



ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗ  
ΒΕΡΓΙΟΠΟΥΛΟΣ

ΑΓΟΡΙΑ				
ΒΑΘΜΟΙ	ΔΡΟΜΟΣ 400m	ΑΛΜΑ ΣΕ ΜΗΚΟΣ	ΣΦΑΙΡΟΒΟΛΙΑ	ΚΟΛΥΜΒΗΣΗ
			Βάρος 6Kg	50m
20	μέχρι 52sec	6.20 m & άνω	14.00 & άνω	Έως 29.00sec
19	52.1 - 52.5	6.19 - 6.05	13.99 - 13.60	29.1 - 30
18	52.6 - 53	6.04 - 5.90	13.59 - 13.20	30.1 - 31
17	53.1 - 53.5	5.89 - 5.75	13.19 - 12.80	31.1 - 32
16	53.6 - 54	5.74 - 5.60	12.79 - 12.40	32.1 - 33
15	54.1 - 54.5	5.59 - 5.45	12.39 - 12.00	33.1 - 34
14	54.6 - 55	5.44 - 5.30	11.99 - 11.60	34.1 - 35
13	55.1 - 55.5	5.29 - 5.15	11.59 - 11.20	35.1 - 36
12	55.6 - 56	5.14 - 5.00	11.19 - 10.80	36.1 - 37
11	56.1 - 56.5	4.99 - 4.85	10.79 - 10.40	37.1 - 38
10	56.6 - 57	4.84 - 4.70	10.39 - 10.00	38.1 - 39
9	57.1 - 57.5	4.69 - 4.55	9.99 - 9.60	39.1 - 40
8	57.6 - 58	4.54 - 4.40	9.59 - 9.20	40.1 - 41
7	58.1 - 58.5	4.39 - 4.25	9.19 - 8.80	41.1 - 42
6	58.6 - 59	4.24 - 4.10	8.79 - 8.40	42.1 - 43
5	59.1 - 59.5	4.09 - 3.95	8.39 - 8.00	43.1 - 44
4	59.6 - 60	3.94 - 3.80	7.99 - 7.60	44.1 - 45
3	60.1 - 60.5	3.79 - 3.65	7.59 - 7.20	45.1 - 46
2	60.6 - 61	3.64 - 3.50	7.19 - 6.80	46.1 - 47
1	61.1 - 61.5	3.49 - 3.35	6.79 - 6.40	47.1 - 48
0	61.6 & άνω	3.34 & κάτω	6.39 & κάτω	48 & άνω

ΚΟΡΙΤΣΙΑ				
ΒΑΘΜΟΙ	ΔΡΟΜΟΣ 200m	ΑΛΜΑ ΣΕ ΜΗΚΟΣ	ΣΦΑΙΡΟΒΟΛΙΑ	ΚΟΛΥΜΒΗΣΗ
			Βάρος 4Kg	50m
20	μέχρι 26.5sec	5.15 m & άνω	11.00 m & άνω	Έως 31sec
19	26.6 - 27	5.14 - 5.00	10.99 - 10.60	29.1 - 30
18	27.1 - 27.5	4.99 - 4.85	10.59 - 10.20	32.1 - 33
17	27.6 - 28	4.84 - 4.70	10.19 - 9.80	33.1 - 34
16	28.1 - 28.5	4.69 - 4.55	9.79 - 9.40	34.1 - 35

15	28.6 - 29	4.54 - 4.40	9.39 - 9.00	35.1 - 36
14	29.1 - 29.5	4.39 - 4.25	8.99 - 8.60	36.1 - 37
13	29.6 - 30	4.24 - 4.10	8.59 - 8.20	37.1 - 38
12	30.1 - 30.5	4.09 - 3.95	8.19 - 7.80	38.1 - 39
11	30.6 - 31	3.94 - 3.80	7.79 - 7.40	39.1 - 40
10	31.1 - 31.5	3.79 - 3.65	7.39 - 7.00	40.1 - 41
9	31.6 - 32	3.64 - 3.50	6.99 - 6.60	41.1 - 42
8	32.1 - 32.5	3.49 - 3.35	6.59 - 6.20	42.1 - 43
7	32.6 - 33	3.34 - 3.20	6.19 - 5.80	43.1 - 44
6	33.1 - 33.5	3.19 - 3.05	5.79 - 5.40	44.1 - 45
5	33.6 - 34	3.04 - 2.90	5.39 - 5.00	45.1 - 46
4	34.1 - 34.5	2.89 - 2.75	4.99 - 4.60	46.1 - 47
3	34.6 - 35	2.74 - 2.60	4.59 - 4.20	47.1 - 48
2	35.1 - 35.5	2.59 - 2.45	4.19 - 3.80	48.1 - 49
1	35.6 - 36	2.44 - 2.30	3.79 - 3.40	49.1 - 50
0	36.1 & άνω	2.29 & κάτω	3.39 & κάτω	50.0 & άνω