

**ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ Β ΦΑΣΗ ΤΕΛΙΚΗ
 ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΩΝ ΠΡΩΤΑΘΛΗΜΑΤΩΝ
 ΕΦΗΒΩΝ - ΝΕΑΝΙΔΩΝ & ΠΑΙΔΩΝ - ΚΟΡΑΣΙΔΩΝ 2026**

ΗΜ/ΝΙΑ	ΩΡΑ ΖΥΓΙΣΗΣ	ΩΡΑ ΕΝΑΡΞΗΣ ΑΓΩΝΑ	ΓΚΡΟΥΠ	ΚΑΤΗΓΟΡΙΕΣ ΣΩΜΑΤΙΚΟΥ ΒΑΡΟΥΣ	Α / Γ	ΣΥΜΜΕΤΟΧΕΣ ΔΙΑΡΚΕΙΑ
ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ 03 / 04 / 2026	08:00 – 09:00	10:00	M1	Π 56kg, 60kg	ΑΝΔΡΩΝ	12 - 90'
		12:00	ΤΕΛΕΤΗ ΕΝΑΡΞΗΣ			60'
	11:00 – 12:00	13:00	M2	65kg	ΑΝΔΡΩΝ	15 - 120'
	13:00 – 14:00	15:00	M3	71kg	ΑΝΔΡΩΝ	11 - 90'
	14:30 – 15:30	16:30	M4	79kg	ΑΝΔΡΩΝ	16 - 120'
	16:00 – 17:00	18:00	M5	88kg	ΑΝΔΡΩΝ	7 - 60'
	17:00 – 18:00	19:00	M6	94kg, Π 98kg	ΑΝΔΡΩΝ	7 - 60'
ΣΑΒΒΑΤΟ 04 / 04 / 2026	07:30 - 08:30	9:30	M7	110kg, +110kg Π +98kg	ΑΝΔΡΩΝ	10 - 90'
		10:45	ΑΠΟΝΟΜΕΣ ΣΩΜΑΤΕΙΩΝ ΕΦΗΒΩΝ - ΠΑΙΔΩΝ			15'
	09:00 - 10:00	11:00	W8	Κ 44kg, 48kg	ΓΥΝΑΙΚΩΝ	8 - 60'
	10:00 - 11:00	12:00	W9	53kg	ΓΥΝΑΙΚΩΝ	8 - 60'
	11:00 - 12:00	13:00	W10	58kg	ΓΥΝΑΙΚΩΝ	10 - 90'
	12:30 - 13:30	14:30	W11	63kg	ΓΥΝΑΙΚΩΝ	11 - 90'
	14:00 - 15:00	16:00	W12	69kg	ΓΥΝΑΙΚΩΝ	7 - 60'
	15:00 - 16:00	17:00	W13	77kg, 86kg, +86kg, Κ +77kg	ΓΥΝΑΙΚΩΝ	11 - 90'
		ΤΕΛΟΣ ΑΓΩΝΩΝ	ΑΠΟΝΟΜΕΣ ΣΩΜΑΤΕΙΩΝ ΝΕΑΝΙΔΩΝ - ΚΟΡΑΣΙΔΩΝ			15'