



ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΔΗΜΟΚΡΑΤΙΑ

ΥΠΟΥΡΓΕΙΟ ΠΑΙΔΕΙΑΣ,
ΘΡΗΣΚΕΥΜΑΤΩΝ ΚΑΙ ΑΘΛΗΤΙΣΜΟΥ

ΠΕΡΙΦΕΡΕΙΑΚΗ Δ/ΝΣΗ
Π/ΘΜΙΑΣ ΚΑΙ Δ/ΘΜΙΑΣ ΕΚΠ/ΣΗΣ ΑΤΤΙΚΗΣ
Δ/ΝΣΗ Δ/ΘΜΙΑΣ ΕΚΠ/ΣΗΣ Α' ΑΘΗΝΑΣ

Ταχ. Δ/νση : ΧΙΟΥ 16-18, 104 38, Αθήνα
mail@dide-a-ath.att.sch.gr

e-mail : fysagogi@dide-a-ath.att.sch.gr

Πληροφορίες : ΣΤΑΘΟΥΛΗΣ Σ.,
ΔΗΜΗΤΡΙΟΥ Ε.

Τηλέφωνο : 2144069207
2144069222

ΑΔΑ: ΨΙ3Λ46ΝΚΠΔ-ΝΘΒ

ΑΘΗΝΑ: 20-03-2026

ΑΡ. ΠΡ.: 11296

ΠΡΟΣ:

- ΓΕ.Λ. και ΕΠΑ.Λ. Α' ΑΘΗΝΑΣ
- ΠΕΡΙΦΕΡΕΙΑΚΟ ΔΙΕΥΘΥΝΤΗ ΕΚΠ/ΣΗΣ ΑΤΤΙΚΗΣ

ΚΟΙΝ.:

- ΥΠΑΙΘΑ/ΔΙΕΥΘΥΝΣΗ ΦΥΣΙΚΗΣ ΑΓΩΓΗΣ
- ΕΠΟΠΤΗΣ ΠΟΙΟΤΗΤΑΣ ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗΣ
- ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΟΣ ΓΥΜΝΑΣΤΙΚΟΣ ΣΥΛΛΟΓΟΣ

ΘΕΜΑ: «Προκήρυξη Πανελλήνιων Αγώνων Κλασικού Αθλητισμού Α' Φάσης μαθητών – μαθητριών ΓΕ.Λ. & ΕΠΑ.Λ. Σχολικού Έτους 2025 - 2026»

Η Ο.Ε.Σ.Α.Δ. Α' Αθήνας έχοντας υπόψη:

1. Την υπ. αριθμ. 190677/Δ5/10-11-2016 (Φ.Ε.Κ.3754/τ. Β'/21-11-2016) Υπουργική Απόφαση «Αθλητικές δραστηριότητες σχολείων Πρωτοβάθμιας και Δευτεροβάθμιας Εκπαίδευσης»,
2. Την Υπουργική απόφαση με αριθμ.πρωτ 9941/Δ5/22-1-2019 με θέμα «Συμπλήρωση και αντικατάσταση Κεφαλαίων στην με αριθμ .πρωτ. 190677/Δ5/10-11-2016(ΦΕΚ 3754/τ.Β'/21-11-2016) όπως τροποποιήθηκε και ισχύει,
3. Την υπό στοιχεία 148852/Δ5/28.12.2023 απόφαση "Αντικατάσταση της υπό στοιχεία 190677/Δ5/10.11.2016 υπουργικής απόφασης «Αθλητικές δραστηριότητες σχολείων Πρωτοβάθμιας και Δευτεροβάθμιας Εκπαίδευσης (Β'3754)», (Β'7541)",
4. Την υπό στοιχεία 129015/Δ5/14-10-2025 (ΑΔΑ: 7ΑΟ46ΝΚΠΔ-03Τ) απόφαση της Υφυπουργού Παιδείας, Θρησκευμάτων και Αθλητισμού με θέμα: «Προκήρυξη Πανελλήνιων Αγώνων ΓΕ.Λ. & ΕΠΑ.Λ. Ελλάδας – Κύπρου και άλλων σχολικών Αθλητικών δραστηριοτήτων σχολικού έτους 2025-2026»,
5. Το υπ. αριθμ. 134563/Δ5/23-10-2025 έγγραφο του Υ.ΠΑΙ.Θ.Α. «Ενημέρωση για τους Πανελλήνιους Αγώνες ΓΕ.Λ & ΕΠΑ.Λ. Ελλάδας – Κύπρου σχολικού έτους 2025-2026»,

6. Την αριθ. 128960/Β1/14-10-2025 (ΑΔΑ: Ψ7Λ946ΝΚΠΔ-8ΦΥ) Υπουργική Απόφαση με θέμα «Μεταφορά πιστώσεων στον ΑΛΕ 2420908001 του Προϋπολογισμού έτους 2025 των Περιφερειακών Διευθύνσεων Πρωτοβάθμιας και Δευτεροβάθμιας Εκπαίδευσης».
7. Την με αρ. πρωτ. 252/08-01-2026 (ΑΔΑ: ΨΙΦΑ46ΝΚΠΔ-ΠΚ8) με α/α Δ.Υ.Ε.Ε. 6090 απόφαση έγκρισης δέσμευσης πίστωσης Λογαριασμού **ΑΛΕ 2420908001** του Ειδικού Φορέα **1020-206- 9900200**.
8. Το υπ. αριθμ. 15489/Δ5/09-02-2026 έγγραφο του Υ.ΠΑΙ.Θ.Α. «Χρονοδιάγραμμα Α΄ Φάσης των Πανελλήνιων Αγώνων Κλασικού Αθλητισμού Γενικών και Επαγγελματικών Λυκείων (ΓΕ.Λ. & ΕΠΑ.Λ.) σχολικού έτους 2025-2026»,
9. Την 1^η πράξη 16/10/2025 της Οργανωτικής Επιτροπής Σχολικών Αθλητικών Δραστηριοτήτων (Ο.Ε.Σ.Α.Δ.) Α΄ Δ.Δ.Ε. Αθήνας,

Π ρ ο κ η ρ ύ σ σ ε ι

σε επίπεδο Νομού την Α΄ Φάση Αγώνων Κλασικού Αθλητισμού μαθητών - μαθητριών **ΓΕ.Λ. & ΕΠΑ.Λ.** σχ. Έτους 2025-2026 της **Α΄ Διεύθυνσης Δευτεροβάθμιας Εκπαίδευσης Αθηνών**.

Τόπος διεξαγωγής αγώνων

Οι αγώνες θα διεξαχθούν στις εγκαταστάσεις του Πανελληνίου Γυμναστικού Συλλόγου ([Ευελπίδων 2, Αθήνα 104 34](#)), στο Εθνικό Αθλητικό Κέντρο Νεότητας Αγίου Κοσμά ([Λεωφ. Ποσειδώνος 26, Ελληνικό 167 77](#)) και στο Δημοτικό Στάδιο Παλλήνης ([Λεωφ. Ανθούσας, Παλλήνη 153 51](#)).

Δικαίωμα συμμετοχής

- Έχουν δικαίωμα να λάβουν μέρος οι μαθητές - μαθήτριες που γεννήθηκαν τα έτη **2008, 2009, 2010** καθώς και όσοι γεννήθηκαν το **2011** και φοιτούν στην Α΄ τάξη Λυκείου.
- Το κάθε σχολείο μετέχει με δύο (2) μαθήτριες και δύο (2) μαθητές σε κάθε αγώνισμα οι οποίοι επιλέγονται από εσωτερική αθλητική δοκιμασία με βάση τον πίνακα 5 της Υ. Α. 190677/Δ5/10-11-2016 του Υ.ΠΑΙ.Θ.Α.

ΠΙΝΑΚΑΣ 5				
Πίνακας Αγωνισμάτων Κλασικού Αθλητισμού Λυκείου και όρια για συμμετοχή στην Α΄ Φάση				
Αγωνίσματα	Αγόρια		Κορίτσια	
	Ταρτάν	Χώμα	Ταρτάν	Χώμα
100 μ.	12'' 20	12'' 30	13'' 80	13'' 90
200 μ.	24'' 80	25'' 00	29'' 50	29'' 70

400 μ	55'' 60	56'' 00	1' 06'' 60	1' 07'' 00
800 μ.	2' 13'' 00	2' 15'' 00	2' 40'' 00	2' 42'' 00
1.500 μ.	4' 35'' 00	4' 40'' 00	6' 05'' 00	6' 10'' 00
3.000 μ.	9' 50'' 00	10' 00'' 00	13' 30'' 00	13' 40'' 00
100 μ. εμπόδια			19'' 00	19'' 20
110 μ. εμπόδια	18'' 30	18'' 50		
400 μ. εμπόδια	1' 04'' 60	1' 05'' 60	1' 14'' 60	1' 15'' 00
2.000 μ. φυσ. εμπόδια	7' 50'' 00	8' 00'' 00	9' 14'' 00	9' 20'' 00
5.000 μ. βάδην			*29' 30'' 00	-----
10.000 μ. βάδην	*54' 30'' 00	-----		
Μήκος	6,00 μ.	5,90 μ.	4,80 μ.	4,70 μ.
Τριπλούν	12,00 μ.	11,80 μ.	10,00 μ.	9,80 μ.
Υψος	1,70 μ.	1,65 μ.	1,45 μ.	1,40 μ.
Επί κοντώ	3,10 μ.	3,00 μ.	2,40 μ.	2,30 μ.
Σφαίρα	11,00 μ.	11,00 μ.	8,60 μ.	8,60 μ.
Δίσκος	30,00 μ.	30,00 μ.	28,00 μ.	28,00 μ.
Ακόντιο	33,00 μ.	32,00 μ.	28,00 μ.	28,00 μ.
Σφύρα	35,00 μ.	35,00 μ.	26,00 μ.	26,00 μ.
Επταθλο			* 3.500 β.	-----
Δέκαθλο	* 5000 β.			
* Προκρίνονται απευθείας στην Γ' Φάση				

- Δικαίωμα συμμετοχής έχει και τρίτος μαθητής ή μαθήτρια κατά αγώνισμα εφόσον έχει συμπεριληφθεί στην εξάδα των νικητών κατά τους Πανελλήνιους Σχολικούς Αγώνες ή τους αγώνες Εφήβων – Νεανίδων ή Παίδων – Κορασίδων του Σ.Ε.Γ.Α.Σ κατά το προηγούμενο έτος και έχει πετύχει τα όρια συμμετοχής για αγώνες νομού όπου προβλέπονται.
- Στην περίπτωση που για το ίδιο αγώνισμα υπάρχουν από ένα σχολείο περισσότερες συμμετοχές από τις προβλεπόμενες, η Ο.Ε.Σ.Α.Δ. έχει το δικαίωμα να εγκρίνει μέχρι δύο (2) επιπλέον συμμετοχές μετά από έγγραφη αίτηση του σχολείου στην οποία θα αναφέρονται οι επιδόσεις όλων των αθλητών που θα συμμετάσχουν στο αγώνισμα αυτό.
- Οι μαθητές/τριες των σύνθετων αγωνισμάτων (Δέκαθλο μαθητών και Έπταθλο μαθητριών) και των αγωνισμάτων του Βάδην (10.000μ. μαθητών και 5.000μ. μαθητριών) προκρίνονται απευθείας στους αγώνες της Γ' Φάσης, με την προϋπόθεση ότι κατέχουν τα όρια του πίνακα 5Γ από τη συμμετοχή τους κατά το προηγούμενο ή το τρέχον σχολικό έτος:

α) σε αγώνες που διοργανώθηκαν σύμφωνα με τους επίσημους κανονισμούς του κλασικού αθλητισμού και είναι ενταγμένοι στο επίσημο πρόγραμμα αγώνων του Συνδέσμου Ελληνικών Γυμναστικών Αθλητικών Σωματείων (Σ.Ε.Γ.Α.Σ.) ή

β) σε επίσημους αγώνες που συνδιοργανώθηκαν από τις Οργανωτικές Επιτροπές Σχολικών Αθλητικών Δραστηριοτήτων (Ο.Ε.Σ.Α.Δ.) και τον Σ.Ε.Γ.Α.Σ., κατόπιν απόφασης της Διεύθυνσης Φυσικής Αγωγής.

ΠΙΝΑΚΑΣ 5Γ ΟΡΙΑ ΣΤΙΒΟΥ ΓΙΑ ΣΥΜΜΕΤΟΧΗ ΣΤΗ Γ' ΦΑΣΗ		
ΑΓΩΝΕΣ ΣΕ ΣΤΑΔΙΟ ΜΕ ΤΑΡΤΑΝ, ΦΩΤΟΦΙΝΙΣ ΚΑΙ ΑΝΕΜΟΜΕΤΡΟ		
ΑΓΩΝΙΣΜΑΤΑ	ΑΓΟΡΙΑ	ΚΟΡΙΤΣΙΑ
100 μ.	11 "54	12"94
200 μ.	24"00	26" 74
400 μ	52"40	1'02" 14
800 μ.	2'03"54	2' 27" 00
1.500 μ.	4'21"94	5'06" 00
3.000 μ.	9'45"00	11'50"00
100 μ. εμπόδια		16" 14
110 μ. εμπόδια	16"04	
400 μ. εμπόδια	59'54	1'08"00
2.000μ.φυσικά εμπόδια	7'02"00	8'30"00
5.000 μ. βάδην		29'30" 00
10.000 μ. βάδην	54'30"00	
Μήκος	6,30μ	5,20 μ.
Τριπλούν	13,10μ	11,00 μ.
Ύψος	1,86 μ.	1,58 μ.
Επί κοντώ	3,90 μ.	3,00μ
Σφαίρα	14,50μ	11,50 μ.
Δίσκος	42,00 μ.	33,00 μ..
Ακόντιο	50,00 μ.	35,00 μ
Σφύρα	51,00μ	43,00 μ.
Έπταθλο		3.500 β.
Δέκαθλο	5.000	

- οι μαθητές/τριες για να προκριθούν στην Β' Φάση των αγώνων του Κλασικού Αθλητισμού πρέπει να υπερβούν τα όρια πρόκρισης του Πίνακα 5B. Επιπλέον, στους αγώνες της Β' Φάσης μπορούν να λάβουν

μέρος ως υπεράριθμοι/ες μαθητές/μαθήτριες που δεν έλαβαν μέρος στους αγώνες της Α' Φάσης και οι οποίοι/ες:

α) μετείχαν αποδεδειγμένα (βεβαίωση συμμετοχής από τον Σ.Ε.Γ.Α.Σ.) με Εθνική Ομάδα σε διεθνείς αγώνες στην Ελλάδα ή το εξωτερικό κατά την ημέρα διεξαγωγής των αγώνων Α' Φάσης της οικείας Διεύθυνσης Δευτεροβάθμιας Εκπαίδευσης, ή

β) δεν μπόρεσαν να αγωνιστούν, λόγω τραυματισμού, στους αγώνες της Α' Φάσης, αλλά κατά το προηγούμενο έτος είχαν κατακτήσει, στο ίδιο αγώνισμα, πρώτη (1η) έως έκτη (6η) θέση στους Πανελλήνιους Αγώνες ΓΕ.Λ. και ΕΠΑ.Λ. Ελλάδας - Κύπρου ή στο Πανελλήνιο Πρωτάθλημα Στίβου Εφήβων -Νεανίδων ή Παιδών Κορασίδων. Για τη συμμετοχή τους απαιτείται, όσον αφορά τον τραυματισμό, βεβαίωση από κρατικό νοσηλευτικό ίδρυμα, ενώ όσον αφορά τη διάκρισή τους στους προαναφερόμενους αγώνες, απαιτείται επίδειξη των επίσημων αποτελεσμάτων αγώνων του Υ.ΠΑΙ.Θ.Α. ή του Σ.Ε.Γ.Α.Σ. **Οι συγκεκριμένοι μαθητές θα πρέπει να είναι δηλωμένοι στην κατάσταση συμμετοχής του σχολείου τους και να καταθέσουν στην γραμματεία την ημέρα διεξαγωγής των αγώνων της Α' Φάσης την βεβαίωση του τραυματισμού τους καθώς και το αποδεικτικό της κατάκτησης της πρώτης (1^{ης}) έως έκτης (6^{ης}) θέσης στους αγώνες που προαναφέρθηκαν.**

ΠΙΝΑΚΑΣ 5B		
Πίνακας Αγωνισμάτων Κλασικού Αθλητισμού Λυκείου και όρια για συμμετοχή στη Β' Φάση		
	Αγόρια	Κορίτσια
Αγωνίσματα	Χρονόμετρο	Χρονόμετρο
	Χειρός	Χειρός
100 μ.	11'' 70	13'' 00
200 μ.	24'' 30	27'' 00
400 μ.	53'' 00	1' 03'' 00
800 μ.	2' 05'' 00	2' 30'' 00
1.500 μ.	4' 24'' 00	5' 12'' 00
3.000 μ.	9' 50'' 00	12' 00'' 00
100 μ. εμποδ.		16'' 40
110 μ. εμποδ.	16'' 30	
400 μ. εμποδ.	1' 00'' 50	1' 11'' 40
2.000 μ. φυσ. εμπ.	7' 20'' 00	8'50'00
5.000 μ. βάδην		*29' 30'' 00
10.000 μ. βάδην	*54' 30'' 00	
Μήκος	6,10 μ.	5,00 μ.
Τριπλούν	12,80 μ.	10,80 μ.
Ύψος	1,83 μ.	1,55 μ.

Επί κοντώ	3,80 μ.	2,90 μ.
Σφαίρα	14,00 μ.	10,60 μ.
Δίσκος	40,00 μ.	32,00 μ.
Ακόντιο	49,00 μ.	33,00 μ.
Σφύρα	50,00 μ.	40,00 μ.
Έπταθλο		*3.500 β.
Δέκαθλο	*5.000 β.	
* Προκρίνονται απευθείας στην Γ΄ Φάση		

Δικαιολογητικά συμμετοχής

- 1. σχολική αθλητική ταυτότητα** (η οποία έχει ενσωματωθεί στα ΓΕ.Λ. & ΕΠΑ.Λ. του **myschool**). Οι σχολικές μονάδες να απευθύνονται στο helpdesk του myschool για οποιαδήποτε διευκρίνιση. Στη Σχολική Αθλητική Ταυτότητα αναγράφεται και συμπληρώνεται στο συγκεκριμένο πεδίο (πίσω πλευρά) η βεβαίωση ιατρού ότι στο μαθητή/μαθήτρια επιτρέπεται η συμμετοχή σε αγώνες. Η ιατρική βεβαίωση πρέπει να έχει ημερομηνία που να μην υπερβαίνει τους δώδεκα (12) μήνες από την ημέρα του αγώνα. Η ιατρική βεβαίωση μπορεί να είναι από Ιατρό Παθολόγο, Καρδιολόγο, Γενικής Ιατρικής και Παιδίατρο για μαθητές/μαθήτριες που φοιτούν για πρώτη φορά στην Α΄ τάξη Λυκείου. Οι μαθητές/μαθήτριες που κατέχουν Κάρτα Υγείας Αθλητή/Αθλήτριας σε ισχύ, σύμφωνα με τα οριζόμενα στην υπό στοιχεία ΥΠΠΟΑ/ΓΔΟΑ/ΔΑΟΠΑΕΥΔΣ/ΤΑΕΥΕ/386611/15976/1417/152/8.8.2018 κοινή υπουργική απόφαση «Κάρτα Υγείας Αθλητή» (Β΄3254), έως και την ημέρα διεξαγωγής των αγώνων, δύνανται να την προσκομίσουν (ως πρωτότυπο έγγραφο) αντί για τη Βεβαίωση Ιατρού. Επισημαίνεται ότι η «Κάρτα Υγείας Αθλητή» θα γίνεται αποδεκτή μόνο εάν αφορά τα αγωνίσματα του Κλασικού Αθλητισμού.
- 2. υπεύθυνη δήλωση γονέα/κηδεμόνα/επιτρόπου** (υπόδειγμα ΥΔ το οποίο επισυνάπτεται με την προκήρυξη), η οποία θα παραμένει στο σχολείο καθώς ο Διευθυντής θα συμπληρώνει με τη σημείωση **ΝΑΙ** το αντίστοιχο πεδίο στη κατάσταση συμμετοχής του σχολείου.
- 3. κατάσταση συμμετοχής του σχολείου για τον κλασικό αθλητισμό** (επισυνάπτεται με την προκήρυξη).
- 4. φωτοτυπία της αστυνομικής ταυτότητας ή διαβατηρίου.** Οι μαθητές/μαθήτριες πρόσφυγες που φοιτούν κανονικά σε Δημόσιο ή Ιδιωτικό Γενικό Λύκειο (ΓΕ.Λ.), Επαγγελματικό Λύκειο (ΕΠΑ.Λ.) ή σε κάθε εκπαιδευτικό ίδρυμα αρμοδιότητας του Υ.ΠΑΙ.Θ.Α θα προσκομίσουν άδεια διαμονής ή τρίπτυχο προκαταγραφής ή πλήρους καταγραφής.

Δηλώσεις Συμμετοχής

Οι υπεύθυνοι καθηγητές των σχολικών μονάδων πρέπει να στείλουν τις καταστάσεις συμμετοχής των μαθητών/τριών (επισυναπτόμενο αρχείο) **μέχρι την Πέμπτη 26 Μαρτίου** στην παρακάτω ηλεκτρονική διεύθυνση: fysagogi@dide-a-ath.att.sch.gr. Επισημαίνεται ότι πρέπει να δηλωθούν και οι μαθητές/τριες των

σύνθετων αγωνισμάτων (Δέκαθλο μαθητών και Έπταθλο μαθητριών) και των αγωνισμάτων του Βάδην (10.000μ. μαθητών και 5.000μ. μαθητριών) που προκρίνονται απευθείας στους αγώνες της Γ΄ Φάσης.

Κατάθεση δικαιολογητικών

Η κατάθεση των δικαιολογητικών θα γίνεται στη γραμματεία των αγώνων 30΄ πριν την έναρξη κάθε αγωνίσματος από τους συνοδούς καθηγητές. Την κάθε σχολική ομάδα θα συνοδεύουν καθηγητές/τριες Φυσικής Αγωγής ή εκπαιδευτικοί που υπηρετούν στο σχολείο και ορίζονται από τον/την Διευθυντή/ντρια. Ο αριθμός των συνοδών είναι ένας συνοδός ανά δέκα (10) μαθητές/μαθήτριες. Σε περίπτωση μη συμμετοχής των καθηγητών/τριων Φυσικής Αγωγής του σχολείου ο/η Διευθυντής/ντρια μπορεί να ορίσει καθηγητή/τρια άλλης ειδικότητας.

**Η Διευθύντρια της Διεύθυνσης
Δευτεροβάθμιας Εκπαίδευσης Α΄ Αθήνας και Πρόεδρος της Ο.Ε.Σ.Α.Δ.**

Αικατερίνη Αραμπατζή

ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΑΓΩΝΩΝΠρόγραμμα αγώνων Κλασικού Αθλητισμού *ΓΕ.Λ και ΕΠΑ.Λ.* Α΄ ΦάσηςΗμερομηνία: **27 Μαρτίου 2026**Τόπος διεξαγωγής: **Δημοτικό Στάδιο Παλλήνης** ([Λεωφ. Ανθούσας, Παλλήνη 153 51](#))

ΩΡΑ	ΔΡΟΜΟΙ
10.00	100μ. Εμπόδια Μαθητριών
10.20	110μ. Εμπόδια Μαθητών
10:30	400μ. Εμπόδια Μαθητριών
10:40	400μ. Εμπόδια Μαθητών

Ημερομηνία: **30 Μαρτίου 2026**Τόπος διεξαγωγής: **Εθνικό Αθλητικό Κέντρο Νεότητας Αγίου Κοσμά** ([Λεωφ. Ποσειδώνος 26, Ελληνικό 167 77](#))

ΩΡΑ	ΚΑΘΕΤΑ ΑΛΜΑΤΑ
10.00	Επί κοντώ Μαθητριών
11.00	Επί κοντώ Μαθητών

Ημερομηνία: **1 Απριλίου 2026**Τόπος διεξαγωγής: **Πανελλήνιος Γυμναστικός Σύλλογος** ([Ευελπίδων 2, Αθήνα 104 34](#))

ΩΡΑ	ΔΡΟΜΟΙ	ΟΡΙΖΟΝΤΙΑ ΑΛΜΑΤΑ	ΡΙΨΕΙΣ
9.30	100μ. Μαθητών	Άλμα σε Μήκος Μαθητών Άλμα σε Μήκος Μαθητριών	Σφαιροβολία Μαθητών Σφαιροβολία Μαθητριών
9.50	100μ. Μαθητριών		
10:05	200μ. Μαθητών		
10:20	200μ. Μαθητριών	Άλμα σε Ύψος μαθητών	Δισκοβολία μαθητών Δισκοβολία μαθητριών
10:35	400μ. Μαθητών		
10.45	400μ. Μαθητριών	Άλμα Τριπλούν Μαθητών	

		Άλμα Τριπλούν Μαθητριών	
10:55	800μ. Μαθητών		
11:05	800μ. Μαθητριών	Άλμα σε Ύψος Μαθητριών	Ακοντισμός Μαθητών Ακοντισμός Μαθητριών
11:15	1500μ. Μαθητών 1500μ. Μαθητριών		
11:25	3000μ. Μαθητών 3000μ. Μαθητριών		
11:40	2000μ. Φ.Ε. Μαθητών 2000μ. Φ.Ε. Μαθητριών		
11.50			Σφυροβολία Μαθητών Σφυροβολία Μαθητριών

ΑΓΩΝΟΔΙΚΟΣ ΕΠΙΤΡΟΠΗ

ΑΛΥΤΑΡΧΗΣ:	ΔΗΜΗΤΡΙΟΥ ΕΠΑΜΕΙΝΩΝΔΑΣ
ΓΥΜΝΑΣΙΑΡΧΟΣ:	ΚΑΣΣΩΤΑΚΗΣ ΕΛΕΥΘΕΡΙΟΣ
ΑΦΕΤΕΣ:	ΠΙΤΤΑΣ ΣΤΑΜΑΤΙΟΣ
ΓΡΑΜΜΑΤΕΙΑ:	ΜΕΛΙΟΥ ΑΙΚΑΤΕΡΙΝΗ ΜΟΛΟΧΑΣ ΒΑΣΙΛΕΙΟΣ ΜΠΙΣΜΠΙΚΗ ΣΩΤΗΡΙΑ
ΕΦΟΡΟΣ ΔΡΟΜΩΝ:	ΠΙΤΤΑΣ ΣΤΑΜΑΤΙΟΣ
ΕΦΟΡΟΣ ΑΛΜΑΤΩΝ:	ΓΚΑΒΕΡΑ ΝΙΚΗ
ΕΦΟΡΟΣ ΡΙΨΕΩΝ:	ΑΝΔΡΕΑΔΗΣ ΓΡΗΓΟΡΙΟΣ
ΕΦΟΡΟΣ ΧΡΟΝΟΜΕΤΡΩΝ:	ΣΤΡΑΤΙΚΗΣ ΑΝΔΡΕΑΣ
ΚΡΙΤΕΣ ΑΦΙΞΗΣ:	ΜΙΧΑ ΕΥΔΟΚΙΑ
ΚΡΙΤΕΣ ΣΤΡΟΦΩΝ:	ΚΑΡΑΝΑΣΙΟΣ ΝΙΚΟΛΑΟΣ
ΚΡΙΤΕΣ ΑΛΜΑΤΩΝ:	ΦΟΥΝΤΖΟΥΛΑΣ ΓΕΩΡΓΙΟΣ
ΚΡΙΤΕΣ ΡΙΨΕΩΝ:	ΑΘΑΝΑΣΟΠΟΥΛΟΣ ΑΓΓΕΛΟΣ
ΧΡΟΝΟΜΕΤΡΕΣ:	ΣΟΦΟΥΛΑΚΗΣ ΕΜΜΑΝΟΥΗΛ-ΣΤΡΑΤΙΚΗΣ-ΑΝΔΡΕΑΣ
ΙΑΤΡΟΣ ΑΓΩΝΩΝ:	PATRICK ΡΦΑΦΑΥΙ

Π Α Ρ Α Ρ Τ Η Μ Α - ΚΛΑΣΙΚΟΥ ΑΘΛΗΤΙΣΜΟΥ

- Βάρος Οργάνων Ρίψεων
- Ύψη και αποστάσεις εμποδίων
- Επιμέρους αγωνίσματα συνθέτων αγωνισμάτων
- Πίνακες διαδοχικών τοποθετήσεων του πήχη στο άλμα σε ύψος και το άλμα επί κοντώ

ΒΑΡΟΣ ΟΡΓΑΝΩΝ ΡΙΨΕΩΝ

ΚΑΤΗΓΟΡΙΑ	Σφαίρα	Δίσκος	Ακόντιο	Σφύρα
Αγόρια Λυκείων	5.000 γρ.	1.500 γρ.	700 γρ.	5.000 γρ.
Κορίτσια Λυκείων	3.000 γρ.	1.000 γρ.	500 γρ.	3.000 γρ.

ΥΨΗ ΚΑΙ ΑΠΟΣΤΑΣΕΙΣ ΕΜΠΟΔΙΩΝ

ΚΑΤΗΓΟΡΙΑ	Αγώνισμα	Αριθμός Εμποδίων	Ύψος Εμποδίου	Απόστασ η Αφετ. - 1ο	Ενδιάμεσ η Απόστασ η	Απόσταση Τελ. - Τερμ.
Αγόρια Λυκείου	110 μ.	10	0,91 μ.	13,72 μ.	9,14 μ.	14,02 μ.
	400 μ.	10	0,84 μ.	45,00 μ.	35,00 μ.	40,00 μ.
Κορίτσια Λυκείου	100 μ.	10	0,76 μ.	13,00 μ.	8,50 μ.	10,50 μ.
	400 μ.	10	0,76 μ.	45,00 μ.	35,00 μ.	40,00 μ.

ΔΙΑΔΟΧΙΚΑ ΥΨΗ ΤΟΠΟΘΕΤΗΣΗΣ ΠΗΧΗ ΣΤΟ ΑΛΜΑ ΣΕ ΥΨΟΣ

Κατά τους αγώνες στίβου όλων των Φάσεων

Αγόρια Λυκείου		Κορίτσια Λυκείου			
Ταρτάν		Ταρτάν			
1,62 μ.		1,31 μ.			
1,67 μ.		1,36 μ.			
1,72 μ.		1,41 μ.			
1,77 μ.		1,46 μ.			
1,80 μ.		1,49 μ.			
1,83 μ.		1,52 μ.			
1,86 μ.		1,55 μ.			
1,89 μ.		1,58 μ.			
1,92 μ.		1,61 μ.			
1,95 μ.		1,64 μ.			
1,98 μ.		1,67 μ.			

2,00 μ.		1,70 μ.					
2,02 μ.		1,72 μ.					
Στη συνέχεια ο πήχης ανεβαίνει ανά 2 εκατοστά							

ΔΙΑΔΟΧΙΚΑ ΥΨΗ ΤΟΠΟΘΕΤΗΣΗΣ ΠΗΧΗ ΣΤΟ ΑΛΜΑ ΕΠΙ ΚΟΝΤΩ

Κατά τους αγώνες στίβου όλων των Φάσεων

Αγόρι α Λυκείου		Κορίτσια Λυκείου					
Ταρτάν		Ταρτάν					
2,90 μ.	.						
3,00 μ.	.	2,00 μ.					
3,10 μ.	.	2,10 μ.					
3,20 μ.		2,20 μ.					
3,30 μ.		2,30 μ.					
3,40 μ.		2,40 μ.					
3,50 μ.		2,50 μ.					
3,60 μ.		2,60 μ.					
3,70 μ.		2,70 μ.					
3,80 μ.		2,80 μ.					
3,90 μ.		2,90 μ.					
4,00 μ.		3,00 μ.					
4,10 μ.		3,10 μ.					
4,20 μ.		3,20 μ.					
4,30 μ.		3,30 μ.					
4,40 μ.		3,35 μ.					
4,50 μ.		3,40 μ.					
4,55 μ.		3,45 μ.					
4,60 μ.		3,50 μ.					
4,65 μ.		3,55 μ.					
4,70 μ.		3,60 μ.					
4,75 μ.		3,65 μ.					
4,80 μ.		3,70 μ.					
Στη συνέχεια ο πήχης ανεβαίνει ανά 5 εκατοστά							