

10η

ΗΜΕΡΙΔΑ ΚΟΛΥΜΒΗΣΗΣ

Δημοτικό Κολυμβητήριο Παγκρητίου



Με χρονομέτρηση
και βραβεύσεις
των καλύτερων
αθλητών

ΣΑΒΒΑΤΟ

7 ΔΕΚΕΜΒΡΙΟΥ 2019

Δημοτική Πισίνα Παγκρητίου Σταδίου
(16:00 - 19:30)

για όλους τους αθλητές στα προχωρημένα προγράμματα εκμάθησης
κολύμβησης του Δημοτικού Κολυμβητηρίου του Δήμου Ηρακλείου

Πληροφορίες στην Γραμματεία της Δημοτικής
Ακαδημίας Κολύμβησης και στους Καθηγητές
Φυσικής Αγωγής του Δημοτικού Κολυμβητηρίου
Τηλ: 2810 264570



ΔΗΜΟΣ
ΗΡΑΚΛΕΙΟΥ



ΑΝΤΙΔΗΜΑΡΧΙΑ ΑΘΛΗΤΙΣΜΟΥ

Χαιρετισμός κ. Κωνσταντίνου Βαρδαβά (Προέδρου ΑΑΗ ΑΕ ΟΤΑ)

Αγαπητοί αθλητές και γονείς,

Η 10η Ημερίδα Κολύμβησης στο Δημοτικό μας Κολυμβητήριο διοργανώνεται σε συνέχεια της μεγάλης επιτυχίας που είχαν οι αγώνες πέρυσι, για όλους τους μικρούς μας αθλητές/τριες στην πισίνα του Παγκρητίου Σταδίου με βασικό στόχο τα παιδιά που συμμετέχουν να ψυχαγωγηθούν και να αποκτήσουν ατομικά και ομαδικά κίνητρα.

Είμαστε σίγουροι ότι, όπως πάντα, όλα τα παιδιά θα δώσουν τον καλύτερο εαυτό τους σε αυτούς τους αγώνες στους οποίους κυριαρχεί το "ευ αγωνίζεσθε". Παράλληλα, με την χαρά για την συμμετοχή τους θα επιδείξουν σε όλους τις δεξιότητες και ικανότητες τους σε συνεργασία με το έμπειρο και καταξιωμένο προσωπικό μας.

Ευχαριστούμε πολύ όλους τους γονείς που εμπιστεύονται την άθληση και διαπαιδαγώγηση των παιδιών τους σε εμάς και ευχόμαστε σε όλους σας Χρόνια Πολλά, Χαρούμενες Εορτές και Καλά Χριστούγεννα.

Ευχαριστίες επίσης αξίζουν στο προσωπικό της ΑΑΗ ΑΕ ΟΤΑ και των Δημοτικών Αθλητικών Κέντρων για την διοργάνωση της Κολυμβητικής αυτής ημερίδας.



ΓΕΝΙΚΟ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ	
ΩΡΑ ΠΡΟΣΕΥΛΕΥΣΗΣ:	15.30
ΩΡΑ ΠΡΟΘΕΡΜΑΝΣΗΣ:	16.00
ΩΡΑ ΑΓΩΝΩΝ:	17.15

ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΑΓΩΝΩΝ	
Προθέρμανση Αθλητών	16.00 – 17:00
Παρέλαση Αθλητών	17.00 - 17.03
Όρκος αθλητή	17.04 - 17.06
Καλωσόρισμα αθλητών - γονέων	17.07 - 17.12
Έναρξη Αγώνων	17.15

ΑΦΕΤΗΣ ΑΓΩΝΩΝ:

ΑΝΑΣΤΑΣΙΑΔΗΣ ΠΑΝΤΕΛΗΣ

ΓΡΑΜΜΑΤΕΙΑ ΑΓΩΝΩΝ:

ΑΛΕΞΑΚΗ ΦΑΙΗ
ΜΠΕΡΛΕΜΗ ΕΡΑΤΩ
ΚΟΥΝΤΟΥΡΑΚΗ ΚΑΛΛΙΡΟΗ
ΤΣΑΓΚΑΡΑΚΗ ΕΛΕΥΘΕΡΙΑ

ΕΚΦΩΝΗΤΗΣ ΑΓΩΝΩΝ :

ΜΠΟΥΗΣ ΛΕΥΤΕΡΗΣ

ΑΛΥΤΑΡΧΕΣ ΑΓΩΝΩΝ:

ΠΑΝΑΓΙΩΤΑΚΗΣ ΦΑΙΔΩΝΑΣ

ΧΡΟΝΟΜΕΤΡΕΣ ΑΓΩΝΩΝ:

ΤΣΑΓΚΑΡΑΚΗ ΜΑΡΙΑ
ΑΛΑΤΣΑΤΙΑΝΟΣ ΓΙΩΡΓΟΣ
ΓΕΩΡΓΑΚΑΚΗΣ ΧΑΡΗΣ
ΠΑΠΑΔΑΚΗΣ ΜΑΝΩΛΗΣ
ΒΡΟΝΤΑΚΗΣ ΠΑΝΟΣ

ΕΠ. ΣΕΙΡΩΝ ΑΓΩΝΙΣΜΑΤΩΝ:

ΖΕΡΒΑΚΗ ΠΕΠΗ
ΜΕΡΙΑΝΟΣ ΠΡΟΚΟΠΗΣ

ΝΟΣΗΛΕΥΤΙΚΟ ΠΡΟΣΩΠΙΚΟ: ΑΡΑΜΠΙΑΤΖΗ ΜΑΡΙΑ

ΓΕΝΙΚΟ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΑΓΩΝΩΝ

1)50m ΥΠΤΙΟ ΚΟΡΙΤΣΙΩΝ 7-8 ΕΤΩΝ (Α ΣΕΙΡΑ-17:40)	
1.	ΜΑΝΟΥΣΑΚΗ ΕΛΕΥΘΕΡΙΑ
2.	ΒΙΔΟΥΡΑ ΑΝΤΡΙΑΝΝΑ
3.	ΜΠΙΝΙΧΑΚΗ ΜΑΡΙΑ
4.	ΜΠΙΝΙΧΑΚΗ ΝΙΚΟΛΕΤΑ
5.	ΚΑΡΑΛΗ ΑΛΕΞΑΝΔΡΑ

50m ΥΠΤΙΟ ΚΟΡΙΤΣΙΩΝ 9-10 ΕΤΩΝ (Β ΣΕΙΡΑ – 18:06)	
1.	ΚΟΥΤΑΝΤΟΥ ΑΦΡΟΔΙΤΗ
2.	ΤΟΥΡΑΜΠΕΛΗ ΕΛΕΥΘΕΡΙΑ
3.	ΛΥΤΙΝΑ ΑΝΘΟΥΛΑ
4.	ΖΕΡΒΟΓΙΑΝΝΗ ΜΕΛΙΝΑ
5.	ΦΛΕΣΣΑ ΙΩΑΝΝΑ

50m ΥΠΤΙΟ ΚΟΡΙΤΣΙΩΝ 7-8 ΕΤΩΝ (Β ΣΕΙΡΑ-17:43)	
1.	
2.	ΤΕΡΙΖΑΚΗ ΑΙΚΑΤΕΡΙΝΗ
3.	ΚΥΡΛΑΚΗ ΜΑΡΙΑ
4.	ΔΑΣΚΑΛΑΚΗ ΚΩΝΣΤΑΝΤΙΝΑ
5.	ΤΣΕΛΕΠΑΚΗ ΕΙΡΗΝΗ

6)50m ΥΠΤΙΟ ΑΓΟΡΙΩΝ 9-10 ΕΤΩΝ (18:10)	
1.	
2.	ΠΑΥΛΟΠΟΥΛΟΣ ΑΡΗΣ
3.	ΝΙΡΑΚΗΣ ΑΓΓΕΛΟΣ
4.	ΚΟΣΜΙΔΗΣ ΙΩΑΝΝΗΣ
5.	ΑΝΔΡΙΑΝΟΣ ΡΟΖΕ

2)50m ΥΠΤΙΟ ΑΓΟΡΙΩΝ 7-8 ΕΤΩΝ (17:47)	
1.	
2.	
3.	ΦΑΛΑΓΚΑΡΑΣ ΛΕΩΝΙΔΑΣ
4.	ΤΣΑΓΚΑΡΑΚΗΣ ΠΑΝΑΓΙΩΤΗΣ
5.	ΜΠΙΤΣΑΚΑΚΗΣ ΜΑΝΩΛΗΣ

7)50m ΕΛΕΥΘΕΡΟ ΚΟΡΙΤΣΙΩΝ 9-10 ΕΤΩΝ (Α ΣΕΙΡΑ-18:15)	
1.	ΓΚΡΙΔΑΚΗ ΙΩΑΝΝΑ
2.	ΠΑΠΑΔΑΚΗ ΝΕΦΕΛΗ
3.	ΜΠΑΛΤΖΑΚΗ ΜΑΡΙΑ
4.	ΜΠΟΥΗ ΜΑΡΙΑ
5.	ΖΑΡΓΙΑΝΑΚΗ ΠΑΝΑΓΙΩΤΑ

3)50 m ΕΛΕΥΘΕΡΟ ΚΟΡΙΤΣΙΩΝ 7-8 ΕΤΩΝ (17:51)	
1.	
2.	
3.	ΜΕΛΙΣΣΟΥΡΓΑΚΗ ΔΑΝΑΗ
4.	ΜΠΡΟΚΑΚΗ ΧΡΥΣΑ
5.	ΤΕΡΖΑΚΗ ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ

50m ΕΛΕΥΘΕΡΟ ΚΟΡΙΤΣΙΩΝ 9-10 ΕΤΩΝ (Β ΣΕΙΡΑ-18:20)	
1.	ΧΑΤΖΗΓΙΑΝΝΑΚΗ ΜΥΡΤΩ
2.	ΚΩΣΤΑΚΗ ΜΥΡΤΩ
3.	ΜΑΝΙΑΔΗ ΒΑΣΙΛΙΚΗ
4.	ΜΑΓΚΟΥΣΑΚΗ ΜΑΡΙΑ
5.	ΜΕΛΙΣΟΥΡΓΑΚΗ ΑΛΕΞΑΝΔΡΑ

4)50m ΕΛΕΥΘΕΡΟ ΑΓΟΡΙΩΝ 7-8 ΕΤΩΝ (17:55)	
1.	
2.	
3.	ΡΟΔΙΤΑΚΗΣ ΜΙΧΑΛΗΣ
4.	ΜΗΛΑΚΗΣ ΝΙΚΟΣ
5.	

50m ΕΛΕΥΘΕΡΟ ΚΟΡΙΤΣΙΩΝ 9-10 ΕΤΩΝ (Γ ΣΕΙΡΑ-18:24)	
1.	
2.	ΡΑΟΥ ΧΡΙΣΤΙΝΑ
3.	ΜΟΧΑΜΕΝΤ ΝΤΙΛΒΑΝ
4.	ΑΝΑΣΤΑΣΑΚΗ ΚΑΛΙΟΠΗ
5.	

5)50m ΥΠΤΙΟ ΚΟΡΙΤΣΙΩΝ 9-10 ΕΤΩΝ (Α ΣΕΙΡΑ 18:01)	
1.	ΣΠΥΡΙΔΑΚΗ ΙΩΑΝΝΑ
2.	ΦΡΑΓΚΟΥΛΗ ΕΛΕΥΘΕΡΙΑ
3.	ΤΣΑΙΝΗ ΛΥΔΑ
4.	ΑΜΠΙΟΥΧΑΝΗ ΚΩΝΣΤΑΝΤΙΝΑ
5.	ΜΑΝΟΥΣΑΚΗ ΕΜΜΑΝΟΥΕΛΑ

«...σημασία έχει η
συμμετοχή !!!!!!!!!!!!!»

ΓΕΝΙΚΕΣ ΠΛΗΡΟΦΟΡΙΕΣ

-  Κατά την διάρκεια της ημερίδας θα υπάρχει χρονομέτρηση για όλα τα αγωνίσματα.
-  Η κατάταξη των αθλητών για κάθε αγώνισμα θα γίνει με βάση την επίδοσή τους από την χρονομέτρηση.
-  Σε κάθε αθλητή/τρια θα απονεμηθεί δίπλωμα συμμετοχής ανάλογο της θέσης τους και μετάλλιο.
-  Σε όλους τους αθλητές / τριες θα δοθεί δίπλωμα συμμετοχής
-  Δίπλωμα συμμετοχής και βραβείο θα απονεμηθεί επίσης στον μικρότερο αθλητή και αθλήτρια των αγώνων που θα συμμετάσχει.

8)50m ΕΛΕΥΘΕΡΟ ΑΓΟΡΙΩΝ 9-10 ΕΤΩΝ (Α ΣΕΙΡΑ -18:28)	
1.	ΠΡΙΝΙΩΤΑΚΗΣ ΓΙΩΡΓΟΣ
2.	ΠΑΠΑΔΑΚΗΣ ΚΩΝΣΤΑΝΤΙΝΟΣ
3.	ΜΑΥΡΙΔΗΣ ΑΡΗΣ
4.	ΞΥΛΟΥΡΗΣ ΔΗΜΗΤΡΗΣ
5.	ΤΕΡΙΖΑΚΗΣ ΙΩΑΝΝΗΣ

9)50m ΥΠΤΙΟ ΚΟΡΙΤΣΙΩΝ 11-12 ΕΤΩΝ (18:33)	
1.	ΠΑΣΤΟΥ ANNA
2.	ΠΑΠΑΔΑΚΗ ΚΑΤΕΡΙΝΑ
3.	ΣΠΥΡΙΔΑΚΗ ΧΡΥΣΑ
4.	ΝΟΥΝΗ ΔΑΝΑΗ
5.	ΑΜΠΟΥΧΑΝΗ ΓΕΩΡΓΙΑ

10)50m ΥΠΤΙΟ ΑΓΟΡΙΩΝ 11-12 ΕΤΩΝ (18:38)	
1.	ΚΑΚΚΑΒΑΣ ΧΑΡΑΛΑΜΠΟΣ
2.	ΒΑΡΔΑΞΗΣ ΑΓΓΕΛΟΣ
3.	ΤΖΙΚΑΣ ΝΙΚΑΝΔΡΟΣ
4.	ΓΙΑΤΡΟΜΑΝΩΛΑΚΗΣ ΠΑΝΑΓ.
5.	ΣΦΑΚΙΑΝΑΚΗΣ ΙΩΑΝΝΗΣ

11)50m ΠΡΟΣΘΙΟ ΚΟΡΙΤΣΙΩΝ 11-13 ΕΤΩΝ (-18:42)	
1.	
2.	ΚΑΤΣΟΠΡΙΝΑΚΗ ΚΑΤΕΡΙΝΑ
3.	ΤΣΙΚΝΑΚΗ ΑΛΕΞΑΝΔΡΑ
4.	ΠΑΠΑΔΑΚΗ ΕΒΙΤΑ
5.	ΠΑΠΑΔΟΓΙΑΝΝΑΚΗ ΜΑΡΙΛΕΝΑ

12)50m ΠΡΟΣΘΙΟ ΑΓΟΡΙΩΝ (18:46)	
1.	
2.	ΒΑΡΔΑΞΗΣ ΜΑΝΩΛΗΣ
3.	ΠΑΠΑΖΟΓΛΟΥ ΜΑΝΩΛΗΣ
4.	ΒΑΡΔΑΞΗΣ ΓΙΩΡΓΟΣ
5.	ΜΠΕΛΙΜΠΑΣΑΚΗΣ ΔΗΜΗΤΡΗΣ

13)50 m ΕΛΕΥΘΕΡΟ ΚΟΡΙΤΣΙΩΝ 11–12 ΕΤΩΝ (18:50)	
1.	ΑΝΑΣΤΑΣΑΚΗ ΑΛΕΞΑΝΔΡΑ
2.	ΦΟΥΝΤΟΥΛΑΚΗ ΧΡΥΣΟΥΛΑ
3.	ΤΣΑΓΚΑΡΑΚΗ ΟΛΓΑ
4.	ΜΙΤΕΒΑ ΕΛΕΟΝΩΡΑ
5.	ΚΑΡΓΑ ΕΙΡΗΝΗ

14)50m ΕΛΕΥΘΕΡΟ ΑΓΟΡΙΩΝ 11-12 ΕΤΩΝ (18:55)	
1.	ΠΙΤΣΩΚΟΣ ΒΑΣΙΛΗΣ
2.	ΡΟΔΙΤΑΚΗΣ ΝΙΚΟΣ
3.	ΧΡΥΣΟΣ ΓΙΩΡΓΟΣ
4.	ΜΟΥΦΤΑΡΙ ΚΛΕΙΝΤΙ
5.	ΒΡΥΣΑΝΑΚΗΣ ΔΗΜΗΤΡΗΣ

15)50m ΕΛΕΥΘΕΡΟ ΚΟΡΙΤΣΙΩΝ 13+ ΕΤΩΝ (Α ΣΕΙΡΑ-19:00)	
1.	ΖΕΡΒΟΥ ΛΥΔΙΑ
2.	ΣΚΑΝΔΑΛΑΚΗ ΜΑΡΙΑ
3.	ΚΥΡΛΑΚΗ ΕΜΜΑΝΟΥΕΛΑ
4.	ΑΜΠΟΥΧΑΝΗ ΚΑΤΕΡΙΝΑ
5.	ΤΣΙΚΟΥΔΑΚΗ ΠΕΛΑΓΙΑ

)50M ΕΛΕΥΘΕΡΟ ΚΟΡΙΤΣΙΩΝ 13+ ΕΤΩΝ (Β ΣΕΙΡΑ-19.06)	
1.	ΑΛΕΞΑΚΗ ΑΜΑΛΙΑ
2.	ΝΗΠΥΡΑΚΗ ΣΤΑΥΡΟΥΛΑ
3.	ΣΚΑΝΔΑΛΑΚΗ ΑΝΤΩΝΙΑ
4.	ΣΚΑΝΔΑΛΑΚΗ ΜΑΡΙΝΑ
5.	ΣΚΑΝΔΑΛΑΚΗ ΕΜΜΑΝΟΥΕΛΑ

50M ΕΛΕΥΘΕΡΟ ΚΟΡΙΤΣΙΩΝ 13+ ΕΤΩΝ (Γ ΣΕΙΡΑ-19:10)	
1.	
2.	ΑΜΠΟΥΧΑΝΗ ΔΕΣΠΟΙΝΑ
3.	ΓΙΑΚΟΥΜΑΚΗ ΔΕΣΠΟΙΝΑ
4.	ΝΟΥΝΗ ΒΑΣΙΛΙΚΗ
5.	ΚΑΚΕΠΑΚΗ ΧΡΥΣΑΝΘΗ

16)50M ΕΛΕΥΘΕΡΟ ΑΓΟΡΙΩΝ 13+ ΕΤΩΝ (19.15)	
1.	ΣΤΑΜΑΤΑΚΗΣ ΛΕΥΤΕΡΗΣ
2.	ΛΟΥΡΑΚΗΣ ΝΕΚΤΑΡΙΟΣ
3.	ΣΑΠΟΥΝΤΖΗΣ ΘΩΜΑΣ
4.	ΑΛΕΞΑΚΗΣ ΓΙΑΝΝΗΣ
5.	ΠΙΤΣΩΚΟΣ ΓΙΩΡΓΟΣ

17)50M ΥΠΤΙΟ ΑΓΟΡΙΩΝ 13+ ΕΤΩΝ (19.18)	
1.	
2.	ΣΤΑΜΑΤΑΚΗΣ ΝΙΚΟΣ
3.	ΤΣΙΣΜΑΡΟΥ ΝΙΚΗΤΑΣ
4.	ΡΑΣΟΥΛΗΣ ΑΝΤΩΝΗΣ
5.	ΣΜΥΡΝΙΩΤΑΚΗΣ ΓΙΩΡΓΟΣ

18)50M ΥΠΤΙΟ ΚΟΡΙΤΣΙΩΝ 13+ ΕΤΩΝ (19.22)	
1.	
2.	ΦΑΡΑΣΟΛΗ ΕΛΕΝΗ
3.	ΜΟΧΑΜΕΝΤ ΙΜΑΝ
4.	ΧΑΤΖΗΓΕΩΡΓΙΟΥ ΑΜΕΛΙΑ
5.	

**ΚΑΛΗ ΕΠΙΤΥΧΙΑ ΣΕ ΟΛΟΥΣ ΚΑΙ ΚΑΛΗ
ΔΙΑΣΚΕΔΑΣΗ!!**