



ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΔΗΜΟΚΡΑΤΙΑ

Ηράκλειο 18-5-2023

Α.Π.Φ. 26.1/ 8850

ΥΠΟΥΡΓΕΙΟ ΠΑΙΔΕΙΑΣ ΚΑΙ ΘΡΗΣΚΕΥΜΑΤΩΝ  
ΠΕΡΙΦΕΡΕΙΑΚΗ Δ/ΝΣΗ Π/ΘΜΙΑΣ & Δ/ΘΜΙΑΣ  
ΕΚΠ/ΣΗΣ ΚΡΗΤΗΣ  
Δ/ΝΣΗ Δ/ΘΜΙΑΣ ΕΚΠ/ΣΗΣ ΗΡΑΚΛΕΙΟΥ  
ΦΥΣΙΚΗ ΑΓΩΓΗ  
ΤΜΗΜΑ Α΄ ΔΙΟΙΚΗΤΙΚΟΥ

Ταχ.Δ/νση : Μονοφατίου 8  
Ταχ.Κώδικας : 712 01 Ηράκλειο  
Πληροφορίες : Υπεύθυνοι Φυσικής Αγωγής  
& Σχολικού Αθλητισμού  
Νηστικάκης Ιωάννης  
Δημόπουλος Ιωάννης  
Τηλέφωνο : 2810-333795/760/758  
Fax : 2810-224210  
E-mail : [gfa@dide.ira.sch.gr](mailto:gfa@dide.ira.sch.gr)  
ή [mail@dide.ira.sch.gr](mailto:mail@dide.ira.sch.gr)

Προς:

1. ΓΕΛ-ΕΠΑΛ ΗΡΑΚΛΕΙΟΥ
2. ΔΔΕ της χώρας ( με την παράκληση να ενημερώσουν τα ΓΕΛ-ΕΠΑΛ αρμοδιότητάς τους )
3. ΓΕΛ –ΕΠΑΛ της χώρας (μέσω των οικείων ΔΔΕ)

Κοιν.

1. Δ/νση Εξετάσεων και πιστοποιήσεων – Τμήμα Α΄/Υ.ΠΑΙ.Θ
2. ΠΔΕ Κρήτης
3. Επόπτη Επιτροπής Υγειονομικής Εξέτασης και Πρακτικής Δοκιμασίας Υποψηφίων για τα ΤΕΦΑΑ με έδρα τη ΔΔΕ Ηρακλείου
4. Σύμβουλοι Εκπαίδευσης Κρήτης

**ΘΕΜΑ : Οδηγίες και Πρόγραμμα για την Υγειονομική Εξέταση και Πρακτική Δοκιμασία Υποψηφίων για εισαγωγή στα Τ.Ε.Φ.Α.Α. ακαδημαϊκού έτους 2023-24»**

**ΣΧΕΤ.:**

1. Η με αριθ. Φ.253/128314/Β6/29.11.2002(ΦΕΚ 1538/τ.Β΄/10.12.2002) Υ.Α. όπως τροποποιήθηκε και ισχύει,
2. την με αρ. Φ253.2/ 109189/Α5/8-9-2022 ΥΑ
3. Η με αριθ. Φ.251/50277/Α5/4.05.2023 Υ.Α Υ.ΠΑΙ.Θ,
4. Το με αριθ. Φ.251/51153/Α5/08-05-2023 έγγραφο του ΥΠΑΙΘ
5. Τη με αριθ. Φ251/52131/Α5/10.05.2023 εγκύκλιο του Υ.ΠΑΙ.Θ.,

Σας αποστέλλουμε τις οδηγίες και το πρόγραμμα της Επιτροπής Υγειονομικής Εξέτασης και Πρακτικής δοκιμασίας των υποψηφίων για εισαγωγή στα Τ.Ε.Φ.Α.Α., ακαδημαϊκού έτους 2023-24, με έδρα τη Διεύθυνση Δευτεροβάθμιας Εκπαίδευσης Ηρακλείου.

#### **1. ΗΜΕΡΟΜΗΝΙΕΣ ΥΓΕΙΟΝΟΜΙΚΗΣ ΕΞΕΤΑΣΗΣ ΚΑΙ ΠΡΑΚΤΙΚΗΣ ΔΟΚΙΜΑΣΙΑΣ**

Έχοντας υπόψη τα παραπάνω σχετικά σας γνωστοποιούμε ότι η Υγειονομική Εξέταση και η Πρακτική Δοκιμασία των Υποψηφίων για τα Τμήματα Επιστήμης Φυσικής Αγωγής και Αθλητισμού (Τ.Ε.Φ.Α.Α.)

ακαδημαϊκού έτους, 2023-24 θα διεξαχθούν από την Τετάρτη, 14 Ιουνίου 2023 μέχρι την Τρίτη 27 Ιουνίου 2023, εκτός Σαββάτου και Κυριακής. Επισυνάπτεται το αναλυτικό πρόγραμμα.

## **2.ΤΟΠΟΣ ΥΓΕΙΟΝΟΜΙΚΗΣ ΕΞΕΤΑΣΗΣ ΚΑΙ ΠΡΑΚΤΙΚΗΣ ΔΟΚΙΜΑΣΙΑΣ**

**2.1.** Η κατάθεση δικαιολογητικών και η υγειονομική εξέταση θα πραγματοποιείται στην Αίθουσα ΑΜΕΑ ΟΥΡΑ 3 (ΔΥΤΙΚΗ ΠΛΕΥΡΑ ) ΠΑΓΚΡΗΤΙΟΥ ΣΤΑΔΙΟΥ και ώρες: 7:30π.μ. έως τις 11:00 π.μ.  
<https://goo.gl/maps/TjtKFtBALZJe925u6>

**2.2.** Η πρακτική δοκιμασία θα γίνεται από τις 8.00- 11.30π.μ

- Για τα αγωνίσματα του Στίβου στο Βοηθητικό γήπεδο του Παγκρητίου Σταδίου
- Για το αγώνισμα της Κολύμβησης στο Κολυμβητήριο του Εθνικού Αθλητικού Κέντρου Ηρακλείου (Σπύρου Μουστακλή – Περιοχή Λίντο)

<https://goo.gl/maps/LSLp9uCK8c8UmNKO8>

**\*\*** Για λόγους διευκόλυνσης της διαδικασίας, οι υποψήφιοι από το ΝΟΜΟ ΗΡΑΚΛΕΙΟΥ προσέρχονται για την υγειονομική εξέταση και την πρακτική δοκιμασία, ανάλογα με το αρχικό γράμμα του επωνύμου τους, σε συγκεκριμένες ημέρες όπως αναφέρεται στο πρόγραμμα.

## **3. ΔΙΑΔΙΚΑΣΙΑ ΚΑΤΑΘΕΣΗΣ ΔΙΚΑΙΟΛΟΓΗΤΙΚΩΝ και ΕΞΕΤΑΣΗΣ**

**3.1. ΔΙΚΑΙΟΛΟΓΗΤΙΚΑ:** Κατάθεση από τους υποψηφίους στην Επιτροπή των παρακάτω δικαιολογητικών :

- 1)δύο (2) μικρές φωτογραφίες
- 2) Δελτίο εξεταζομένου από το Λύκειό του όπου αναγράφεται ο κωδικός αριθμός του υποψηφίου.
- 3) Δελτίο Αστυνομικής Ταυτότητας ή Διαβατήριο ή άλλο, αποδεικτικό της ταυτότητας, έγγραφο.

**ΙΑΤΡΙΚΕΣ ΕΞΕΤΑΣΕΙΣ:** Οι υποψήφιοι καταθέτουν είτε Α:

- 1) **Βεβαίωση** οπτικής οξύτητας
- 2) Ακτινογραφία θώρακα **με φωτογραφία (σφραγισμένη και υπογεγραμμένη από τον ιατρό)** και **σχετική γνωμάτευση**
- 3) καρδιογράφημα με **σχετική γνωμάτευση**

Οι βεβαιώσεις αυτές δύναται να εκδοθούν από νοσηλευτικό ίδρυμα του Δημοσίου ή Ν.Π.Δ.Δ. ή ιατρό του δημοσίου ή και από ιδιώτη γιατρό.

**Είτε Β:** **Αντίγραφο Δελτίου Υγειονομικής Εξέτασης ή Βεβαίωση Ικανότητας** (εφόσον υπάρχουν) στα οποία αναγράφεται 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 Σώματος Ελληνικής Ακτοφυλακής

- Ενημερώνουμε ότι με έγγραφο της 7<sup>ης</sup> Υγειονομικής Περιφέρειας Κρήτης προς όλες τις δημόσιες δομές υγείας, Νοσοκομεία, ΚΥ και ΤΟΜΥ, οι υποψήφιοι μπορούν να προσέρχονται και να εξετάζονται ΔΩΡΕΑΝ και κατά προτεραιότητα σ' αυτές.
- Οι ιατρικές εξετάσεις ισχύουν για έξι (6) μήνες από την ημερομηνία έκδοσής τους.

### **3.2 ΥΓΕΙΟΝΟΜΙΚΗ ΕΞΕΤΑΣΗ ΥΠΟΨΗΦΙΩΝ**

Μετά την κατάθεση των απαιτούμενων δικαιολογητικών διενεργείται η υγειονομική εξέταση και καταγράφεται στο δελτίο υγειονομικής εξέτασης του υποψηφίου ( έντυπο με τη φωτογραφία του υποψηφίου που δίδεται από τη γραμματεία) και υπογράφεται χειρόγραφα από το γιατρό, η ικανότητα ή μη του υποψηφίου. Η πιστοποιημένη ικανότητα του υποψηφίου από την επιτροπή είναι απαραίτητη για τη συμμετοχή του στη διαδικασία της πρακτικής εξέτασης.

### **3.3 ΠΡΑΚΤΙΚΕΣ ΔΟΚΙΜΑΣΙΕΣ ΥΠΟΨΗΦΙΩΝ**

Ο υποψήφιος **δηλώνει στη Γραμματεία με αίτησή του τρία (3) από τα τέσσερα (4) αγωνίσματα** του πίνακα 1 στα οποία επιθυμεί να εξετασθεί και παραλαμβάνει το ΔΕΛΤΙΟ ΤΑΥΤΟΤΗΤΑΣ . Ο υποψήφιος προσέρχεται στην πρακτική δοκιμασία με το Δελτίο ταυτότητας και την αστυνομική ταυτότητα **υποχρεωτικά**.

**ΠΡΟΣΟΧΗ:** Μετά τη δήλωση των τριών (3) αγωνισμάτων ο υποψήφιος **δεν έχει δικαίωμα αλλαγής αγωνίσματος κατά τη διάρκεια της πρακτικής δοκιμασίας**

#### **1.ΠΙΝΑΚΑΣ ΑΓΩΝΙΣΜΑΤΩΝ**

<b><u>ΑΓΩΝΙΣΜΑΤΑ ΑΡΡΕΝΩΝ</u></b>	<b><u>ΑΓΩΝΙΣΜΑΤΑ ΘΗΛΕΩΝ</u></b>
Σφαιροβολία (6kg)	Σφαιροβολία (4 kg)
Άλμα σε Μήκος	Δρόμος 200μ
Δρόμος 400μ	Άλμα σε Μήκος
Κολύμβηση : 50μ ελεύθερο	Κολύμβηση : 50μ ελεύθερο

Τα αγωνίσματα διεξάγονται σύμφωνα με τους διεθνείς κανονισμούς. Σύμφωνα με τους διεθνείς κανονισμούς που ισχύουν από 1<sup>ης</sup> Ιανουαρίου 2010 , κάθε αθλητής που θεωρείται υπαίτιος για άκυρη εκκίνηση αποκλείεται. Κατά τις πρακτικές δοκιμασίες των υποψηφίων για τα ΤΕΦΑΑ, θα μηδενίζεται στο συγκεκριμένο αγώνισμα( Δρόμοι & Κολύμβηση) .

#### **ΒΑΘΜΟΛΟΓΙΑ**

Βαθμός πρακτικών δοκιμασιών είναι ο μέσος όρος των βαθμών που αντιστοιχούν στα τρία αγωνίσματα που διαγωνίστηκε ο υποψήφιος και ο οποίος εκφράζεται με προσέγγιση εκατοστού.

Σε περίπτωση μη συμμετοχής του υποψηφίου σε αγώνισμα που έχει ήδη δηλώσει με αίτησή του ότι θα εξεταστεί, σημειώνεται στο πινάκιο η ένδειξη «**ΔΕΝ ΠΡΟΣΗΛΘΕ**» και για την εξαγωγή του μέσου όρου υπολογίζεται **ως βαθμός του αγωνίσματος το μηδέν (0)**.

Ο υποψήφιος βαθμολογείται μόνον αν λάβει μέρος σε ένα(1) τουλάχιστον αγώνισμα. Υποψήφιος που δεν έλαβε μέρος σε ένα τουλάχιστον αγώνισμα **α π ο κ λ ε ί ε τ α ι** από τη διαδικασία επιλογής για τα ΤΕΦΑΑ.

#### **5.ΟΔΗΓΙΕΣ**

- Οι υποψήφιοι ολοκληρώνουν την πρακτική δοκιμασία σε δυο (2) ημέρες. Για να δοθεί η ευχέρεια στους υποψηφίους να αποδώσουν σύμφωνα με τις δυνατότητές τους, προτείνεται η εξέταση των

αγωνισμάτων Στίβου να γίνεται με την ακόλουθη σειρά : α) σφαιροβολία β) Άλμα σε μήκος γ) Δρόμος . Συστήνεται ο υποψήφιος να εξετάζεται στα δυο πρώτα την ίδια μέρα και στο Δρόμο άλλη ημέρα.

- Σε περίπτωση που η ημερομηνία εξέτασης της πρακτικής δοκιμασίας συμπίπτει με την ημερομηνία εξέτασης σε άλλα Ειδικά μαθήματα ( πχ Αγγλικής Γλώσσας , Αρχιτεκτονικού Σχεδίου κλπ) ή με τις Πανελλαδικές εξετάσεις ΕΠΑΛ, οι υποψήφιοι δύνανται να προσέλθουν την ημερομηνία που έχει ορισθεί στο Πρόγραμμα **(ΕΙΔΙΚΕΣ ΠΕΡΙΠΤΩΣΕΙΣ)**, προσκομίζοντας ανάλογη βεβαίωση.
- Οι υποψήφιοι έχουν το δικαίωμα να προσέλθουν σε οποιαδήποτε Επιτροπή Υγειονομικής Εξέτασης και Πρακτικής Δοκιμασίας επιθυμούν. Δεν επιτρέπεται η εξέταση του υποψηφίου σε περισσότερες από μία επιτροπές.
- **Δεν επιτρέπεται η είσοδος στο χώρο κατάθεσης δικαιολογητικών , στο στίβο και στις κερκίδες σε άτομα που δε συμμετέχουν στην επιτροπή ή δεν είναι υποψήφιοι. Δεν επιτρέπεται η φωτογράφιση ή βιντεοσκόπηση των προσπαθειών των υποψηφίων.**
- Προτείνεται οι υποψήφιοι να έχουν μαζί τους στυλό, νερό και καπέλο.

#### 6. ΕΠΙΣΗΜΑΝΣΕΙΣ

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 ΤΕΦΑΑ με τη διαδικασία του 10% των θέσεων εισακτέων**, χωρίς νέα εξέταση, συμμετέχουν στη διαδικασία επιλογής με βάση τη βαθμολογία της τελευταίας εξέτασής τους στα πανελλαδικώς εξεταζόμενα μαθήματα και στις πρακτικές δοκιμασίες. **Οι υποψήφιοι αυτοί δεν έχουν τη δυνατότητα ή δικαίωμα να εξεταστούν ξανά στις πρακτικές δοκιμασίες για τα ΤΕΦΑΑ.**
- **Δυνατότητα συμμετοχής** στις πρακτικές δοκιμασίες έχουν **μόνο οι υποψήφιοι που συμμετέχουν στις πανελλαδικές εξετάσεις ΓΕΛ και ΕΠΑΛ 2023** και υπάρχουν τα ατομικά τους στοιχεία στη βάση δεδομένων που σας έχει σταλεί από την εταιρία **«ΕΠΑΦΟΣ»** καθώς δήλωσαν τη συμμετοχή τους στις πρακτικές δοκιμασίες για τα ΤΕΦΑΑ όταν υπέβαλαν Αίτηση Δήλωση έτους 2023
- Ισχύει η Ελάχιστη βάση εισαγωγής (ΕΒΕ) και στις πρακτικές δοκιμασίες, η οποία προκύπτει από το γινόμενο του μέσου όρου της βαθμολογίας στα 3 αγωνίσματα επί τον ειδικό συντελεστή που έχει ορισθεί από το ΥΠΑΙΘ (0,70) .

Για οποιαδήποτε πληροφορία που αφορά στην κατάθεση δικαιολογητικών, στην υγειονομική εξέταση και στην πρακτική δοκιμασία, οι υποψήφιοι /ες μπορούν να απευθύνονται στη Φυσική Αγωγή της Δ/νσης Δ/θμιας Εκπ/σης Ηρακλείου Μονοφατσίου 8 , τηλ 2810 333795 , 2810333758 /760  
<http://dide.ira.sch.gr/new/fysiki-agogi>

Παρακαλούμε να αναρτηθεί το παρόν στον πίνακα ανακοινώσεων καθώς και στην ιστοσελίδα των ΓΕΛ-ΕΠΑΛ με ευθύνη των Διευθυντών, προκειμένου να ενημερωθούν οι ενδιαφερόμενοι υποψήφιοι για τα ΤΕΦΑΑ.

ΕΠΙΣΥΝΑΠΤΟΝΤΑΙ

1. ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ Υγειονομικής και Πρακτικής Δοκιμασίας
2. Πίνακας βαθμολογίας Αγωνισμάτων

**Πιστό Αντίγραφο**

Ο Αναπληρωτής Προϊστάμενος του  
Τμήματος Α' Διοικητικού



**Γεώργιος Δεσποτόπουλος**

**Ο Διευθυντής της  
Δ/σης Β/θμιας Εκπ/σης  
Ηρακλείου**

**Ιωάννης Καραγιαννίδης**

**ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΥΓΕΙΟΝΟΜΙΚΗΣ ΚΑΙ ΠΡΑΚΤΙΚΗΣ ΔΟΚΙΜΑΣΙΑΣ ΥΠΟΨΗΦΙΩΝ ΤΕΦΑΑ  
ΑΚΑΔΗΜΑΪΚΟΥ ΕΤΟΥΣ 2023-24**

<b>ΗΜΕΡΟΜΗΝΙΑ</b>	<b>ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ</b>
	<b>ΚΑΤΑΘΕΣΗ ΔΙΚΑΙΟΛΟΓΗΤΙΚΩΝ 7:30-11.00 ΘΥΡΑ 3 ΠΑΓΚΡΗΤΙΟΥ ΣΤΑΔΙΟΥ -ΑΙΘΟΥΣΑ ΑΜΕΑ</b>
	<b>ΠΡΑΚΤΙΚΕΣ ΔΟΚΙΜΑΣΙΕΣ 8:00-11:30</b> <span style="float:right"><b>ΒΟΗΘΗΤΙΚΟ</b></span> <b>ΓΗΠΕΔΟ ΠΑΓΚΡΗΤΙΟΥ ΣΤΑΔΙΟΥ</b>
<b>ΤΕΤΑΡΤΗ 14 ΙΟΥΝΙΟΥ 2023</b>	ΣΦΑΙΡΑ, ΜΗΚΟΣ (ΚΟΡΙΤΣΙΑ -ΑΓΟΡΙΑ) 200μ (ΚΟΡΙΤΣΙΑ ) , 400μ (ΑΓΟΡΙΑ) <b>ΥΠΟΨΗΦΙΟΙ : Ν.Ηρακλείου- Ν.Χανίων- Ν.Ρεθύμνου- Ν.Λασιθίου</b>
<b>ΠΕΜΠΤΗ 15 ΙΟΥΝΙΟΥ 2023</b>	ΣΦΑΙΡΑ, ΜΗΚΟΣ (ΚΟΡΙΤΣΙΑ -ΑΓΟΡΙΑ) 200μ (ΚΟΡΙΤΣΙΑ ) , 400μ (ΑΓΟΡΙΑ) <b>ΥΠΟΨΗΦΙΟΙ</b> <b>ΥΠΟΨΗΦΙΟΙ : Ν.Ηρακλείου- Ν.Χανίων- Ν.Ρεθύμνου- Ν.Λασιθίου</b>
<b>ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ 16 ΙΟΥΝΙΟΥ 2023</b>	ΚΟΡΙΤΣΙΑ - ΑΓΟΡΙΑ <b>Κ Ο Λ Υ Μ Β Η Σ Η</b>
<b>ΣΑΒΒΑΤΟ 17 ΙΟΥΝΙΟΥ 2023</b>	<b>Α Ρ Γ Ι Α</b>
<b>ΚΥΡΙΑΚΗ 18 ΙΟΥΝΙΟΥ 2023</b>	<b>Α Ρ Γ Ι Α</b>
<b>ΔΕΥΤΕΡΑ 19 ΙΟΥΝΙΟΥ 2023</b>	ΣΦΑΙΡΑ, ΜΗΚΟΣ (ΚΟΡΙΤΣΙΑ -ΑΓΟΡΙΑ) 200μ (ΚΟΡΙΤΣΙΑ ) , 400μ (ΑΓΟΡΙΑ) <b>ΥΠΟΨΗΦΙΟΙ : Ν.Ηρακλείου- Ν.Χανίων- Ν.Ρεθύμνου- Ν.Λασιθίου</b>
<b>ΤΡΙΤΗ 20 ΙΟΥΝΙΟΥ 2023</b>	ΣΦΑΙΡΑ, ΜΗΚΟΣ (ΚΟΡΙΤΣΙΑ -ΑΓΟΡΙΑ) 200μ (ΚΟΡΙΤΣΙΑ ) , 400μ (ΑΓΟΡΙΑ) <b>ΥΠΟΨΗΦΙΟΙ : Ν. ΗΡΑΚΛΕΙΟΥ από Α Έως Ι</b> <b>ΥΠΟΨΗΦΙΟΙ : Ν.Χανίων- Ν.Ρεθύμνου- Ν.Λασιθίου</b>
<b>ΤΕΤΑΡΤΗ 21 ΙΟΥΝΙΟΥ 2023</b>	ΚΟΡΙΤΣΙΑ - ΑΓΟΡΙΑ <b>Κ Ο Λ Υ Μ Β Η Σ Η</b> <b>ΥΠΟΨΗΦΙΟΙ : Ν.Ηρακλείου- Ν.Χανίων- Ν.Ρεθύμνου- Ν.Λασιθίου</b>
<b>ΠΕΜΠΤΗ 22 ΙΟΥΝΙΟΥ 2023</b>	ΣΦΑΙΡΑ, ΜΗΚΟΣ (ΚΟΡΙΤΣΙΑ -ΑΓΟΡΙΑ) 200μ (ΚΟΡΙΤΣΙΑ ) , 400μ (ΑΓΟΡΙΑ) <b>ΥΠΟΨΗΦΙΟΙ : Ν. ΗΡΑΚΛΕΙΟΥ από Κ Έως Ω</b> <b>ΥΠΟΨΗΦΙΟΙ : Ν.Χανίων- Ν.Ρεθύμνου- Ν.Λασιθίου</b>
<b>ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ 23 ΙΟΥΝΙΟΥ 2023</b>	ΣΦΑΙΡΑ, ΜΗΚΟΣ (ΚΟΡΙΤΣΙΑ -ΑΓΟΡΙΑ) 200μ (ΚΟΡΙΤΣΙΑ ) , 400μ (ΑΓΟΡΙΑ) <b>ΥΠΟΨΗΦΙΟΙ : Ν.Ηρακλείου- Ν.Χανίων- Ν.Ρεθύμνου- Ν.Λασιθίου</b>
<b>ΣΑΒΒΑΤΟ 24 ΙΟΥΝΙΟΥ 2023</b>	<b>Α Ρ Γ Ι Α</b>
<b>ΚΥΡΙΑΚΗ 25 ΙΟΥΝΙΟΥ 2023</b>	<b>Α Ρ Γ Ι Α</b>
<b>ΔΕΥΤΕΡΑ 26 ΙΟΥΝΙΟΥ 2023</b>	ΣΦΑΙΡΑ, ΜΗΚΟΣ (ΚΟΡΙΤΣΙΑ -ΑΓΟΡΙΑ) 200μ (ΚΟΡΙΤΣΙΑ ) , 400μ (ΑΓΟΡΙΑ) <b>ΥΠΟΨΗΦΙΟΙ : Ν.Ηρακλείου- Ν.Χανίων- Ν.Ρεθύμνου- Ν.Λασιθίου</b>
<b>ΤΡΙΤΗ 27 ΙΟΥΝΙΟΥ 2023</b>	ΣΦΑΙΡΑ, ΜΗΚΟΣ (ΚΟΡΙΤΣΙΑ -ΑΓΟΡΙΑ) 200μ (ΚΟΡΙΤΣΙΑ ) 400μ (ΑΓΟΡΙΑ) <b>ΕΙΔΙΚΕΣ ΠΕΡΙΠΤΩΣΕΙΣ (Ασθένεια, ειδικό μάθημα,ΕΠΑΛ )</b> <b>Προσκομίζοντας ανάλογη βεβαίωση</b>

<b>ΑΓΩΝΙΣΜΑΤΑ ΑΡΡΕΝΩΝ</b>				
<b>ΒΑΘΜΟΙ</b>	<b>ΔΡΟΜΟΣ 400μ</b>	<b>ΑΛΜΑ ΣΕ ΜΗΚΟΣ</b>	<b>ΣΦΑΙΡΟΒΟΛΙΑ</b> (Βάρος Σφαίρας 6Κ)	<b>ΚΟΛΥΜΒΗΣΗ</b> 50μ Ελεύθερο
<b>20</b>	μέχρι 55"	6.20μ και άνω	14μ.και άνω	μέχρι 29"
<b>19</b>	55"01-55"50	6.19μ - 6.05μ	13.99μ.-13.60μ.	29"1-30"0
<b>18</b>	55"51-56"00	6.04μ - 5.90μ	13.59μ.-13.20μ.	30"1-31"0
<b>17</b>	56"01-56"50	5.89μ - 5.75μ	13.19μ.-12.80μ.	31"1-32"0
<b>16</b>	56"51-57"00	5.74 - 5.60μ	12.79μ.-12.40μ.	32"1-33"0
<b>15</b>	57"01-57"50	5.59μ - 5.45μ	12.39μ.-12.00μ.	33"1-34"0
<b>14</b>	57"51-58"00	5.44μ - 5.,30μ	11.99μ.-11.60μ.	34"1-35"0
<b>13</b>	58"01-58"50	5.29μ - 5.15μ	11.59μ.-11.20μ.	35"1-36"0
<b>12</b>	58"51-59"00	5.14μ - 5.00μ	11.19μ.-10.80μ.	36"1-37"0
<b>11</b>	59"01-59"50	4.99μ - 4.85μ	10.79μ.-10.40μ.	37"1-38"0
<b>10</b>	59"51-60"00	4.84μ - 4.70μ	10.39μ.-10.00μ.	38"1-39"0
<b>9</b>	60"01-60"50	4.69μ - 4.55μ	9.99μ.- 9.60μ.	39"1-40"0
<b>8</b>	60"51-61"00	4.54μ - 4.40μ	9.59μ.- 9.20μ.	40"1-41"0
<b>7</b>	61"01-61"50	4.39μ - 4.25μ	9.19μ.- 8.80μ.	41"1-42"0
<b>6</b>	61"51-62"00	4.24μ - 4.10μ	8.79μ.- 8.40μ.	42"1-43"0
<b>5</b>	62"01-62"50	4.09μ - 3.95μ	8.39μ.- 8.00μ.	43"1-44"0
<b>4</b>	62"51-63"00	3.94μ - 3.80μ	7.99μ.- 7.60μ.	44"1-45"0
<b>3</b>	63"01-63"50	3.79μ - 3.65μ	7.59μ.- 7.20μ.	45"1-46"0
<b>2</b>	63"51-63"50	3.64μ - 3.50μ	7.19μ.- 6.80μ.	46"1-47"0
<b>1</b>	64"01-64"50	3.49μ - 3.35μ	6.79μ.- 6.40μ.	47"1-48"0
<b>0</b>	64"51 και άνω	3.34μ - και κάτω	6.39μ.και κάτω	48"1 και άνω

<b>ΑΓΩΝΙΣΜΑΤΑ ΘΗΛΕΩΝ</b>				
<b>ΒΑΘΜΟΙ</b>	<b>ΔΡΟΜΟΣ 200μ.</b>	<b>ΑΛΜΑ ΣΕ ΜΗΚΟΣ</b>	<b>ΣΦΑΙΡΟΒΟΛΙΑ</b> (βάρος σφαίρας 4Κ)	<b>ΚΟΛΥΜΒΗΣΗ</b> 50μ Ελεύθερο
<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