|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **ΔΙΕΘΝΗΣ ΣΥΝΑΝΤΗΣΗ ΕΛΛΑΔΑ - ΚΥΠΡΟΣ Κ18** | | | |
| **ΑΘΗΝΑ, 20 – 21 ΙΟΥΛΙΟΥ 2022**  **ΕΑΚΝ ΑΓ. ΚΟΣΜΑ** | | | |
|  |  |  |  |
| **Αγωνιστικό Πρόγραμμα** | | | |
|  |  |  |  |
| **1η Ημέρα: Τετάρτη, 20 Ιουλίου 2022** | | | |
| **ΩΡΑ**  **ΕΝΑΡΞΗΣ** | **ΑΓΩΝΙΣΜΑ** | **Α - Γ** | **Παρατηρήσεις** |
| **Πρωινό Πρόγραμμα** | | | |
| **9:30** | **100μ.** | Δέκαθλο (1) |  |
| **9:45** | **100μ. με Εμπόδια** | Έπταθλο (1) |  |
| **10:00** | **Άλμα σε Μήκος** | Δέκαθλο (2) |  |
| **10:15** | **Άλμα σε Ύψος** | Έπταθλο (2) |  |
| **10:45** | **Σφαιροβολία** | Δέκαθλο (3) | Γήπεδο ρίψεων |
|  |  |  |  |
| **Απογευματινό πρόγραμμα** | | | |
| **17:30** | **Άλμα σε Ύψος** | Δέκαθλον (4) |  |
| **17:35** | **Σφυροβολία** | **Α & Γ** | Γήπεδο ρίψεων |
| **17:45** | **Τελετή Έναρξης** |  |  |
| **18:00** | **110μ. με Εμπόδια** | Α |  |
| **18:15** | **Άλμα Επί Κοντώ** | A |  |
| **18:20** | **100μ. με Εμπόδια** | Γ |  |
| **18:30** | **Άλμα Τριπλούν** | Α |  |
| **18:35** | **Δισκοβολία** | Γ | Γήπεδο ρίψεων |
| **18:40** | **400μ.** | A |  |
| **18:45** | **Σφαιροβολία** | Έπταθλο (3) | Γήπεδο ρίψεων |
| **18:50** | **400μ.** | Γ |  |
| **19:05** | **100μ.** | A |  |
| **19:20** | **100μ.** | Γ |  |
| **19:30** | **Άλμα σε Ύψος** | Γ |  |
| **19:35** | **Σφαιροβολία** | Α | Γήπεδο ρίψεων |
| **19:40** | **1.500μ.** | Α |  |
| **19:50** | **1.500μ.** | Γ |  |
| **20:00** | **200μ.** | Έπταθλο (4) |  |
| **20:10** | **2.000μ. με Φ.Ε.** | Α |  |
| **20:15** | **Άλμα Τριπλούν** | Γ |  |
| **20:30** | **2.000μ. με Φ.Ε.** | Γ |  |
| **20:35** | **Ακοντισμός** | Γ | Κεντρικό στάδιο |
| **20:45** | **400μ.** | Δέκαθλο (5) |  |
| **21:00** | **4X100μ.** | A |  |
| **21:10** | **4X100μ.** | Γ |  |

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **ΔΙΕΘΝΗΣ ΣΥΝΑΝΤΗΣΗ ΕΛΛΑΔΑ - ΚΥΠΡΟΣ Κ18** | | | | | |
| **ΑΘΗΝΑ, 20 – 21 ΙΟΥΛΙΟΥ 2022**  **ΕΑΚΝ ΑΓ. ΚΟΣΜΑ** | | | | | |
|  | |  | |  |  |
| **Αγωνιστικό Πρόγραμμα** | | | | | |
|  | |  | |  |  |
| **2η Ημέρα: Πέμπτη, 21 Ιουλίου 2022** | | | | | |
| **ΩΡΑ ΕΝΑΡΞΗΣ** | **ΑΓΩΝΙΣΜΑ** | | **Α - Γ** | | **Παρατηρήσεις** |
| **Πρωινό Πρόγραμμα** | | | | | |
| **9:00** | **110μ. με Εμπόδια** | | Δέκαθλο (6) | |  |
| **9:45** | **Δισκοβολία** | | Δέκαθλο (7) | | Γήπεδο ρίψεων |
| **10:00** | **Άλμα σε Μήκος** | | Έπταθλο (5) | |  |
| **10:45** | **Ακοντισμός** | | Έπταθλο (6) | | Κεντρικό στάδιο |
| **11:00** | **Άλμα Επί Κοντώ** | | Δέκαθλο (8) | |  |
|  |  | |  | |  |
| **Απογευματινό πρόγραμμα** | | | | | |
| **17:30** | **Ακοντισμός** | | Δέκαθλο (9) | | Κεντρικό στάδιο |
| **17:55** | **Άλμα σε Μήκος** | | Α | |  |
| **18:00** | **400μ. με Εμπόδια** | | Α | |  |
| **18:15** | **Άλμα Επί Κοντώ** | | Γ | |  |
| **18:20** | **400μ. με Εμπόδια** | | Γ | |  |
| **18:30** | **Δισκοβολία** | | Α | | Γήπεδο ρίψεων |
| **18:40** | **800μ.** | | Έπταθλο (7) | |  |
| **18:50** | **1.500μ.** | | Δέκαθλο (10) | |  |
| **19:05** | **200μ.** | | Α | |  |
| **19:15** | **Άλμα σε Ύψος** | | Α | |  |
| **19:20** | **200μ.** | | Γ | |  |
| **19:25** | **Σφαιροβολία** | | Γ | | Γήπεδο ρίψεων |
| **19:30** | **Άλμα σε Μήκος** | | Γ | |  |
| **19:35** | **800μ.** | | Α | |  |
| **19:45** | **800μ.** | | Γ | |  |
| **19:55** | **3.000μ.** | | Α | |  |
| **20:00** | **Ακοντισμός** | | Α | | Κεντρικό στάδιο |
| **20:10** | **3.000μ.** | | Γ | |  |
| **20:30** | **4 x 400μ.** | | Α | |  |
| **20:40** | **4 x 400μ.** | | Γ | |  |