

## 3<sup>ος</sup> & 4<sup>ος</sup> ΑΓΩΝΑΣ – ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ

### ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ 30 ΑΥΓΟΥΣΤΟΥ

| <b>ΠΡΟΕΤΟΙΜΑΣΙΑ</b>  |       |  |       |
|----------------------|-------|--|-------|
| ΔΙΟΙΚΗΤΙΚΟΣ ΕΛΕΓΧΟΣ  | 15:00 |  | 18:00 |
| ΠΑΡΑΛΑΒΗ ΚΑΡΤΕΛΑΚΙΑ  | 15:00 |  | 18:00 |
| ΜΟΝΤΑΡΙΣΜΑ ΕΛΑΣΤΙΚΩΝ | 15:00 |  | 18:00 |

### ΣΑΒΒΑΤΟ 31 ΑΥΓΟΥΣΤΟΥ

| <b>ΕΝΗΜΕΡΩΣΗ (BRIEFING) ΑΘΛΗΤΩΝ - ΔΙΑΓΩΝΙΖΟΜΕΝΩΝ</b> |       |  |       |
|--|-------|--|-------|
| X30 MINI   | 09:00 |  | 09:15 |
| X30 JUNIOR, SENIOR, SUPER                            | 09:15 |  | 09:30 |

| <b>ΕΛΕΥΘΕΡΕΣ ΔΟΚΙΜΕΣ - 10 ΛΕΠΤΑ</b> |       |  |       |
|-------------------------------------|-------|--|-------|
| X30 MINI                            | 9:30  |  | 9:40  |
| X30 JUNIOR                          | 9:45  |  | 9:55  |
| X30 SENIOR                          | 10:00 |  | 10:10 |
| X30 SUPER                           | 10:15 |  | 10:25 |

| <b>ΧΡΟΝΟΜΕΤΡΗΜΕΝΕΣ ΔΟΚΙΜΕΣ - 10 ΛΕΠΤΑ</b> |       |  |       |
|---|-------|--|-------|
| X30 MINI                                  | 10:30 |  | 10:40 |
| X30 JUNIOR                                | 10:45 |  | 10:55 |
| X30 SENIOR                                | 11:00 |  | 11:10 |
| X30 SUPER                                 | 11:15 |  | 11:25 |

| <b>ΣΚΕΛΗ ΠΡΟΚΡΙΜΑΤΙΚΩΝ Α</b> |       |  |       |
|------------------------------|-------|--|-------|
| X30 MINI (10 ΓΥΡΟΙ)          | 11:30 |  | 11:40 |
| X30 JUNIOR (12 ΓΥΡΟΙ)        | 11:45 |  | 12:00 |
| X30 SENIOR (14 ΓΥΡΟΙ)        | 12:05 |  | 12:20 |
| X30 SUPER (14 ΓΥΡΟΙ)         | 12:25 |  | 12:40 |

| <b>ΣΚΕΛΗ ΠΡΟΚΡΙΜΑΤΙΚΩΝ Β</b> |       |  |       |
|------------------------------|-------|--|-------|
| X30 MINI (10 ΓΥΡΟΙ)          | 12:45 |  | 12:55 |

| <b>ΔΙΑΛΕΙΜΜΑ 35' – ΠΙΣΤΑ ΚΛΕΙΣΤΗ</b> |       |  |       |
|--------------------------------------|-------|--|-------|
| X30 JUNIOR (12 ΓΥΡΟΙ)                | 13:30 |  | 13:45 |
| X30 SENIOR (14 ΓΥΡΟΙ)                | 13:50 |  | 14:05 |
| X30 SUPER (14 ΓΥΡΟΙ)                 | 14:10 |  | 14:25 |

| <b>ΤΕΛΙΚΟΙ</b>        |       |  |       |
|-----------------------|-------|--|-------|
| X30 MINI (14 ΓΥΡΟΙ)   | 14:30 |  | 14:45 |
| X30 JUNIOR (16 ΓΥΡΟΙ) | 14:50 |  | 15:10 |
| X30 SENIOR (18 ΓΥΡΟΙ) | 15:15 |  | 15:35 |
| X30 SUPER (18 ΓΥΡΟΙ)  | 15:40 |  | 16:00 |

**ΚΥΡΙΑΚΗ 1 ΣΕΠΤΕΜΒΡΙΟΥ**

| <b>ΕΝΗΜΕΡΩΣΗ (BRIEFING) ΑΘΛΗΤΩΝ - ΔΙΑΓΩΝΙΖΟΜΕΝΩΝ</b> |       |  |       |
|--|-------|--|-------|
| <b>X30 MINI</b>                                      | 09:00 |  | 09:15 |
| <b>ΚΛΗΡΩΣΗ ΚΙΝΗΤΗΡΩΝ X30 MINI</b>                    | 09:15 |  | 09:30 |
| <b>X30 JUNIOR, SENIOR, SUPER</b>                     | 09:15 |  | 09:30 |
| <b>ΕΛΕΥΘΕΡΕΣ ΔΟΚΙΜΕΣ - 10 ΛΕΠΤΑ</b>                  |       |  |       |
| <b>X30 MINI</b>                                      | 9:30  |  | 9:40  |
| <b>X30 JUNIOR</b>                                    | 9:45  |  | 9:55  |
| <b>X30 SENIOR</b>                                    | 10:00 |  | 10:10 |
| <b>X30 SUPER</b>                                     | 10:15 |  | 10:25 |
| <b>X30 MINI</b>                                      | 10:30 |  | 10:40 |
| <b>ΧΡΟΝΟΜΕΤΡΗΜΕΝΕΣ ΔΟΚΙΜΕΣ - 10 ΛΕΠΤΑ</b>            |       |  |       |
| <b>X30 JUNIOR</b>                                    | 10:45 |  | 10:55 |
| <b>X30 SENIOR</b>                                    | 11:00 |  | 11:10 |
| <b>X30 SUPER</b>                                     | 11:15 |  | 11:25 |
| <b>X30 MINI</b>                                      | 11:30 |  | 11:40 |
| <b>ΣΚΕΛΗ ΠΡΟΚΡΙΜΑΤΙΚΩΝ Α</b>                         |       |  |       |
| <b>X30 JUNIOR (12 ΓΥΡΟΙ)</b>                         | 11:45 |  | 12:00 |
| <b>X30 SENIOR (14 ΓΥΡΟΙ)</b>                         | 12:05 |  | 12:20 |
| <b>X30 SUPER (14 ΓΥΡΟΙ)</b>                          | 12:25 |  | 12:40 |
| <b>X30 MINI (10 ΓΥΡΟΙ)</b>                           | 12:45 |  | 12:55 |
| <b>ΣΚΕΛΗ ΠΡΟΚΡΙΜΑΤΙΚΩΝ Β</b>                         |       |  |       |
| <b>X30 JUNIOR (12 ΓΥΡΟΙ)</b>                         | 13:00 |  | 13:15 |
| <b>X30 SENIOR (14 ΓΥΡΟΙ)</b>                         | 13:20 |  | 13:35 |
| <b>X30 SUPER (14 ΓΥΡΟΙ)</b>                          | 13:40 |  | 13:55 |
| <b>X30 MINI (10 ΓΥΡΟΙ)</b>                           | 14:00 |  | 14:10 |
| <b>ΔΙΑΛΕΙΜΜΑ 35' – ΠΙΣΤΑ ΚΛΕΙΣΤΗ</b>                 |       |  |       |
| <b>ΤΕΛΙΚΟΙ</b>                                       |       |  |       |
| <b>X30 JUNIOR (16 ΓΥΡΟΙ)</b>                         | 14:45 |  | 15:05 |
| <b>X30 SENIOR (18 ΓΥΡΟΙ)</b>                         | 15:10 |  | 15:30 |
| <b>X30 SUPER (18 ΓΥΡΟΙ)</b>                          | 15:35 |  | 15:55 |
| <b>X30 MINI (14 ΓΥΡΟΙ)</b>                           | 16:00 |  | 16:15 |