



ΩΡΟΛΟΓΙΟ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ

ΑΓΩΝΑ Β΄ ΚΑΤΗΓΟΡΙΑΣ Κ.Χ.
ΑΝΔΡΩΝ-ΓΥΝΑΙΚΩΝ/Υ21 ΑΝΔΡΩΝ-ΓΥΝΑΙΚΩΝ/Υ18 ΑΝΔΡΩΝ-
ΓΥΝΑΙΚΩΝ ΟΛΥΜΠΙΑΚΟΥ ΤΟΞΟΥ

**ΚΛΕΙΣΤΟ ΓΥΜΝΑΣΤΗΡΙΟ ΚΕΡΑΤΕΑΣ «ΙΩΑΝΝΗΣ
ΜΕΓΓΟΥΛΗΣ» ΚΥΡΙΑΚΗ 22 ΙΑΝΟΥΑΡΙΟΥ 2023**

ΚΥΡΙΑΚΗ 22 ΙΑΝΟΥΑΡΙΟΥ 2023
Α΄ ΒΑΡΔΙΑ - ΣΕΙΡΑ ΑΒ/CD

ΟΛΥΜΠΙΑΚΟ ΤΟΞΟ ΓΥΝΑΙΚΩΝ/Υ21 ΑΝΔΡΩΝ-ΓΥΝΑΙΚΩΝ/Υ18 ΑΝΔΡΩΝ-ΓΥΝΑΙΚΩΝ

08:00 – 08:45 Προσέλευση Αθλητών
Έλεγχος Κάρτας Υγείας Αθλητή & έλεγχος εξοπλισμού
08:45 – 09:15 Δοκιμαστικές βολές
09:15 – 10:30 Α΄ ΓΥΡΟΣ
10:30 – 10:50 Διάλειμμα
10:50 – 12:05 Β΄ ΓΥΡΟΣ

ΑΠΟΝΟΜΕΣ

ΚΥΡΙΑΚΗ 22 ΙΑΝΟΥΑΡΙΟΥ 2023
Β΄ ΒΑΡΔΙΑ - ΣΕΙΡΑ ΑΒ/CD

ΟΛΥΜΠΙΑΚΟ ΤΟΞΟ ΑΝΔΡΩΝ

13:00 – 13:45 Προσέλευση Αθλητών
Έλεγχος Κάρτας Υγείας Αθλητή & έλεγχος εξοπλισμού
13:45 – 14:15 Δοκιμαστικές βολές
14:15 – 15:30 Α΄ ΓΥΡΟΣ
15:30 – 15:50 Διάλειμμα
15:50 – 17:05 Β΄ ΓΥΡΟΣ

ΑΠΟΝΟΜΕΣ