. και ΕΠΑ.Λ. της ΔΕ Καβάλας  
2. Όλα τα ΓΕ.Λ. και ΕΠΑ.Λ των Δ.Δ.Ε.  
Δράμας, Ξάνθης, Σερρών  
(δια των οικείων Δ/νσεων)  
**ΚΟΙΝ:** • Υ.ΠΑΙ.Θ.Α. – Δ/νση Εξετάσεων και  
Πιστοποιήσεων  
• Π.Δ.Ε. – Α.Μ.Θ.  
• ΓΕΛ & ΕΠΑΛ της χώρας (δια των οικείων  
Δ/νσεων)

**ΘΕΜΑ : «Αποστολή οδηγιών και προγράμματος Υγειονομικής Εξέτασης και Πρακτικής Δοκιμασίας υποψηφίων Τ.Ε.Φ.Α.Α, ακαδημαϊκού έτους 2026-2027»**

Σχετ: 1. Φ.253.2/110419/Α5/11-09-2025 Υ.Α 2. Φ.251/55284/Α5/07-05-2026/Υ.ΠΑΙ.Θ.Α, 3. Φ.251/58767/Α5/13-5-2026/Υ.ΠΑΙ.Θ.Α, 4. Φ.353.1/150/124851/Ε3/11-10-2022 (Τοποθέτηση Δ/ντη ΔΔΕ Καβάλας)

- **ΗΜΕΡΟΜΗΝΙΕΣ ΚΑΤΑΘΕΣΗΣ ΔΙΚΑΙΟΛΟΓΗΤΙΚΩΝ ΚΑΙ ΠΡΑΚΤΙΚΩΝ ΔΟΚΙΜΑΣΙΩΝ ΓΙΑ ΤΟΥΣ ΥΠΟΨΗΦΙΟΥΣ Τ.Ε.Φ.Α.Α :**  
**15 ΙΟΥΝΙΟΥ 2026 έως και 26 ΙΟΥΝΙΟΥ 2026.**
- **ΤΟΠΟΣ ΚΑΤΑΘΕΣΗΣ ΔΙΚΑΙΟΛΟΓΗΤΙΚΩΝ ΚΑΙ ΥΓΕΙΟΝΟΜΙΚΗΣ ΕΞΕΤΑΣΗΣ:**  
**ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΣΤΑΔΙΟ ΚΑΒΑΛΑΣ «ΑΝΘΗ ΚΑΡΑΓΙΑΝΝΗ»**  
Δ/νση : Αμερικανικού Ερυθρού Σταυρού - Περιγιάλι, ΚΑΒΑΛΑΣ  
<https://goo.gl/maps/yc8JCRg8SQW1E6f88>

- ✓ Για τις ημερομηνίες και ώρες προσέλευσης των υποψηφίων για τα Τ.Ε.Φ.Α.Α. στον χώρο κατάθεσης δικαιολογητικών, υγειονομικής εξέτασης και πρακτικής δοκιμασίας μπορούν να ενημερωθούν οι υποψήφιοι από το πρόγραμμα που ακολουθεί.
- ✓ Οι υποψήφιοι δηλώνουν στην Επιτροπή Υγειονομικής Εξέτασης και Πρακτικής Δοκιμασίας τα τρία (3) από τα τέσσερα (4) αγωνίσματα στα οποία επιθυμούν να εξεταστούν. Η δήλωσή τους αυτή δεν μπορεί να τροποποιηθεί κατά τη διάρκεια εξέτασης των αγωνισμάτων.

**ΠΡΑΚΤΙΚΕΣ ΔΟΚΙΜΑΣΙΕΣ ΥΠΟΨΗΦΙΩΝ**  
**ΑΓΩΝΙΣΜΑΤΑ ΑΓΟΡΙΩΝ**

- Δρόμος 200 μ.
- Άλμα σε μήκος τρεις (3) προσπάθειες από τις οποίες βαθμολογείται η καλύτερη.
- Σφαιροβολία (βάρος σφαίρας 6 κιλών), τρεις (3) προσπάθειες από τις οποίες βαθμολογείται η καλύτερη.
- Κολύμβηση 50 μ. Ελεύθερο.

**ΑΓΩΝΙΣΜΑΤΑ ΚΟΡΙΤΣΙΩΝ**

- ✚ Δρόμος 200 μ.
- ✚ Άλμα σε μήκος τρεις (3) προσπάθειες από τις οποίες βαθμολογείται η καλύτερη.
- ✚ Σφαιροβολία (βάρος σφαίρας 4 κιλών), τρεις (3) προσπάθειες από τις οποίες βαθμολογείται η καλύτερη.
- ✚ Κολύμβηση 50μ. Ελεύθερο.

**Διεύθυνση διεξαγωγής αγωνισμάτων για τον Στίβο :**

ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΣΤΑΔΙΟ ΚΑΒΑΛΑΣ «ΑΝΘΗ ΚΑΡΑΓΙΑΝΝΗ» - Αμερικανικού Ερυθρού Σταυρού, Περιγιάλι, ΚΑΒΑΛΑ.

### Διεύθυνση διεξαγωγής της Κολύμβησης :

ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΚΟΛΥΜΒΗΤΗΡΙΟ ΚΑΒΑΛΑΣ -Περιγιάλι, ΚΑΒΑΛΑ.

<https://goo.gl/maps/Tnj3PZbsi128YR7WA>

- ❖ Οι υποψήφιοι κατά την προσέλευσή τους στον χώρο κατάθεσης δικαιολογητικών και υγειονομικής εξέτασης, πρέπει απαραίτητα να έχουν μαζί τους τα εξής δικαιολογητικά :
  - ✓ **Δύο (02) μικρές πρόσφατες, όμοιες φωτογραφίες.**
  - ✓ **Το δελτίο εξεταζομένου** από το Λύκειό τους, όπου αναγράφεται ο κωδικός αριθμός του υποψηφίου.
  - ✓ **Δελτίο αστυνομικής ταυτότητας ή Διαβατήριο** ή άλλο αποδεικτικό της ταυτότητας έγγραφο.
  - ✓ **Βεβαίωση οπτικής οξύτητας και αντίληψης χρωμάτων.**
  - ✓ **Ακτινογραφία θώρακα με σχετική γνωμάτευση.** Στην ακτινογραφία πρέπει να επισυνάπτεται φωτογραφία, σφραγισμένη & υπογεγραμμένη από τον γνωματεύοντα ιατρό.
  - ✓ **Καρδιογράφημα με σχετική γνωμάτευση και οπωσδήποτε σφραγίδα Ιατρού.**
- Επειδή οι Υγειονομικές Επιτροπές των Σωμάτων Ασφαλείας προηγήθηκαν των Εξετάσεων για τα Τ.Ε.Φ.Α.Α. και προκειμένου να μην υποβληθούν οι υποψήφιοι στις ίδιες ιατρικές εξετάσεις, δίνεται η δυνατότητα σε όσους επιθυμούν να είναι υποψήφιοι για τα Τμήματα Επιστήμης Φυσικής Αγωγής και Αθλητισμού, να καταθέσουν είτε:
    - **Α)** Βεβαίωση οπτικής οξύτητας, καρδιογράφημα και ακτινογραφία θώρακος (όπως αναφέρεται παραπάνω).
    - **Β)** Αντίγραφο Δελτίου Υγειονομικής Εξέτασης.
    - **Γ)** Βεβαίωση Ικανότητας.
  - Σημειώνεται ότι οι περιπτώσεις **Β** και **Γ** πρέπει να αναγράφουν **ότι ο υποψήφιος έχει κριθεί ικανός – κατάλληλος από τις αρμόδιες Υγειονομικές Επιτροπές των Στρατιωτικών Σχολών ή των Αστυνομικών Σχολών ή των Σχολών Πυροσβεστικής Ακαδημίας ή των Σχολών Λιμενικού.**

### ΟΔΗΓΙΕΣ ΠΡΟΣ ΤΟΥΣ ΥΠΟΨΗΦΙΟΥΣ

- ✓ Οι υποψήφιοι δηλώνουν στην Επιτροπή Υγειονομικής Εξέτασης και Πρακτικής Δοκιμασίας τα τρία (3) από τα τέσσερα (4) αγώνισμα στα οποία επιθυμούν να εξετασθούν. Η δήλωσή τους αυτή δεν μπορεί να τροποποιηθεί κατά τη διάρκεια εξέτασης των αγωνισμάτων.
- ✓ Αναπροσαρμογή του προγράμματος προσέλευσης για την κατάθεση των δικαιολογητικών προβλέπεται μόνο για τους υποψήφιους των ΓΕΛ-ΕΠΑΛ που εξετάζονται ως τις 15 Ιουνίου, τους υποψήφιους που συμμετέχουν στις εξετάσεις ειδικών μαθημάτων από 16 Ιουνίου έως και 25 Ιουνίου, καθώς και σε άλλες εξαιρετικές και έκτακτες περιπτώσεις, προσκομίζοντας την ανάλογη βεβαίωση.
- ✓ Η ημερομηνία εξέτασης των πρακτικών δοκιμασιών των υποψηφίων καθορίζεται κατά τη διάρκεια κατάθεσης των δικαιολογητικών με βάση το επισυναπτόμενο πρόγραμμα. Οι υποψήφιοι/ες σε εξαιρετικές περιπτώσεις (συμμετοχή στις πανελλαδικές εξετάσεις των ειδικών μαθημάτων) μπορούν να προσέλθουν για την υγειονομική εξέταση και την κατάθεση των απαραίτητων δικαιολογητικών σε άλλη ημερομηνία εκτός των προγραμματισμένων.
- ✓ Σε περίπτωση μη συμμετοχής του υποψηφίου σε αγώνισμα που έχει ήδη δηλώσει με αίτησή του ότι θα εξεταστεί, σημειώνεται στο πινάκιο η ένδειξη ΑΠΟΥΣΙΑ και για την εξαγωγή του μέσου όρου υπολογίζεται ως βαθμός του αγωνίσματος το μηδέν (0).
- ✓ Ο υποψήφιος βαθμολογείται μόνο αν έχει λάβει μέρος σε ένα (1) τουλάχιστον αγώνισμα. Ο υποψήφιος που δεν λαμβάνει μέρος σε κανένα αγώνισμα αποκλείεται από τη διαδικασία επιλογής για τα Τ.Ε.Φ.Α.Α.
- ✓ Οι αθλητές με διακρίσεις που εμπίπτουν στον αθλητικό νόμο, είναι υποχρεωμένοι να προσέλθουν για κατάθεση της αίτησης, Υγειονομική εξέταση και Πρακτική Δοκιμασία.
- ✓ Οι υποψήφιοι, κατά τη διεξαγωγή των πρακτικών δοκιμασιών, υποχρεούνται να συμπεριφέρονται κόσμια και να συμμορφώνονται προς τους κανόνες ευταξίας, καθώς και πιστής τήρησης των υποδείξεων και των συστάσεων των μελών της εξεταστικής επιτροπής.
- ✓ Ο υποψήφιος που εξετάζεται σε περισσότερες από μία (1) επιτροπές αποκλείεται από τη

διαδικασία επιλογής για τα Τ.Ε.Φ.Α.Α. με απόφαση της επιτροπής οργάνωσης εξετάσεων και επιλογής.

- Σας επισημαίνουμε ότι σύμφωνα με τις διατάξεις της παρ. 33 του άρθρου 39 του Ν.4186/2013 (ΦΕΚ 193 τ. Α'), όσοι απόφοιτοι διεκδικούν την εισαγωγή τους στα Τ.Ε.Φ.Α.Α. με τη διαδικασία του 10% των θέσεων εισακτέων, χωρίς νέα εξέταση, συμμετέχουν στη διαδικασία επιλογής με βάση τη βαθμολογία της τελευταίας εξέτάσής τους στα πανελλαδικώς εξεταζόμενα μαθήματα και πρακτικές δοκιμασίες. Οι υποψήφιοι αυτοί δεν έχουν τη δυνατότητα ή δικαίωμα να εξεταστούν ξανά στις πρακτικές δοκιμασίες για τα Τ.Ε.Φ.Α.Α. Δυνατότητα συμμετοχής στις πρακτικές δοκιμασίες έχουν μόνο όσοι συμμετέχουν στις πανελλαδικές εξετάσεις 2026.

Σας επισημαίνουμε ότι σύμφωνα με τους διεθνείς κανονισμούς, που ισχύουν από την 1<sup>η</sup> Ιανουαρίου 2010, κάθε αθλητής που θεωρείται υπαίτιος για άκυρη εκκίνηση αποκλείεται. Κατά τις πρακτικές δοκιμασίες των υποψηφίων για τα Τ.Ε.Φ.Α.Α., θα μηδενίζεται στο συγκεκριμένο αγώνισμα.

### **ΠΡΟΣΟΧΗ**

- ✓ Παρακαλούνται οι υποψήφιοι να προσέρχονται για την υγειονομική τους εξέταση και πρακτική δοκιμασία στην προγραμματισμένη ημερομηνία εξέτάσής τους, για την αποφυγή συνωστισμού, ώστε να μπορέσουν να εξυπηρετηθούν καλύτερα. Αν, ωστόσο, ορισμένοι υποψήφιοι στα αγωνίσματα Στίβου δεν μπορούν να λάβουν μέρος στην προγραμματισμένη ημερομηνία εξέτάσής τους για σοβαρούς λόγους, (Ειδικά μαθήματα, ασθένεια, ή ατύχημα), αυτοί μπορούν να προσέρχονται ύστερα από επικοινωνία με τον Πρόεδρο της Επιτροπής μια άλλη ημέρα, εκτός από τις ημερομηνίες που θα εξεταστούν στο άθλημα της Κολύμβησης.
- ✓ Οι υποψήφιοι στην Κολύμβηση δεν μπορούν να εξεταστούν άλλη μέρα εκτός από την Παρασκευή 19-06-2026 και την Πέμπτη 25-06-2026.

### **ΓΕΝΙΚΑ**

- ✓ Παρακαλούνται οι κ. Διευθυντές/ντριες των σχολικών μονάδων να επιστήσουν την προσοχή των υποψηφίων για τις ώρες προσέλευσής τους, σύμφωνα με το πρόγραμμα των εξετάσεων και να αναρτηθεί αυτό στην ιστοσελίδα του Σχολείου.  
Οι Διευθύνσεις Δευτεροβάθμιας Εκπαίδευσης παρακαλούνται να προωθήσουν την εγκύκλιο αυτή άμεσα στα σχολεία της αρμοδιότητάς τους, για να ενημερωθούν οι υποψήφιοι για τα Τ.Ε.Φ.Α.Α.
- ✓ Απαγορεύεται η είσοδος στον στίβο και στις κερκίδες σε άτομα που δεν συμμετέχουν στην επιτροπή ή δεν είναι υποψήφιοι.

### **ΟΔΗΓΙΕΣ ΠΡΟΣ ΤΟΥΣ ΥΠΟΨΗΦΙΟΥΣ ΤΩΝ ΝΗΣΙΩΤΙΚΩΝ ΠΕΡΙΟΧΩΝ**

- ✓ Οι υποψήφιοι των νησιωτικών περιοχών έχουν τη δυνατότητα (λόγω μετακίνησης) να καταθέσουν τα απαιτούμενα δικαιολογητικά τις ημερομηνίες που θα επιλέξουν να εξεταστούν στις πρακτικές δοκιμασίες με βάση το επισυναπτόμενο πρόγραμμα.
- ✓ Για οποιαδήποτε πληροφορία, που αφορά την κατάθεση δικαιολογητικών, την υγειονομική εξέταση και την πρακτική δοκιμασία, οι υποψήφιοι μπορούν να απευθύνονται στο γραφείο Φυσικής Αγωγής της Δ/νσης Δ/θμιας Εκπ/σης Καβάλας-Εθνικής Αντίστασης 20 - στον 5<sup>ο</sup> όροφο- Γραφ. 543. Τηλέφωνο επικοινωνίας 2513 503543.

## ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΥΓΕΙΟΝΟΜΙΚΗΣ ΕΞΕΤΑΣΗΣ ΚΑΙ ΠΡΑΚΤΙΚΗΣ ΔΟΚΙΜΑΣΙΑΣ

<b>ΥΓΕΙΟΝΟΜΙΚΗ ΕΞΕΤΑΣΗ &amp; ΚΑΤΑΘΕΣΗ ΔΙΚΑΙΟΛΟΓΗΤΙΚΩΝ</b>		<b>ΑΓΩΝΙΣΜΑΤΑ ΣΤΙΒΟΥ</b>	<b>ΚΟΛΥΜΒΗΣΗ</b>
ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΣΤΑΔΙΟ ΚΑΒΑΛΑΣ «ΑΝΘΗ ΚΑΡΑΓΙΑΝΝΗ» Αμερικανικού Ερυθρού Σταυρού –Περιγιάλι – ΚΑΒΑΛΑ		ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΣΤΑΔΙΟ ΚΑΒΑΛΑΣ «ΑΝΘΗ ΚΑΡΑΓΙΑΝΝΗ» Αμερ. Ερυθρού Σταυρού – Περιγιάλι - ΚΑΒΑΛΑ	ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΚΟΛΥΜΒΗΤΗΡΙΟ ΚΑΒΑΛΑΣ  Περιγιάλι Καβάλας
<b>ΗΜΕΡΟΜΗΝΙΑ</b>	<b>ΚΑΤΑΘΕΣΗ ΔΙΚΑΙΟΛΟΓΗΤΙΚΩΝ</b>	<b>ΣΦΑΙΡΑ – ΜΗΚΟΣ – ΔΡΟΜΟΣ (Αγόρια – Κορίτσια) 09:00 – 13:00</b>	<b>ΚΟΛΥΜΒΗΣΗ (Αγόρια – κορίτσια)</b>
ΔΕΥΤΕΡΑ 15-06-2026	07:30 – 09:00	A -M	
ΤΡΙΤΗ 16-06-2026	07:30 – 09:00	N - Ω	
ΤΕΤΑΡΤΗ 17-06-2026	07:30 – 09:00	A -M	
ΠΕΜΠΤΗ 18-06-2026	07:30 – 09:00	N - Ω	
ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ 19-06-2026	07:30 – 09:00	-----	10:00 A - Ω
ΔΕΥΤΕΡΑ 22-06-2026	07:30 – 09:00	A-M	
ΤΡΙΤΗ 23-06-2026	07:30 – 09:00	N-Ω	
ΤΕΤΑΡΤΗ 24-06-2026	07:30 – 09:00	A-Ω	
ΠΕΜΠΤΗ 25-06-2026	07:30 – 09:00	-----	10:00 A - Ω
ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ 26-06-2026	07:30 – 09:00	A-Ω ΕΚΚΡΕΜΟΤΗΤΕΣ	

Υ.Σ. Οι υποψήφιοι /ες να προσέρχονται στις εξετάσεις σύμφωνα με το πρόγραμμα λαμβάνοντας υπόψη το αρχικό του επωνύμου τους.

## ΠΙΝΑΚΕΣ ΒΑΘΜΟΛΟΓΙΑΣ ΑΓΩΝΙΣΜΑΤΩΝ Τ.Ε.Φ.Α.Α.

<b>ΑΓΩΝΙΣΜΑΤΑ ΑΓΟΡΙΩΝ</b>				
<b>ΒΑΘΜΟΙ</b>	<b>ΔΡΟΜΟΣ 200μ.</b>	<b>ΑΛΜΑ ΣΕ ΜΗΚΟΣ</b>	<b>ΣΦΑΙΡΟΒΟΛΙΑ (βάρος σφαίρας 6κ.)</b>	<b>ΚΟΛΥΜΒΗΣΗ 50μ. Ελεύθερο</b>
<b>20</b>	μέχρι 25"	6.20μ. και άνω	14μ. και άνω	Μέχρι 29"
<b>19</b>	25"01 - 25"50	6.19μ.-6.05μ.	13.99μ.-13.60μ.	29"01 - 30"00
<b>18</b>	25"51 - 26"00	6.04μ.-5.90μ.	13.59μ.-13.20μ.	30"01 - 31"00
<b>17</b>	26"01 - 26"50	5.89μ.-5.75μ.	13.19μ.-12.80μ.	31"01 - 32"00
<b>16</b>	26"51 - 27"00	5.74μ.-5.60μ.	12.79μ.-12.40μ.	32"01 - 33"00
<b>15</b>	27"01 - 27"50	5.59μ.-5.45μ.	12.39μ.-12.00μ.	33"01 - 34"00
<b>14</b>	27"51 - 28"00	5.44μ.-5.30μ.	11.99μ.-11.60μ.	34"01 - 35"00
<b>13</b>	28"01 - 28"50	5.29μ.-5.15μ.	11.59μ.-11.20μ.	35"01 - 36"00
<b>12</b>	28"51 - 29"00	5.14μ.-5.00μ.	11.19μ.-10.80μ.	36"01 - 37"00
<b>11</b>	29"01 - 29"50	4.99μ.-4.85μ.	10.79μ.-10.40μ.	37"01 - 38"00
<b>10</b>	29"51 - 30"00	4.84μ.-4.70μ.	10.39μ. - 10.00μ.	38"01 - 39"00
<b>9</b>	30"01 - 30"50	4.69μ.-4.55μ.	9.99μ.-9.60μ.	39"01 - 40"00
<b>8</b>	30"51 - 31"00	4.54μ.-4.40μ.	9.59μ.-9.20μ.	40"01 - 41"00
<b>7</b>	31"01 - 31"50	4.39μ.-4.25μ.	9.19μ.-8.80μ.	41"01 - 42"00
<b>6</b>	31"51 - 32"00	4.24μ.-4.10μ.	8.79μ.-8.40μ.	42"01 - 43"00
<b>5</b>	32"01 - 32"50	4.09μ.-3.95μ.	8.39μ.-8.00μ.	43"01 - 44"00
<b>4</b>	32"51 - 33"00	3.94μ.-3.80μ.	7.99μ.-7.60μ.	44"01 - 45"00
<b>3</b>	33"01 - 33"50	3.79μ.-3.65μ.	7.59μ.-7.20μ.	45"01 - 46"00
<b>2</b>	33"51 - 34"00	3.64μ.-3.50μ.	7.19μ.-6.80μ.	46"01 - 47"00
<b>1</b>	34"01 - 34"50	3.49μ.-3.35μ.	6.79-6.40μ.	47"01 - 48"00
<b>0</b>	34"51 και άνω	3.34μ. και κάτω	6.39μ. και κάτω	48"01 και άνω

<b>ΑΓΩΝΙΣΜΑΤΑ ΚΟΡΙΤΣΙΩΝ</b>				
<b>ΒΑΘΜΟΙ</b>	<b>ΔΡΟΜΟΣ 200μ.</b>	<b>ΑΛΜΑ ΣΕ ΜΗΚΟΣ</b>	<b>ΣΦΑΙΡΟΒΟΛΙΑ (βάρος σφαίρας 4Κ)</b>	<b>ΚΟΛΥΜΒΗΣΗ 50μ Ελεύθερο</b>
<b>20</b>	μέχρι 29"	5.15μ και άνω	11.00μ.και άνω	έως 31"0
<b>19</b>	29"01-29"50	5.14μ - 5.00μ	10.99μ.-10.60μ.	31"1-32"0
<b>18</b>	29"51-30"00	4.99μ - 4.85μ	10.59μ.-10.20μ.	32"1-33"0
<b>17</b>	30"01-30"50	4.84μ - 4.70μ	10.19μ.-9.80μ.	33"1-34"0
<b>16</b>	30"51-31"00	4.69μ - 4.55μ	9.79μ.-9.40μ.	34"1-35"0
<b>15</b>	31"01-31"50	4.54μ - 4.40μ	9.39μ.-9.00μ.	35"1-36"0
<b>14</b>	31"51-32"00	4.39μ - 4.25μ	8.99μ.- 8.60μ.	36"1-37"0
<b>13</b>	32"01-32"50	4.24μ - 4.10μ	8.59μ.- 8.20μ.	37"1-38"0
<b>12</b>	32"51-33"00	4.09μ - 3.95μ	8.19μ.-7.80μ.	38"1-39"0
<b>11</b>	33"01-33"50	3.94μ - 3.80μ	7.79μ.-7.40μ.	39"1-40"0
<b>10</b>	33"51-34"00	3.79μ - 3.65μ	7.39μ.-7.00μ.	40"1-41"0
<b>9</b>	34"01-34"50	3.64μ - 3.50μ	6.99μ.-6.60μ.	41"1-42"0
<b>8</b>	34"51-35"00	3.49μ - 3.35μ	6.59μ.-6.20μ.	42"1-43"0
<b>7</b>	35"01-35"50	3.34μ - 3.20μ	6.19μ.-5.80μ.	43"1-44"0
<b>6</b>	35"51-36"00	3.19μ - 3.05μ	5.79μ.-5.40μ.	44"1-45"0
<b>5</b>	36"01-36"50	3.04μ - 2.90μ	5.39μ.-5.00μ.	45"1-46"0
<b>4</b>	36"51-37"00	2.89μ - 2.75μ	4.99μ.-4.60μ.	46"1-47"0
<b>3</b>	37"01-37"50	2.74μ - 2.60μ	4.59μ.-4.20μ.	47"1-48"0
<b>2</b>	37"51-38"00	2.59μ - 2.45μ	4.19μ.-3.80μ.	48"1-49"0
<b>1</b>	38"01-38"50	2.44μ - 2.30μ	3.79μ.-3.40μ.	49"1-50"0
<b>0</b>	38"51 και άνω	2.29μ και κάτω	3.39 μ. και κάτω	50" και άνω

Ο ΔΙΕΥΘΥΝΤΗΣ ΔΔΕ ΚΑΒΑΛΑΣ

ΔΑΝΙΗΛ ΕΜΜΑΝΟΥΗΛΙΔΗΣ