



ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΔΗΜΟΚΡΑΤΙΑ

Ηράκλειο : 25-5-2026

Αρ.Πρωτ. : 9660

ΥΠΟΥΡΓΕΙΟ ΠΑΙΔΕΙΑΣ, ΘΡΗΣΚΕΥΜΑΤΩΝ
ΚΑΙ ΑΘΛΗΤΙΣΜΟΥ
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 : Λεωφ. Ικάρου 9
Ταχ.Κώδικας : 71306
Πληροφορίες : Υπεύθυνος Φυσικής Αγωγής
& Σχολικού Αθλητισμού
Δημόπουλος Ιωάννης
Τηλέφωνο : 2810-333760 ,6972703897.
E-mail : gfaira@sch.gr
ή 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.Α
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 2026-27».

ΣΧΕΤ.:

1. Το από 11-09-2025 Πρόγραμμα Πανελλαδικών εξετάσεων ημερήσιων και εσπερινών ΓΕΛ και ΕΠΑΛ, Ειδικών Και Μουσικών μαθημάτων και προθεσμία Υγειονομικής Εξέτασης και Πρακτικής Δοκιμασίας των υποψηφίων για εισαγωγή στα ΤΕΦΑΑ, έτους 2026.
2. Η με αριθ. πρωτ. Φ. 253/88954/Α5/2023 [8΄5018/9-8-2023) Υπουργική Απόφαση με θέμα: «Τροποποίηση της υπό στοιχεία Φ. 253/128314/Β6/29-11-2002 (81538) Υ.Α.».
3. με αρ. πρωτ. Φ. 251/55284/Α5/07-05-2026 Υπουργική Απόφαση με θέμα: «Ορισμός εδρών Και εποπτών των επιτροπών Υγειονομικής Εξέτασης και Πρακτικής Δοκιμασίας υποψηφίων για τα ΤΕΦΑΑ, του έτους 2026».
4. Τα με αριθ. πρωτ. Φ.251/58767/Α5/13-05-2026 έγγραφο της Διεύθυνσης Εξετάσεων και Πιστοποιήσεων του Υ.ΠΑΙ.Θ.Α. με θέμα: «Λιαβίβαση δελτίου τύπου για την υγειονομική εξέταση και πρακτική δοκιμασία των υποψηφίων για εισαγωγή στα ΤΕΦΑΑ, ακαδημαϊκού έτους 2026-2027».
5. Το με αρ. πρωτ. Φ.251/59326/Α5/14-05-2026 έγγραφο της Διεύθυνσης Εξετάσεων και Πιστοποιήσεων-ΤΜΗΜΑ Α΄ του Υ.ΠΑΙ.Θ.Α. με θέμα: «Συγκρότηση επιτροπών υγειονομικής εξέτασης και πρακτικής δοκιμασίας των Υποψηφίων για τα ΤΕΦΑΑ, ακαδημαϊκού έτους 2026-2027»:

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 2026-27, 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, 2026-27 θα διεξαχθούν από την Δευτέρα, 15 Ιουνίου 2026 μέχρι την Παρασκευή, 26 Ιουνίου 2026 , 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 στην Θύρα 3 του Παγκρητίου Σταδίου και ώρες: 7:30 π.μ. έως τις 10:30 π.μ.

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

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

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

<u>ΑΓΩΝΙΣΜΑΤΑ ΑΡΡΕΝΩΝ</u>	<u>ΑΓΩΝΙΣΜΑΤΑ ΘΗΛΕΩΝ</u>
Σφαιροβολία (6kg)	Σφαιροβολία (4 kg)
Άλμα σε Μήκος	Δρόμος 200μ
Δρόμος 200μ	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^{ης} 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 2026 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 2026.
- 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) .

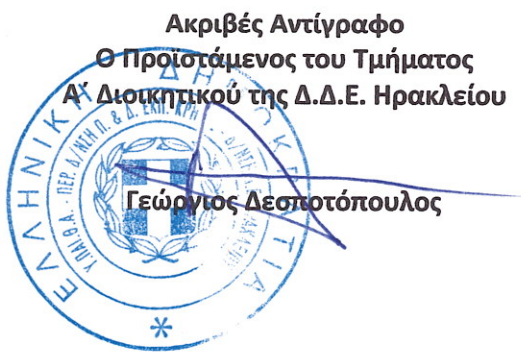
Για οποιαδήποτε πληροφορία που αφορά στην κατάθεση δικαιολογητικών, στην υγειονομική εξέταση και στην πρακτική δοκιμασία, οι υποψήφιοι /ες μπορούν να απευθύνονται στο Γραφείο Φυσικής Αγωγής της Δ/νσης Δ/θμιας Εκπ/σης Ηρακλείου Λεωφόρος Ικάρου 9 , τηλ 2810 333760 , 6972703897.

<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



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

ΑΝΤΩΝΙΟΣ ΦΟΥΝΤΟΥΛΑΚΗΣ



ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΔΗΜΟΚΡΑΤΙΑ
ΥΠΟΥΡΓΕΙΟ ΠΑΙΔΕΙΑΣ ΚΑΙ ΘΡΗΣΚΕΥΜΑΤΩΝ
ΠΕΡΙΦΕΡΕΙΑΚΗ Δ/ΝΣΗ Π/ΘΜΙΑΣ ΚΑΙ Δ/ΘΜΙΑΣ
ΕΚΠ/ΣΗΣ ΚΡΗΤΗΣ
Δ/ΝΣΗ Δ/ΙΜΙΑΣ ΕΚΠ/ΣΗΣ ΗΡΑΚΛΕΙΟΥ
ΤΜΗΜΑ ΦΥΣΙΚΗΣ ΑΓΩΓΗΣ

Ηράκλειο, 18-05-2026

ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΥΓΕΙΟΝΟΜΙΚΗΣ ΚΑΙ ΠΡΑΚΤΙΚΗΣ ΔΟΚΙΜΑΣΙΑΣ ΥΠΟΨΗΦΙΩΝ ΤΕΦΑΑ
ΑΚΑΔΗΜΑΪΚΟΥ ΕΤΟΥΣ 2026-27

ΗΜΕΡΟΜΗΝΙΑ	ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ
	ΚΑΤΑΘΕΣΗ ΔΙΚΑΙΟΛΟΓΗΤΙΚΩΝ 7:30-10:30 ΑΙΘΟΥΣΑ ΑΜΕΑ ΘΥΡΑ 3 ΠΑΓΚΡΗΤΙΟΥ ΣΤΑΔΙΟΥ
	ΠΡΑΚΤΙΚΕΣ ΔΟΚΙΜΑΣΙΕΣ 8:00-11:30 ΒΟΗΘΗΤΙΚΟ ΓΗΠΕΔΟ ΠΑΓΚΡΗΤΙΟΥ ΣΤΑΔΙΟΥ Κ' ΠΙΣΙΝΑ ΛΙΝΤΟ
ΔΕΥΤΕΡΑ 15 ΙΟΥΝΙΟΥ 2026	ΣΦΑΙΡΑ, ΜΗΚΟΣ (ΚΟΡΙΤΣΙΑ -ΑΓΟΡΙΑ) 200μ (ΚΟΡΙΤΣΙΑ) , 200μ (ΑΓΟΡΙΑ) <i>N.Ηρακλείου- N.Χανίων- N.Ρεθύμνου- N.Λασιθίου- Υπόλοιτες Περιφέρειες.</i>
ΤΡΙΤΗ 16 ΙΟΥΝΙΟΥ 2026	ΣΦΑΙΡΑ, ΜΗΚΟΣ (ΚΟΡΙΤΣΙΑ -ΑΓΟΡΙΑ) 200μ (ΚΟΡΙΤΣΙΑ) , 200μ (ΑΓΟΡΙΑ) <i>N.Ηρακλείου- N.Χανίων- N.Ρεθύμνου- N.Λασιθίου- Υπόλοιτες Περιφέρειες.</i>
ΤΕΤΑΡΤΗ 17 ΙΟΥΝΙΟΥ 2026	ΚΟΡΙΤΣΙΑ - ΑΓΟΡΙΑ Κ Ο Λ Υ Μ Β Η Σ Η <i>N.Ηρακλείου- N.Χανίων- N.Ρεθύμνου- N.Λασιθίου- Υπόλοιτες Περιφέρειες</i>
ΠΕΜΠΤΗ 18 ΙΟΥΝΙΟΥ 2026	ΣΦΑΙΡΑ, ΜΗΚΟΣ (ΚΟΡΙΤΣΙΑ -ΑΓΟΡΙΑ) 200μ (ΚΟΡΙΤΣΙΑ) , 200μ (ΑΓΟΡΙΑ) <i>N.Ηρακλείου- N.Χανίων- N.Ρεθύμνου- N.Λασιθίου- Υπόλοιτες Περιφέρειες.</i>
ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ 19 ΙΟΥΝΙΟΥ 2026	ΣΦΑΙΡΑ, ΜΗΚΟΣ (ΚΟΡΙΤΣΙΑ -ΑΓΟΡΙΑ) 200μ (ΚΟΡΙΤΣΙΑ) , 200μ (ΑΓΟΡΙΑ) <i>N.Ηρακλείου - N.Χανίων- N.Ρεθύμνου- N.Λασιθίου- Υπόλοιτες Περιφέρειες</i>
ΣΑΒΒΑΤΟ 20 ΙΟΥΝΙΟΥ 2026	ΑΡΓΙΑ
ΚΥΡΙΑΚΗ 21 ΙΟΥΝΙΟΥ 2026	ΑΡΓΙΑ
ΔΕΥΤΕΡΑ 22 ΙΟΥΝΙΟΥ 2026	ΣΦΑΙΡΑ, ΜΗΚΟΣ (ΚΟΡΙΤΣΙΑ -ΑΓΟΡΙΑ) 200μ (ΚΟΡΙΤΣΙΑ) , 200μ (ΑΓΟΡΙΑ) <i>N.Ηρακλείου- N.Χανίων- N.Ρεθύμνου- N.Λασιθίου- Υπόλοιτες Περιφέρειες.</i>
ΤΡΙΤΗ 23 ΙΟΥΝΙΟΥ 2026	ΣΦΑΙΡΑ, ΜΗΚΟΣ (ΚΟΡΙΤΣΙΑ -ΑΓΟΡΙΑ) 200μ (ΚΟΡΙΤΣΙΑ) , 200μ (ΑΓΟΡΙΑ) <i>N.Ηρακλείου- N.Χανίων- N.Ρεθύμνου- N.Λασιθίου- Υπόλοιτες Περιφέρειες.</i>
ΤΕΤΑΡΤΗ 24 ΙΟΥΝΙΟΥ 2026	ΚΟΡΙΤΣΙΑ - ΑΓΟΡΙΑ Κ Ο Λ Υ Μ Β Η Σ Η <i>N.Ηρακλείου- N.Χανίων- N.Ρεθύμνου- N.Λασιθίου- Υπόλοιτες Περιφέρειες</i>
ΠΕΜΠΤΗ 25 ΙΟΥΝΙΟΥ 2026	ΣΦΑΙΡΑ, ΜΗΚΟΣ (ΚΟΡΙΤΣΙΑ -ΑΓΟΡΙΑ) 200μ (ΚΟΡΙΤΣΙΑ) 200μ (ΑΓΟΡΙΑ) <i>N.Ηρακλείου- N.Χανίων- N.Ρεθύμνου- N.Λασιθίου- Υπόλοιτες Περιφέρειες</i>
ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ 26 ΙΟΥΝΙΟΥ 2026	ΣΦΑΙΡΑ, ΜΗΚΟΣ (ΚΟΡΙΤΣΙΑ -ΑΓΟΡΙΑ) 200μ (ΚΟΡΙΤΣΙΑ) 200μ (ΑΓΟΡΙΑ) ΕΙΔΙΚΕΣ ΠΕΡΙΠΤΩΣΕΙΣ (Ασθένεια, ειδικό μάθημα) <i>Προσκομίζοντας ανάλογη βεβαίωση</i>

ΠΙΝΑΚΑΣ ΒΑΘΜΟΛΟΓΗΣΗΣ - ΠΙΝΑΚΑΣ 3.

ΑΓΩΝΙΣΜΑΤΑ ΑΡΡΕΝΩΝ

ΒΑΘΜΟΙ	ΔΡΟΜΟΣ 200μ.	ΑΛΜΑ ΣΕ ΜΗΚΟΣ	ΣΦΑΙΡΟΒΟΛΙΑ βάρος σφαίρας 6κ.	ΚΟΛΥΜΒΗΣΗ 50μ. Ελεύθερο
20	μέχρι 25"	6.20μ. και άνω	14μ. και άνω	Μέχρι 29"
19	25"01 - 25"50	6.19μ.-6.05μ.	13.99μ.-13.60μ.	29"01 - 30"00
18	25"51 - 26"00	6.04μ.-5.90μ.	13.59μ.-13.20μ.	30"01 - 31"00
17	26"01 - 26"50	5.89μ.-5.75μ.	13.19μ.-12.80μ.	31"01 - 32"00
16	26"51 - 27"00	5.74μ.-5.60μ.	12.79μ.-12.40μ.	32"01 - 33"00
15	27"01 - 27"50	5.59μ.-5.45μ.	12.39μ.-12.00μ.	33"01 - 34"00
14	27"51 - 28"00	5.44μ.-5.30μ.	11.99μ.-11.60μ.	34"01 - 35"00
13	28"01 - 28"50	5.29μ.-5.15μ.	11.59μ.-11.20μ.	35"01 - 36"00
12	28"51 - 29"00	5.14μ.-5.00μ.	11.19μ.-10.80μ.	36"01 - 37"00
11	29"01 - 29"50	4.99μ.-4.85μ.	10.79μ.-10.40μ.	37"01 - 38"00
10	29"51 - 30"00	4.84μ.-4.70μ.	10.39μ. - 10.00μ.	38"01 - 39"00
9	30"01 - 30"50	4.69μ.-4.55μ.	9.99μ.-9.60μ.	39"01 - 40"00
8	30"51 - 31"00	4.54μ.-4.40μ.	9.59μ.-9.20μ.	40"01 - 41"00
7	31"01 - 31"50	4.39μ.-4.25μ.	9.19μ.-8.80μ.	41"01 - 42"00
6	31"51 - 32"00	4.24μ.-4.10μ.	8.79μ.-8.40μ.	42"01 - 43"00
5	32"01 - 32"50	4.09μ.-3.95μ.	8.39μ.-8.00μ.	43"01 - 44"00
4	32"51 - 33"00	3.94μ.-3.80μ.	7.99μ.-7.60μ.	44"01 - 45"00
3	33"01 - 33"50	3.79μ.-3.65μ.	7.59μ.-7.20μ.	45"01 - 46"00
2	33"51 - 34"00	3.64μ.-3.50μ.	7.19μ.-6.80μ.	46"01 - 47"00
1	34"01 - 34"50	3.49μ.-3.35μ.	6.79μ.-6.40μ.	47"01 - 48"00
0	34"51 και άνω	3.34μ. και κάτω	6.39μ. και κάτω	48"01 και άνω

ΑΓΩΝΙΣΜΑΤΑ ΘΗΛΕΩΝ

ΒΑΘΜΟΙ	ΔΡΟΜΟΣ 200μ.	ΑΛΜΑ ΣΕ ΜΗΚΟΣ	ΣΦΑΙΡΟΒΟΛΙΑ βάρος σφαίρας 4κ.	ΚΟΛΥΜΒΗΣΗ 50μ. Ελεύθερο
20	Μέχρι 29"	5.15μ. και άνω	11μ. και άνω	έως 31"
19	29"01 - 29"50	5.14μ. - 5.00μ.	10.99μ. - 10.60μ.	31"01 - 32"00
18	29"51 - 30"00	4.99μ. - 4.85μ.	10.59μ. - 10.20μ.	32"01 - 33"00
17	30"01 - 30"50	4.84μ. - 4.70μ.	10.19μ. - 9.80μ.	33"01 - 34"00
16	30"51 - 31"00	4.69μ. - 4.55μ.	9.79μ. - 9.40μ.	34"01 - 35"00
15	31"01 - 31"50	4.54μ. - 4.40μ.	9.39μ. - 9.00μ.	35"01 - 36"00
14	31"51 - 32"00	4.39μ. - 4.25μ.	8.99μ. - 8.60μ.	36"01 - 37"00
13	32"01 - 32"50	4.24μ. - 4.10μ.	8.59μ. - 8.20μ.	37"01 - 38"00
12	32"51 - 33"00	4.09μ. - 3.95μ.	8.19μ. - 7.80μ.	38"01 - 39"00
11	33"01 - 33"50	3.94μ. - 3.80μ.	7.79μ. - 7.40μ.	39"01 - 40"00
10	33"51 - 34"00	3.79μ. - 3.65μ.	7.39μ. - 7.00μ.	40"01 - 41"00
9	34"01 - 34"50	3.64μ. - 3.50μ.	6.99μ. - 6.60μ.	41"01 - 42"00
8	34"51 - 35"00	3.49μ. - 3.35μ.	6.59μ. - 6.20μ.	42"01 - 43"00
7	35"01 - 35"50	3.34μ. - 3.20μ.	6.19μ. - 5.80μ.	43"01 - 44"00
6	35"51 - 36"00	3.19μ. - 3.05μ.	5.79μ. - 5.40μ.	44"01 - 45"00
5	36"01 - 36"50	3.04μ. - 2.90μ.	5.39μ. - 5.00μ.	45"01 - 46"00
4	36"51 - 37"00	2.89μ. - 2.75μ.	4.99μ. - 4.60μ.	46"01 - 47"00
3	37"01 - 37"50	2.74μ. - 2.60μ.	4.59μ. - 4.20μ.	47"01 - 48"00
2	37"51 - 38"00	2.59μ. - 2.45μ.	4.19μ. - 3.80μ.	48"01 - 49"00
1	38"01 - 38"50	2.44μ. - 2.30μ.	3.79μ. - 3.40μ.	49"01 - 50"00
0	38"51 και άνω	2.29μ. και κάτω	3.39μ. και κάτω	50"01 και άνω