

Λ. Κηφισίας 37, Κτίριο Δ' Ο.Α.Κ.Α
Τ.Κ. 15123, Μαρούσι
www.weightlifting.gr, info@weightlifting.gr
Τηλ: 210 9231683
Πληροφορίες: Ηλίας Τζήμος

Πρόγραμμα Πρωταθλημάτων Α & Β ομίλου
Μαρούσι 16 - 18/10/2026

ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ 16/10/2026

Α' ΟΜΙΛΟΣ

Α φάση Πανελλήνιων Πρωταθλημάτων Γυναικών - Νέων Γυναικών
Ανοιχτά πρωταθλήματα Γυναικών-Νέων Γυναικών-Νεανίδων-Κορασίδων

Ώρα 14.00 κατηγ. **45κ. (κορ)**, 49κ., 53κ., 57κ., 61κ.
Ζύγιση (12.00-13.00)

Ώρα 16.00 κατηγ. 69κ., 77κ., **+77κ. (κορ)**, 86κ., +86κ.
Ζύγιση (14.00-15.00)

Α φάση Πανελλήνιων Πρωταθλημάτων Ανδρών - Νέων Ανδρών
Ανοιχτά πρωταθλήματα Ανδρών-Νέων Ανδρών-Εφήβων-Παίδων

Ώρα 18.00 κατηγ. **55κ. (παιδ)**, 60κ., 65κ. 70κ.,
Ζύγιση (16.00-17.00)

ΣΑΒΒΑΤΟ 17/10/2026

Α φάση Πανελλήνιων Πρωταθλημάτων Ανδρών - Νέων Ανδρών
Ανοιχτά πρωταθλήματα Ανδρών-Νέων Ανδρών-Εφήβων-Παίδων

Ώρα 09.00 κατηγ. 75κ.

Ζύγιση (07.00-08.00)

Ώρα 11.00 κατηγ. 85κ.

Ζύγιση (09.00-10.00)

Ώρα 13.00 κατηγ. 95κ.

Ζύγιση (11.00-12.00)

Ώρα 15.00 κατηγ. **+95κ. (παιδ)**, 110κ., +110κ.

Ζύγιση (13.00-14.00)

Λ. Κηφισίας 37, Κτίριο Δ' Ο.Α.Κ.Α
Τ.Κ. 15123, Μαρούσι
www.weightlifting.gr, info@weightlifting.gr
Τηλ: 210 9231683

Β' ΟΜΙΛΟΣ

ΣΑΒΒΑΤΟ 17/10/2026

ΑΓΩΝΙΣΤΙΚΟ ΤΕΣΤ ΠΑΜΠΑΙΔΩΝ/ΠΑΓΚΟΡΑΣΙΔΩΝ 16.30

Α φάση Πανελλήνιων Πρωταθλημάτων Γυναικών - Νέων Γυναικών
Ανοιχτά πρωταθλήματα Γυναικών-Νέων Γυναικών-Νεανίδων-Κορασίδων

Ώρα 17.00 κατηγ. **45κ. (κορ)**, 49κ., 53κ., 57κ., 61κ.
Ζύγιση (15.00-16.00)

Ώρα 19.00 κατηγ. 69κ., 77κ., **+77κ. (κορ)**, 86κ., +86κ.
Ζύγιση (17.00-18.00)

ΚΥΡΙΑΚΗ 18/10/2026

Α φάση Πανελλήνιων Πρωταθλημάτων Ανδρών - Νέων Ανδρών
Ανοιχτά πρωταθλήματα Ανδρών-Νέων Ανδρών-Εφήβων-Παίδων

Ώρα 10.00 κατηγ. **55κ. (παιδ)**, 60κ., 65κ.,
Ζύγιση (08.00-09.00)

Ώρα 12.00 κατηγ. 70κ., 75κ.,
Ζύγιση (10.00-11.00)

Ώρα 14.00 κατηγ. 85 κ.
Ζύγιση (12.00-13.00)

Ώρα 16.00 κατηγ. 95κ., **+95κ. (παιδ)**, 110κ., +110κ.
Ζύγιση (14.00-15.00)

ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΟΜΟΣΠΟΝΔΙΑ ΑΡΣΗΣ ΒΑΡΩΝ