|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **ΧΡΥΣΑ ΜΕΤΑΛΛΙΑ ΧΕΙΜΕΡΙΝΩΝ ΑΓΩΝΩΝ ΝΟΤΙΟΥ ΕΛΛΑΔΟΣ ΠΑΓΚΟΡΑΣΙΔΩΝ Β** | | | |
| **50μ. ΕΛΕΥΘΕΡΟ** | | | |
| **ΕΤΟΣ** | **ΚΟΛΥΜΒΗΤΡΙΑ** | **ΣΥΛΛΟΓΟΣ** | **ΕΠΙΔΟΣΗ** |
| 2024 |  |  |  |
| 2023 | ΜΠΙΛΑΝΑΚΟΥ ΝΕΦΕΛΗ | Α.Ο.ΑΙΓΑΛΕΩ | 27.46 |
| 2022 | ΑΜΠΕΛΙΩΤΗ-ΠΑΝΑΓΟΠΟΥΛΟΥ ΕΛΕΝΗ | ΔΕΛΦΙΝΙΑ ΠΕΡΙΣΤΕΡΙΟΥ | 28.59 |
| 2021 | - | - | - |
| 2020 | ΧΡΗΣΤΑΚΟΥ ΕΛΕΝΗ-ΙΩΑΝΝΑ | ΕΘΝΙΚΟΣ Ο.Φ.Π.Φ. | 28.22 |
| 2019 | ΣΜΥΡΝΙΟΥ ΑΓΓΕΛΙΚΗ | Σ.Α.ΚΟΛΛΕΓΙΟ ΑΘΗΝΩΝ | 28.38 |
| 2018 | ΓΚΟΓΚΟΣΗ ΔΑΝΑΗ | Α.Α.ΩΡΙΩΝΑΣ ΗΡΑΚΛΕΙΟΥ | 28.11 |
| 2017 | ΝΤΡΙΝΙΤΣ ΘΕΟΔΩΡΑ | Ν.Ο.ΡΕΘΥΜΝΟΥ | 28.76 |
| 2016 | ΔΙΑΜΑΝΤΗ ΑΘΑΝΑΣΙΑ | Ν.Ε.ΠΑΤΡΩΝ | 28.58 |
| 2015 | ΓΙΟΚΑΡΗ ΙΖΑΜΠΕΛΛΑ | Ν.Α.Σ.ΑΤΤΙΚΗΣ | 28.62 |
| 2014 | ΠΑΠΑΔΟΠΟΥΛΟΥ ΜΥΡΤΩ | ΜΙΛΩΝ | 29.87 |
| 2013 | ΔΡΑΚΟΠΟΥΛΟΥ ΝΕΦΕΛΗ | Ν.Ο.ΠΑΤΡΩΝ | 28.99 |
| 2012 | ΠΑΣΣΑ ΠΑΝΑΓΙΩΤΑ | Α.Κ.Ο.ΧΑΛΚΙΔΑΣ | 29.52 |
| 2011 | ΜΠΑΚΑ ΒΑΣΙΛΙΚΗ-ΣΤΑΥΡΟΥΛΑ | Ν.Ο.ΚΑΛΑΜΑΤΑΣ | 28.72 |
| 2010 | ΔΟΥΛΓΕΡΑΚΗ ΜΑΡΙΑ | Α.Ο.ΠΑΛΑΙΟΥ ΦΑΛΗΡΟΥ | 29.59 |
| 2009 | ΖΑΦΕΙΡΟΥΛΗ ΑΝΑΣΤΑΣΙΑ | Α.Ο.ΩΚΕΑΝΟΣ | 29.41 |
| 2008 | ΔΗΜΟΥΛΗ ΚΩΝΣΤΑΝΤΙΝΑ | Ν.Α.Ο.ΚΕΡΚΥΡΑΣ | 29.44 |
| 2007 | ΚΑΤΣΟΥΛΗ ΣΟΦΙΑ | ΙΛΙΟΝ | 29.48 |
| 2006 | ΒΕΜΟΥ ΕΡΑΤΩ | Γ.Σ.ΑΡΚΑΔΙΑΣ | 29.40 |
| 2005 | ΒΟΥΡΝΑ ΚΡΙΣΤΕΛ | Ν.Ο.ΠΑΤΡΩΝ | 28.30 |
| 2004 | ΛΙΩΣΗ ΜΑΡΙΑ | ΟΛΥΜΠΙΑΚΟΣ ΠΕΙΡΑΙΩΣ | 28.39 |
| 2003 | ΑΝΤΩΝΟΠΟΥΛΟΥ ΑΛΕΞΙΣ-ΕΛΙΖΑΜΠΕΘ | Ν.Σ.Ε.Α.Δ.ΒΟΥΛΑΣ Ο ΑΙΓΕΑΣ | 30.32 |
| 2002 | ΤΣΑΜΠΑΣΙΑΝ ΒΑΣΙΛΙΚΗ | Ν.Ε.ΠΑΤΡΩΝ | 27.76 |
| 2001 | ΤΕΡΖΗ ΓΚΟΛΦΙΝΗ | Α.Ν.Ο.ΓΛΥΦΑΔΑΣ | 29.24 |
| 2000 | ΚΥΤΙΝΟΥ ΕΛΛΗ | Ν.Ο.ΧΑΛΚΙΔΑΣ | 29.01 |
| 1999 | ΛΑΓΟΥΔΑΚΗ ΜΑΡΙΝΑ | Ν.Ο.ΧΑΝΙΩΝ | 29.93 |
| 1998 | ΣΚΟΥΛΟΥΔΗ ΕΥΑΓΓΕΛΙΑ | Ν.Ο.ΧΑΝΙΩΝ | 30.74 |
| 1997 | ΓΑΤΣΙΟΥ ΑΝΝΑ | Α.Ο.ΙΩΝΙΚΟΣ | 29.39 |
| 1996 | ΘΕΟΔΩΡΟΠΟΥΛΟΥ ΓΚΟΛΦΩ | ΑΡΙΩΝ ΓΛΥΦΑΔΑΣ | 29.69 |
| 1995 | ΜΕΛΑΧΡΟΙΝΟΥ ΣΤΑΜΑΤΙΑ | Γ.Ν.Ο.ΑΡΗΣ ΝΙΚΑΙΑΣ | 29.39 |
| 1994 | ΤΖΙΡΑΚΗ ΜΑΡΙΑ | Κ.Ο.ΗΡΑΚΛΕΙΟΥ | 30.02 |
| 1993 | ΒΟΥΤΣΙΝΑ ΕΙΡΗΝΗ | Κ.Ο.ΠΟΣΕΙΔΩΝ ΙΛΙΣΙΩΝ | 29.90 |
| 1992 | ΜΕΛΑΧΡΟΙΝΟΥ ΖΑΜΠΙΑ | Γ.Ν.Ο.ΑΡΗΣ ΝΙΚΑΙΑΣ | 29.51 |
| 1991 | ΓΕΡΟΓΙΑΝΝΗ ΟΛΓΑ | Γ.Ν.Ο.ΑΡΗΣ ΝΙΚΑΙΑΣ | 29.96 |
| 1990 | ΧΑΤΖΗΔΑΚΗ ΙΦΙΓΕΝΕΙΑ | Ν.Ο.ΧΑΝΙΩΝ | 29.74 |
| 1989 | ΒΑΛΛΑ ΟΥΡΑΝΙΑ | ΗΛΥΣΙΑΚΟΣ Α.Ο. | 29.87 |
| 1988 | ΜΩΡΑΪΤΙΔΟΥ ΕΥΑΓΓΕΛΙΑ | Α.Ν.Ο.ΓΛΥΦΑΔΑΣ | 29.21 |
| **100μ. ΕΛΕΥΘΕΡΟ** | | | |
| **ΕΤΟΣ** | **ΚΟΛΥΜΒΗΤΡΙΑ** | **ΣΥΛΛΟΓΟΣ** | **ΕΠΙΔΟΣΗ** |
| 2024 |  |  |  |
| 2023 | ΜΠΙΛΑΝΑΚΟΥ ΝΕΦΕΛΗ | Α.Ο.ΑΙΓΑΛΕΩ | 1:00.62 |
| 2022 | ΑΜΠΕΛΙΩΤΗ-ΠΑΝΑΓΟΠΟΥΛΟΥ ΕΛΕΝΗ | ΔΕΛΦΙΝΙΑ ΠΕΡΙΣΤΕΡΙΟΥ | 1:02.95 |
| 2021 | - | - | - |
| 2020 | ΧΡΗΣΤΑΚΟΥ ΕΛΕΝΗ-ΙΩΑΝΝΑ | ΕΘΝΙΚΟΣ Ο.Φ.Π.Φ. | 1:01.76 |
| 2019 | ΣΜΥΡΝΙΟΥ ΑΓΓΕΛΙΚΗ | Σ.Α.ΚΟΛΛΕΓΙΟ ΑΘΗΝΩΝ | 1:02.97 |
| 2018 | ΓΚΟΓΚΟΣΗ ΔΑΝΑΗ | Α.Α.ΩΡΙΩΝΑΣ ΗΡΑΚΛΕΙΟΥ | 1:00.67 |
| 2017 | ΦΟΡΤΟΥΝΗ ΑΘΑΝΑΣΙΑ | Α.Ν.Ο.ΑΡΓΥΡΟΥΠΟΛΗΣ | 1:03.55 |
| 2016 | ΛΥΡΑ ΑΝΘΗ | Α.Ο.ΠΑΛΑΙΟΥ ΦΑΛΗΡΟΥ | 1:01.72 |
| 2015 | ΓΙΟΚΑΡΗ ΙΖΑΜΠΕΛΛΑ | Ν.Α.Σ.ΑΤΤΙΚΗΣ | 1:03.68 |
| 2014 | ΛΥΓΟΥΡΗ ΝΙΚΟΛΕΤΤΑ | Ν.Ο.ΚΑΛΑΜΑΤΑΣ | 1:04.14 |
| 2013 | ΔΑΜΑΣΙΩΤΗ ΜΑΡΚΕΛΛΑ | Α.Ο.ΩΚΕΑΝΟΣ | 1:03.02 |
| 2012 | ΠΑΣΣΑ ΠΑΝΑΓΙΩΤΑ | Α.Κ.Ο.ΧΑΛΚΙΔΑΣ | 1:04.18 |
| 2011 | ΜΠΑΚΑ ΒΑΣΙΛΙΚΗ-ΣΤΑΥΡΟΥΛΑ | Ν.Ο.ΚΑΛΑΜΑΤΑΣ | 1:01.75 |
| 2010 | ΝΤΟΓΟΥ-ΚΑΡΑΤΖΑ ΓΕΩΡΓΙΑ | Ν.Ο.ΧΑΛΚΙΔΑΣ | 1:03.53 |
| 2009 | ΖΑΦΕΙΡΟΥΛΗ ΑΝΑΣΤΑΣΙΑ | Α.Ο.ΩΚΕΑΝΟΣ | 1:03.68 |
| 2008 | ΔΗΜΟΥΛΗ ΚΩΝΣΤΑΝΤΙΝΑ | Ν.Α.Ο.ΚΕΡΚΥΡΑΣ | 1:04.78 |
| 2007 | ΚΑΤΣΟΥΛΗ ΣΟΦΙΑ | ΙΛΙΟΝ | 1:03.83 |
| 2006 | ΚΛΙΚΟΠΟΥΛΟΥ ΣΟΦΙΑ | Α.Ν.Ο.ΓΛΥΦΑΔΑΣ | 1:04.61 |
| 2005 | ΒΟΥΡΝΑ ΚΡΙΣΤΕΛ | Ν.Ο.ΠΑΤΡΩΝ | 1:03.31 |
| 2004 | ΛΙΩΣΗ ΜΑΡΙΑ | ΟΛΥΜΠΙΑΚΟΣ ΠΕΙΡΑΙΩΣ | 1:01.87 |
| 2003 | ΒΕΡΓΙΑΝΝΗ ΑΘΗΝΑ-ΣΟΦΙΑ | Γ.Ν.Ο.ΑΡΗΣ ΝΙΚΑΙΑΣ | 1:03.58 |
| 2002 | ΤΣΑΜΠΑΣΙΑΝ ΒΑΣΙΛΙΚΗ | Ν.Ε.ΠΑΤΡΩΝ | 1:01.00 |
| 2001 | ΑΔΑΜ ΛΑΜΠΡΙΝΗ | Γ.Ν.Ο.ΑΡΗΣ ΝΙΚΑΙΑΣ | 1:04.33 |
| 2000 | ΚΥΤΙΝΟΥ ΕΛΛΗ | Ν.Ο.ΧΑΛΚΙΔΑΣ | 1:02.25 |
| 1999 | ΛΑΓΟΥΔΑΚΗ ΜΑΡΙΝΑ | Ν.Ο.ΧΑΝΙΩΝ | 1:03.79 |
| 1998 | ΧΕΙΛΟΥΔΑΚΗ ΒΑΛΕΝΤΙΝΗ | Ν.Ο.ΗΡΑΚΛΕΙΟΥ | 1:04.54 |
| 1997 | ΓΑΤΣΙΟΥ ΑΝΝΑ | Α.Ο.ΙΩΝΙΚΟΣ | 1:04.05 |
| 1996 | ΘΕΟΔΩΡΟΠΟΥΛΟΥ ΓΚΟΛΦΩ | ΑΡΙΩΝ ΓΛΥΦΑΔΑΣ | 1:05.89 |
| 1995 | ΣΙΑΡΑΠΗ ΓΕΩΡΓΙΑ | Α.Κ.Ο.ΧΑΛΚΙΔΑΣ | 1:04.35 |
| 1994 | ΜΑΡΚΟΥ ΕΛΕΟΝΩΡΑ | ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΟΣ Γ.Σ. | 1:04.99 |
| 1993 | ΒΟΥΤΣΙΝΑ ΕΙΡΗΝΗ | Κ.Ο.ΠΟΣΕΙΔΩΝ ΙΛΙΣΙΩΝ | 1:06.54 |
| 1992 | ΜΕΛΑΧΡΟΙΝΟΥ ΖΑΜΠΙΑ | Γ.Ν.Ο.ΑΡΗΣ ΝΙΚΑΙΑΣ | 1:04.91 |
| 1991 | ΓΕΡΟΓΙΑΝΝΗ ΟΛΓΑ | Γ.Ν.Ο.ΑΡΗΣ ΝΙΚΑΙΑΣ | 1:04.68 |
| 1990 | ΚΟΥΜΟΥΡΙΔΗ ΟΥΡΑΝΙΑ | Ν.Ο.ΧΑΝΙΩΝ | 1:04.99 |
| 1989 | ΦΩΤΙΑΔΟΥ ΠΑΡΘΕΝΑ | ΗΛΥΣΙΑΚΟΣ Α.Ο. | 1:07.06 |
| 1988 | ΑΝΔΡΕΟΥ ΧΡΙΣΤΙΝΑ | ΠΑΝΙΩΝΙΟΣ Γ.Σ.Σ. | 1:04.29 |
| **200μ. ΕΛΕΥΘΕΡΟ** | | | |
| **ΕΤΟΣ** | **ΚΟΛΥΜΒΗΤΡΙΑ** | **ΣΥΛΛΟΓΟΣ** | **ΕΠΙΔΟΣΗ** |
| 2024 |  |  |  |
| 2023 | ΜΥΛΩΝΑ ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ | Α.Κ.Ο.ΧΑΛΚΙΔΑΣ | 2:17.71 |
| 2022 | ΒΕΝΕΤΣΑΝΟΥ ΝΕΦΕΛΗ | Α.Σ.ΚΟΛΛΕΓΙΟ ΝΤΕΡΗ | 2:15.68 |
| 2021 | - | - | - |
| 2020 | ΧΗΡΙΣΤΑΚΗ ΠΕΤΡΟΥΛΑ | ΜΙΛΩΝ | 2:12.98 |
| 2019 | ΒΑΣΙΛΑΚΗ ΑΡΤΕΜΙΣ | Α.Ο.ΤΡΙΤΩΝΑΣ ΗΡΑΚΛΕΙΟΥ | 2:15.25 |
| 2018 | ΓΚΟΓΚΟΣΗ ΔΑΝΑΗ | Α.Α.ΩΡΙΩΝΑΣ ΗΡΑΚΛΕΙΟΥ | 2:16.34 |
| 2017 | ΓΡΗΓΟΡΑΚΗ ΕΛΕΝΗ | Ν.Ο.ΧΑΝΙΩΝ | 2:19.26 |
| 2016 | ΓΕΩΡΓΟΠΟΥΛΟΥ ΙΩΑΝΝΑ | Α.Σ.ΚΟΛΛΕΓΙΟ ΝΤΕΡΗ | 2:11.02 |
| 2015 | ΣΑΡΑΣΙΤΗ ΧΡΥΣΑΝΘΗ | Α.Σ.ΚΟΛΛΕΓΙΟ ΝΤΕΡΗ | 2:15.25 |
| 2014 | ΑΝΔΡΙΚΟΠΟΥΛΟΥ-ΓΚΙΛΑ ΕΥΘΥΜΙΑ | Α.Ε.ΧΑΪΔΑΡΙΟΥ | 2:15.83 |
| 2013 | ΠΑΛΛΑ ΙΩΑΝΝΑ | Α.Ν.Ο.ΓΛΥΦΑΔΑΣ | 2:13.85 |
| 2012 | ΠΑΠΑΝΑΓΝΟΥ ΡΟΥΜΠΙΝΗ | ΠΡΩΤΕΑΣ ΛΑΜΙΑΣ | 2:17.20 |
| 2011 | ΜΠΑΚΑ ΒΑΣΙΛΙΚΗ-ΣΤΑΥΡΟΥΛΑ | Ν.Ο.ΚΑΛΑΜΑΤΑΣ | 2:13.22 |
| 2010 | ΡΑΚΟΠΟΥΛΟΥ ΕΥΦΡΟΣΥΝΗ | ΔΕΛΦΙΝΙΑ ΠΕΡΙΣΤΕΡΙΟΥ | 2:14.23 |
| 2009 | ΤΖΕΛΕΠΗ ΓΕΩΡΓΙΑ | Γ.Ν.Ο.ΑΡΗΣ ΝΙΚΑΙΑΣ | 2:14.99 |
| 2008 | ΚΛΑΔΗ-ΜΑΡΟΥΔΑ ΜΑΡΙΑ | Α.Ε.ΧΑΪΔΑΡΙΟΥ | 2:17.00 |
| 2007 | ΚΟΥΝΔΟΥΡΑΚΗ ΜΙΧΑΕΛΑ | Ν.Ο.ΡΕΘΥΜΝΟΥ | 2:16.76 |
| 2006 | ΚΛΙΚΟΠΟΥΛΟΥ ΣΟΦΙΑ | Α.Ν.Ο.ΓΛΥΦΑΔΑΣ | 2:18.56 |
| 2005 | ΜΑΝΙΟΥ ΑΛΕΞΑΝΔΡΑ | ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΟΣ Γ.Σ. | 2:12.20 |
| 2004 | ΠΑΠΑΡΟΥΠΑ ΙΩΑΝΝΑ | Κ.Ο.ΚΑΡΠΕΝΗΣΙΟΥ | 2:15.41 |
| 2003 | ΠΑΝΑΓΟΠΟΥΛΟΥ ΣΟΦΙΑ | Γ.Ν.Ο.ΑΡΗΣ ΝΙΚΑΙΑΣ | 2:11.88 |
| 2002 | ΜΠΕΘΑΝΗ ΧΡΙΣΤΙΑΝΑ | ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΟΣ Γ.Σ. | 2:18.59 |
| 2001 | ΚΑΜΠΕΡΗ ΕΛΕΝΗ-ΑΝΝΑ | ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΟΣ Γ.Σ. | 2:17.02 |
| 2000 | ΤΣΑΓΚΑ ΕΥΑΓΓΕΛΙΑ | ΝΗΡΕΑΣ ΧΑΛΑΝΔΡΙΟΥ | 2:17.56 |
| 1999 | ΛΑΓΟΥΔΑΚΗ ΜΑΡΙΝΑ | Ν.Ο.ΧΑΝΙΩΝ | 2:20.03 |
| 1998 | ΓΕΩΡΓΙΑΔΟΥ ΔΑΦΝΗ | Α.Ο.ΠΑΛΑΙΟΥ ΦΑΛΗΡΟΥ | 2:18.93 |
| 1997 | ΑΓΓΕΛΟΥ ΓΕΩΡΓΙΑ | Γ.Ν.Ο.ΑΡΗΣ ΝΙΚΑΙΑΣ | 2:19.15 |
| 1996 | ΑΪΒΑΤΟΓΛΟΥ ΑΝΤΩΝΙΑ | Γ.Ν.Ο.ΑΡΗΣ ΝΙΚΑΙΑΣ | 2:15.99 |
| 1995 | ΠΑΤΑΤΟΥΚΑ ΚΟΡΙΝΑ | ΗΛΥΣΙΑΚΟΣ Α.Ο. | 2:16.12 |
| 1994 | ΤΖΙΡΑΚΗ ΜΑΡΙΑ | Κ.Ο.ΗΡΑΚΛΕΙΟΥ | 2:19.70 |
| 1993 | ΓΑΛΑΝΗ ΕΛΕΝΗ | Ν.Ο.ΑΜΑΛΙΑΔΑΣ | 2:20.13 |
| 1992 | ΧΩΡΙΑΝΟΠΟΥΛΟΥ ΑΜΑΛΙΑ | Α.Ο.ΙΩΝΙΚΟΣ | 2:22.54 |
| 1991 | ΓΕΡΟΓΙΑΝΝΗ ΟΛΓΑ | Γ.Ν.Ο.ΑΡΗΣ ΝΙΚΑΙΑΣ | 2:21.01 |
| 1990 | ΚΟΥΜΟΥΡΙΔΗ ΟΥΡΑΝΙΑ | Ν.Ο.ΧΑΝΙΩΝ | 2:18.33 |
| 1989 | ΚΑΡΥΣΤΙΝΟΥ ΜΑΡΙΝΑ | ΠΑΝΙΩΝΙΟΣ Γ.Σ.Σ. | 2:18.62 |
| 1988 | ΠΑΝΤΟΥ ΔΗΜΗΤΡΑ | ΕΘΝΙΚΟΣ Γ.Σ. | 2:17.91 |
| **400μ. ΕΛΕΥΘΕΡΟ** | | | |
| **ΕΤΟΣ** | **ΚΟΛΥΜΒΗΤΡΙΑ** | **ΣΥΛΛΟΓΟΣ** | **ΕΠΙΔΟΣΗ** |
| 2024 |  |  |  |
| 2023 | ΜΥΛΩΝΑ ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ | Α.Κ.Ο.ΧΑΛΚΙΔΑΣ | 4:45.93 |
| 2022 | ΒΕΝΕΤΣΑΝΟΥ ΝΕΦΕΛΗ | Α.Σ.ΚΟΛΛΕΓΙΟ ΝΤΕΡΗ | 4:47.32 |
| 2021 | - | - | - |
| 2020 | ΓΚΟΒΑΡΗ ΚΩΝΣΤΑΝΤΙΝΑ-ΑΝΔΡΙΑΝΝΑ | Α.Ο.ΩΚΕΑΝΟΣ | 4:47.90 |
| 2019 | ΠΑΤΙΚΟΠΟΥΛΟΥ ΑΡΤΕΜΙΣ | Π.Α.Ε.ΑΡΓΗΣ | 4:43.65 |
| 2018 | ΧΑΜΑΛΙΔΗ ΑΝΑΣΤΑΣΙΑ | ΕΥΒΟΪΚΟΣ Γ.Α.Σ. | 4:53.66 |
| 2017 | ΑΘΑΝΑΣΟΠΟΥΛΟΥ ΙΟΥΛΙΑ | Α.Ν.Ο.ΓΛΥΦΑΔΑΣ | 4:47.57 |
| 2016 | ΝΤΙΠΙΑΤΣΑ ΧΡΙΣΤΙΝΑ-ΕΙΡΗΝΗ | Α.Ο.ΩΚΕΑΝΟΣ | 4:48.89 |
| 2015 | ΣΤΑΜΑΤΑΚΗ ΒΑΣΙΛΙΚΗ | ΟΛΥΜΠΙΑΔΑ 73 | 4:45.93 |
| 2014 | ΜΕΤΣΙΟΥ ΦΩΤΕΙΝΗ | Γ.Σ.ΑΙΓΑΛΕΩ | 4:47.02 |
| 2013 | ΚΑΤΣΙΑΡΑ ΑΦΡΟΔΙΤΗ | Α.Ε.ΧΑΪΔΑΡΙΟΥ | 4:44.52 |
| 2012 | ΜΠΡΑΖΑ ΒΑΣΙΛΙΚΗ | ΠΡΩΤΕΑΣ ΛΑΜΙΑΣ | 4:48.79 |
| 2011 | ΕΓΚΟΡΟΒΑ ΟΛΓΑ | Ν.Ο.ΒΟΥΛΙΑΓΜΕΝΗΣ | 4:47.36 |
| 2010 | ΣΑΠΟΥΝΗ ΒΑΣΙΛΙΚΗ | ΠΡΩΤΕΑΣ ΛΑΜΙΑΣ | 4:53.62 |
| 2009 | ΚΥΡΙΛΗ ΑΝΑΣΤΑΣΙΑ | Α.Ε.ΧΑΪΔΑΡΙΟΥ | 4:39.67 |
| 2008 | ΧΕΙΜΩΝΑ ΕΙΡΗΝΗ | ΓΛΑΥΚΟΣ ΠΕΡΙΣΤΕΡΙΟΥ | 4:44.67 |
| 2007 | ΠΑΠΠΑ ΒΑΣΙΛΙΚΗ | Α.Ε.ΧΑΪΔΑΡΙΟΥ | 4:40.65 |
| 2006 | ΠΑΠΠΑ ΒΑΣΙΛΙΚΗ | Α.Ε.ΧΑΪΔΑΡΙΟΥ | 4:52.22 |
| 2005 | ΜΑΝΙΟΥ ΑΛΕΞΑΝΔΡΑ | ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΟΣ Γ.Σ. | 4:43.23 |
| 2004 | ΠΑΠΑΡΟΥΠΑ ΙΩΑΝΝΑ | Κ.Ο.ΚΑΡΠΕΝΗΣΙΟΥ | 4:44.05 |
| 2003 | ΠΑΝΑΓΟΠΟΥΛΟΥ ΣΟΦΙΑ | Γ.Ν.Ο.ΑΡΗΣ ΝΙΚΑΙΑΣ | 4:40.99 |
| 2002 | ΕΥΣΤΑΘΙΟΥ ΕΛΕΥΘΕΡΙΑ-ΕΥΓΕΝΙΑ | ΠΑΝΙΩΝΙΟΣ Γ.Σ.Σ. | 4:45.83 |
| 2001 | ΠΑΝΑΓΟΠΟΥΛΟΥ ΣΤΑΜΑΤΙΝΑ | Γ.Ν.Ο.ΑΡΗΣ ΝΙΚΑΙΑΣ | 4:48.58 |
| 2000 | ΣΤΡΟΥΜΠΑ ΟΛΓΑ | Α.Ο.ΠΑΛΑΙΟΥ ΦΑΛΗΡΟΥ | 4:37.22 |
| 1999 | ΛΑΔΑ ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ | ΕΘΝΙΚΟΣ Ο.Φ.Π.Φ. | 4:58.04 |
| 1998 | ΚΑΛΑΪΤΖΑΚΗ ΧΑΡΙΚΛΕΙΑ | Ν.Ο.ΧΑΝΙΩΝ | 4:53.44 |
| 1997 | ΑΓΓΕΛΟΥ ΓΕΩΡΓΙΑ | Γ.Ν.Ο.ΑΡΗΣ ΝΙΚΑΙΑΣ | 4:51.39 |
| 1996 | ΑΪΒΑΤΟΓΛΟΥ ΑΝΤΩΝΙΑ | Γ.Ν.Ο.ΑΡΗΣ ΝΙΚΑΙΑΣ | 4:46.03 |
| 1995 | ΠΑΤΑΤΟΥΚΑ ΚΟΡΙΝΑ | ΗΛΥΣΙΑΚΟΣ Α.Ο. | 4:42.64 |
| 1994 | ΜΑΡΚΟΥ ΕΛΕΟΝΩΡΑ | ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΟΣ Γ.Σ. | 4:53.26 |
| 1993 | ΓΑΛΑΝΗ ΕΛΕΝΗ | Ν.Ο.ΑΜΑΛΙΑΔΑΣ | 4:55.35 |
| 1992 | ΧΩΡΙΑΝΟΠΟΥΛΟΥ ΑΜΑΛΙΑ | Α.Ο.ΙΩΝΙΚΟΣ | 4:56.25 |
| 1991 | ΣΚΑΦΙΔΑ ΕΥΑΓΓΕΛΙΑ | ΗΛΥΣΙΑΚΟΣ Α.Ο. | 4:54.90 |
| 1990 | ΠΡΟΓΑΚΗ ΕΥΓΕΝΙΑ | ΕΘΝΙΚΟΣ Ο.Φ.Π.Φ. | 4:46.94 |
| 1989 | ΜΠΙΡΜΠΑ ΕΥΣΤΑΘΙΑ | ΗΛΥΣΙΑΚΟΣ Α.Ο. | 4:49.54 |
| 1988 | ΠΑΝΤΟΥ ΔΗΜΗΤΡΑ | ΕΘΝΙΚΟΣ Γ.Σ. | 4:49.90 |
| **800μ. ΕΛΕΥΘΕΡΟ** | | | |
| **ΕΤΟΣ** | **ΚΟΛΥΜΒΗΤΡΙΑ** | **ΣΥΛΛΟΓΟΣ** | **ΕΠΙΔΟΣΗ** |
| 2024 |  |  |  |
| 2023 | ΜΥΛΩΝΑ ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ | Α.Κ.Ο.ΧΑΛΚΙΔΑΣ | 9:53.33 |
| 2022 | ΙΩΑΝΝΙΔΗ ΣΟΦΙΑ | Α.Κ.Ο.ΒΑΡΗΣ ΒΑΡΚΙΖΑΣ | 9:56.69 |
| 2021 | - | - | - |
| 2020 | ΓΚΟΒΑΡΗ ΚΩΝΣΤΑΝΤΙΝΑ-ΑΝΔΡΙΑΝΝΑ | Α.Ο.ΩΚΕΑΝΟΣ | 9:47.20 |
| 2019 | ΜΑΚΡΗ ΓΕΩΡΓΙΑ | Γ.Σ.ΠΕΤΡΟΥΠΟΛΗΣ | 9:35.73 |
| 2018 | ΤΑΤΣΙΟΥ ΒΑΣΙΛΙΚΗ | Ν.Ο.ΠΑΤΡΩΝ | 9:45.51 |
| 2017 | ΓΡΗΓΟΡΑΚΗ ΕΛΕΝΗ | Ν.Ο.ΧΑΝΙΩΝ | 9:48.33 |
| 2016 | ΤΣΑΚΑΛΙΔΗ ΜΕΛΙΝΑ | Γ.Σ.ΠΕΤΡΟΥΠΟΛΗΣ | 9:56.43 |
| 2015 | ΣΑΡΑΣΙΤΗ ΧΡΥΣΑΝΘΗ | Α.Σ.ΚΟΛΛΕΓΙΟ ΝΤΕΡΗ | 10:04.31 |
| 2014 | ΜΕΤΣΙΟΥ ΦΩΤΕΙΝΗ | Γ.Σ.ΑΙΓΑΛΕΩ | 9:49.26 |
| 2013 | ΚΑΤΣΙΑΡΑ ΑΦΡΟΔΙΤΗ | Α.Ε.ΧΑΪΔΑΡΙΟΥ | 9:47.72 |
| 2012 | ΓΡΙΒΑ ΒΑΣΙΛΙΚΗ | ΠΡΩΤΕΑΣ ΛΑΜΙΑΣ | 9:42.59 |
| 2011 | ΕΓΚΟΡΟΒΑ ΟΛΓΑ | Ν.Ο.ΒΟΥΛΙΑΓΜΕΝΗΣ | 9:50.28 |
| 2010 | ΜΟΙΡΑ ΠΕΡΣΕΦΟΝΗ | Α.Ε.ΧΑΪΔΑΡΙΟΥ | 10:00.56 |
| 2009 | ΤΖΕΛΕΠΗ ΓΕΩΡΓΙΑ | Γ.Ν.Ο.ΑΡΗΣ ΝΙΚΑΙΑΣ | 9:47.57 |
| 2008 | ΧΕΙΜΩΝΑ ΕΙΡΗΝΗ | ΓΛΑΥΚΟΣ ΠΕΡΙΣΤΕΡΙΟΥ | 9:39.03 |
| 2007 | ΠΑΠΠΑ ΒΑΣΙΛΙΚΗ | Α.Ε.ΧΑΪΔΑΡΙΟΥ | 9:32.53 |
| 2006 | ΠΑΠΠΑ ΒΑΣΙΛΙΚΗ | Α.Ε.ΧΑΪΔΑΡΙΟΥ | 9:59.49 |
| 2005 | ΓΩΓΟΥ ΛΙΝΑ | ΑΡΙΩΝ ΓΛΥΦΑΔΑΣ | 10:01.81 |
| 2004 | ΑΡΑΟΥΖΟΥ ΚΑΛΛΙΟΠΗ | Α.Ε.ΧΑΪΔΑΡΙΟΥ | 9:32.51 |
| 2003 | ΠΑΝΑΓΟΠΟΥΛΟΥ ΣΟΦΙΑ | Γ.Ν.Ο.ΑΡΗΣ ΝΙΚΑΙΑΣ | 9:25.91 |
| 2002 | ΜΠΕΘΑΝΗ ΧΡΙΣΤΙΑΝΑ | ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΟΣ Γ.Σ. | 10:03.16 |
| 2001 | ΠΑΝΑΓΟΠΟΥΛΟΥ ΣΤΑΜΑΤΙΝΑ | Γ.Ν.Ο.ΑΡΗΣ ΝΙΚΑΙΑΣ | 9:49.44 |
| 2000 | ΣΤΡΟΥΜΠΑ ΟΛΓΑ | Α.Ο.ΠΑΛΑΙΟΥ ΦΑΛΗΡΟΥ | 9:30.73 |
| 1999 | ΙΛΑΡΙΩΝ ΣΤΑΥΡΟΥΛΑ | Ν.Ο.ΧΑΛΚΙΔΑΣ | 10:11.69 |
| 1998 | ΚΑΛΑΪΤΖΑΚΗ ΧΑΡΙΚΛΕΙΑ | Ν.Ο.ΧΑΝΙΩΝ | 9:46.70 |
| 1997 | ΖΑΧΑΡΙΑ ΝΑΤΑΛΙ-ΑΛΕΞΑ | Ν.Ο.ΑΓΙΟΥ ΝΙΚΟΛΑΟΥ | 9:48.79 |
| 1996 | ΑΪΒΑΤΟΓΛΟΥ ΑΝΤΩΝΙΑ | Γ.Ν.Ο.ΑΡΗΣ ΝΙΚΑΙΑΣ | 9:38.21 |
| 1995 | ΠΑΤΑΤΟΥΚΑ ΚΟΡΙΝΑ | ΗΛΥΣΙΑΚΟΣ Α.Ο. | 9:27.93 |
| 1994 | ΦΛΩΡΟΥ ΚΩΝΣΤΑΝΤΙΝΑ | ΕΘΝΙΚΟΣ Γ.Σ. | 10:16.99 |
| 1993 | ΓΑΛΑΝΗ ΕΛΕΝΗ | Ν.Ο.ΑΜΑΛΙΑΔΑΣ | 10:02.77 |
| 1992 | ΧΩΡΙΑΝΟΠΟΥΛΟΥ ΑΜΑΛΙΑ | Α.Ο.ΙΩΝΙΚΟΣ | 10:13.23 |
| 1991 | ΓΟΥΝΟΠΟΥΛΟΥ ΟΥΡΑΝΙΑ | Α.Ο.ΑΙΓΑΛΕΩ | 10:12.92 |
| 1990 | ΠΡΟΓΑΚΗ ΕΥΓΕΝΙΑ | ΕΘΝΙΚΟΣ Ο.Φ.Π.Φ. | 9:53.08 |
| 1989 | ΜΠΙΡΜΠΑ ΕΥΣΤΑΘΙΑ | ΗΛΥΣΙΑΚΟΣ Α.Ο. | 9:59.60 |
| 1988 | ΠΑΝΤΟΥ ΔΗΜΗΤΡΑ | ΕΘΝΙΚΟΣ Γ.Σ. | 10:04.72 |
| **1500μ. ΕΛΕΥΘΕΡΟ** | | | |
| **ΕΤΟΣ** | **ΚΟΛΥΜΒΗΤΡΙΑ** | **ΣΥΛΛΟΓΟΣ** | **ΕΠΙΔΟΣΗ** |
| 2024 |  |  |  |
| 2023 | ΚΑΡΑΓΙΑΝΝΗ ΗΡΑ-ΠΑΝΑΓΙΩΤΑ | Ν.Ε.ΠΑΤΡΩΝ | 19:56.52 |
| 2022 | ΨΑΡΟΥΔΑΚΗ ΕΙΡΗΝΗ | Α.Α.ΩΡΙΩΝΑΣ ΗΡΑΚΛΕΙΟΥ | 19:10.72 |
| 2021 | - | - | - |
| 2020 | ΓΚΟΒΑΡΗ ΚΩΝΣΤΑΝΤΙΝΑ-ΑΝΔΡΙΑΝΝΑ | Α.Ο.ΩΚΕΑΝΟΣ | 18:59.15 |
| 2019 | ΜΑΚΡΗ ΓΕΩΡΓΙΑ | Γ.Σ.ΠΕΤΡΟΥΠΟΛΗΣ | 18:56.06 |
| 2018 | ΣΟΥΛΑ ΜΙΡΑΛΜΠΑ | Ν.Ο.ΡΕΘΥΜΝΟΥ | 18:57.17 |
| **50μ. ΥΠΤΙΟ** | | | |
| **ΕΤΟΣ** | **ΚΟΛΥΜΒΗΤΡΙΑ** | **ΣΥΛΛΟΓΟΣ** | **ΕΠΙΔΟΣΗ** |
| 2024 |  |  |  |
| 2023 | ΖΑΦΕΙΡΟΠΟΥΛΟΥ ΙΟΛΗ-ΓΡΗΓΟΡΙΑ | Ν.Ε.ΠΑΤΡΩΝ | 34.22 |
| 2022 | ΑΜΠΕΛΙΩΤΗ-ΠΑΝΑΓΟΠΟΥΛΟΥ ΕΛΕΝΗ | ΔΕΛΦΙΝΙΑ ΠΕΡΙΣΤΕΡΙΟΥ | 32.34 |
| 2021 | - | - | - |
| 2020 | ΚΩΝΣΤΑΝΤΙΝΟΥ ΓΕΩΡΓΙΑ | Α.Ν.Ο.ΜΕΤΑΜΟΡΦΩΣΗΣ | 32.30 |
| 2019 | ΡΑΓΚΟΥΣΗ ΘΕΟΦΑΝΙΑ | Γ.Σ.ΠΕΤΡΟΥΠΟΛΗΣ | 31.94 |
| 2018 | ΚΟΡΑΚΗ ΑΝΝΑ | Ν.Α.Σ.ΑΤΤΙΚΗΣ | 31.84 |
| 2017 | ΤΗΓΑΝΕΑ ΠΗΝΕΛΟΠΗ | Π.Α.Ε.ΑΡΓΗΣ | 33.48 |
| 2016 | ΚΑΡΥΚΑ ΜΑΡΙΑ-ΕΛΕΝΗ | Α.Ο.ΠΕΝΤΕΛΙΚΟΥ | 32.36 |
| 2015 | ΠΕΡΙΒΟΛΑ ΚΩΝΣΤΑΝΤΙΝΑ | ΗΛΥΣΙΑΚΟΣ Α.Ο. | 32.91 |
| 2014 | ΔΙΑΜΑΝΤΗ ΑΝΝΑ | Ν.Ε.ΠΑΤΡΩΝ | 32.62 |
| **100μ. ΥΠΤΙΟ** | | | |
| **ΕΤΟΣ** | **ΚΟΛΥΜΒΗΤΡΙΑ** | **ΣΥΛΛΟΓΟΣ** | **ΕΠΙΔΟΣΗ** |
| 2024 |  |  |  |
| 2023 | ΖΕΡΒΟΠΟΥΛΟΥ ΖΩΗ | Α.Ο.ΚΟΛΩΝΟΥ | 1:13.00 |
| 2022 | ΧΑΡΟΚΟΠΟΥ ΓΑΡΥΦΑΛΛΙΑ | ΠΑΝΙΩΝΙΟΣ Γ.Σ.Σ. | 1:10.39 |
| 2021 | - | - | - |
| 2020 | ΚΩΝΣΤΑΝΤΙΝΟΥ ΓΕΩΡΓΙΑ | Α.Ν.Ο.ΜΕΤΑΜΟΡΦΩΣΗΣ | 1:09.05 |
| 2019 | ΡΑΓΚΟΥΣΗ ΘΕΟΦΑΝΙΑ | Γ.Σ.ΠΕΤΡΟΥΠΟΛΗΣ | 1:08.35 |
| 2018 | ΚΟΡΑΚΗ ΑΝΝΑ | Ν.Α.Σ.ΑΤΤΙΚΗΣ | 1:08.94 |
| 2017 | ΤΗΓΑΝΕΑ ΠΗΝΕΛΟΠΗ | Π.Α.Ε.ΑΡΓΗΣ | 1:11.35 |
| 2016 | ΓΕΩΡΓΟΠΟΥΛΟΥ ΙΩΑΝΝΑ | Α.Σ.ΚΟΛΛΕΓΙΟ ΝΤΕΡΗ | 1:07.43 |
| 2015 | ΠΕΤΡΑΤΟΥ ΔΙΟΝΥΣΙΑ | ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΟΣ Γ.Σ. | 1:10.05 |
| 2014 | ΠΛΟΚΑΜΑΚΗ ΝΙΚΟΛΕΤΑ | Ν.Ο.ΧΑΝΙΩΝ | 1:09.77 |
| 2013 | ΠΑΛΛΑ ΙΩΑΝΝΑ | Α.Ν.Ο.ΓΛΥΦΑΔΑΣ | 1:10.30 |
| 2012 | ΣΑΧΑ ΙΩΑΝΝΑ | Α.Ν.Ο.ΓΛΥΦΑΔΑΣ | 1:07.85 |
| 2011 | ΛΑΜΠΑΡΔΑΚΗ ΡΟΖΑΝΝΑ | Ν.Ο.ΧΑΝΙΩΝ | 1:11.30 |
| 2010 | ΜΕΖΙΝΗ ΑΝΑΣΤΑΣΙΑ-ΜΑΡΙΑ | ΠΟΣΕΙΔΩΝΑΣ ΛΟΥΤΡΑΚΙΟΥ | 1:12.91 |
| 2009 | ΖΑΧΑΡΙΑ ΣΠΥΡΙΔΟΥΛΑ | Α.Ν.Ο.ΓΛΥΦΑΔΑΣ | 1:12.81 |
| 2008 | ΞΥΝΟΓΑΛΑ ΙΩΑΝΝΑ | Α.Κ.Ο.ΧΑΛΚΙΔΑΣ | 1:11.78 |
| 2007 | ΜΠΑΛΙΑΚΑ ΕΙΡΗΝΗ-ΘΕΟΔΩΡΑ | ΗΛΥΣΙΑΚΟΣ Α.Ο. | 1:12.70 |
| 2006 | ΜΠΑΛΙΑΚΑ ΕΙΡΗΝΗ-ΘΕΟΔΩΡΑ | ΗΛΥΣΙΑΚΟΣ Α.Ο. | 1:13.75 |
| 2005 | ΤΣΙΑΛΤΑ ΠΑΝΑΓΙΩΤΑ | Α.Ν.Ο.ΓΛΥΦΑΔΑΣ | 1:14.20 |
| 2004 | ΒΕΛΟΝΑΚΗ ΦΙΛΑΡΕΤΗ | Α.Ν.Ο.ΓΛΥΦΑΔΑΣ | 1:13.26 |
| 2003 | ΒΕΡΓΙΑΝΝΗ ΑΘΗΝΑ-ΣΟΦΙΑ | Γ.Ν.Ο.ΑΡΗΣ ΝΙΚΑΙΑΣ | 1:11.21 |
| 2002 | ΤΣΑΜΠΑΣΙΑΝ ΒΑΣΙΛΙΚΗ | Ν.Ε.ΠΑΤΡΩΝ | 1:09.72 |
| 2001 | ΜΠΟΥΜΗ ΣΤΕΛΛΑ | ΖΗΡΙΔΗ | 1:10.88 |
| 2000 | ΚΥΤΙΝΟΥ ΕΛΛΗ | Ν.Ο.ΧΑΛΚΙΔΑΣ | 1:13.29 |
| 1999 | ΣΕΡΕΜΕΤΑΚΗ ΝΙΚΟΛΕΤΤΑ-ΠΑΝΑΓΙΩΤΑ | ΕΘΝΙΚΟΣ Ο.Φ.Π.Φ. | 1:13.18 |
| 1998 | ΛΟΥΗ ΣΤΕΛΛΑ | ΕΘΝΙΚΟΣ Ο.Φ.Π.Φ. | 1:10.03 |
| 1997 | ΒΟΥΡΟΥ ΑΘΗΝΑ | Ν.Ο.ΚΑΛΑΜΑΤΑΣ | 1:15.29 |
| 1996 | ΣΤΑΜΠΟΛΟΥ ΔΕΣΠΟΙΝΑ | Π.Ε.Κ.Ε.ΒΡΟΝΤΑΔΩΝ | 1:14.19 |
| 1995 | ΓΕΡΟΛΥΜΟΥ ΑΓΓΕΛΙΚΗ | Ν.Ο.ΠΑΤΡΩΝ | 1:12.41 |
| 1994 | ΓΕΩΡΓΙΟΥ ΕΥΑΝΘΙΑ | ΜΙΛΩΝ | 1:14.72 |
| 1993 | ΓΕΝΝΗΜΑΤΑ ΘΕΟΔΩΡΑ | ΟΛΥΜΠΙΑΚΟΣ ΠΕΙΡΑΙΩΣ | 1:11.50 |
| 1992 | ΛΥΜΠΕΡΤΑ ΜΑΡΙΑΝΝΑ | ΕΘΝΙΚΟΣ Γ.Σ. | 1:15.61 |
| 1991 | ΦΩΤΙΑΔΟΥ ΒΑΣΙΛΙΚΗ | ΗΛΥΣΙΑΚΟΣ Α.Ο. | 1:13.54 |
| 1990 | ΚΙΡΚΙΝΕΖΗ ΓΕΩΡΓΙΑ | Π.Ε.Κ.Ε.ΒΡΟΝΤΑΔΩΝ | 1:16.04 |
| 1989 | ΚΟΝΤΟΘΑΝΑΣΗ ΜΑΡΙΑ | Ν.Ο.ΚΑΛΑΜΑΚΙΟΥ | 1:14.61 |
| 1988 | ΜΠΕΚΑ ΜΑΡΙΝΑ | ΠΑΝΙΩΝΙΟΣ Γ.Σ.Σ. | 1:12.81 |
| **200μ. ΥΠΤΙΟ** | | | |
| **ΕΤΟΣ** | **ΚΟΛΥΜΒΗΤΡΙΑ** | **ΣΥΛΛΟΓΟΣ** | **ΕΠΙΔΟΣΗ** |
| 2024 |  |  |  |
| 2023 | ΚΟΛΟΚΩΤΣΙΟΥ ΡΑΦΑΕΛΛΑ | Α.Ο.ΚΟΛΩΝΟΥ | 2:38.15 |
| 2022 | ΧΑΡΟΚΟΠΟΥ ΓΑΡΥΦΑΛΛΙΑ | ΠΑΝΙΩΝΙΟΣ Γ.Σ.Σ. | 2:31.65 |
| 2021 | - | - | - |
| 2020 | ΚΩΝΣΤΑΝΤΙΝΟΥ ΓΕΩΡΓΙΑ | Α.Ν.Ο.ΜΕΤΑΜΟΡΦΩΣΗΣ | 2:31.19 |
| 2019 | ΡΑΓΚΟΥΣΗ ΘΕΟΦΑΝΙΑ | Γ.Σ.ΠΕΤΡΟΥΠΟΛΗΣ | 2:25.26 |
| 2018 | ΔΕΛΗΟΓΛΑΝΗ ΑΣΤΕΡΙΑ-ΣΤΥΛΙΑΝΗ | Ν.Ο.ΧΑΝΙΩΝ | 2:29.83 |
| 2017 | ΣΑΡΡΑ ΑΘΗΝΑ | Α.Ο.ΩΚΕΑΝΟΣ | 2:32.69 |
| 2016 | ΓΕΩΡΓΟΠΟΥΛΟΥ ΙΩΑΝΝΑ | Α.Σ.ΚΟΛΛΕΓΙΟ ΝΤΕΡΗ | 2:28.54 |
| 2015 | ΠΕΤΡΑΤΟΥ ΔΙΟΝΥΣΙΑ | ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΟΣ Γ.Σ. | 2:28.03 |
| 2014 | ΑΝΔΡΙΚΟΠΟΥΛΟΥ-ΓΚΙΛΑ ΕΥΘΥΜΙΑ | Α.Ε.ΧΑΪΔΑΡΙΟΥ | 2:28.23 |
| 2013 | ΠΑΛΛΑ ΙΩΑΝΝΑ | Α.Ν.Ο.ΓΛΥΦΑΔΑΣ | 2:31.02 |
| 2012 | ΣΑΧΑ ΙΩΑΝΝΑ | Α.Ν.Ο.ΓΛΥΦΑΔΑΣ | 2:24.86 |
| 2011 | ΣΥΛΑΙΟΥ ΚΑΛΛΙΟΠΗ-ΜΑΡΙΑ | Ν.Ο.ΒΟΥΛΙΑΓΜΕΝΗΣ | 2:34.97 |
| 2010 | ΚΑΡΑΜΠΑΣΗ ΕΙΡΗΝΗ | Κ.Ο.ΔΕΛΦΙΣ | 2:35.16 |
| 2009 | ΣΤΑΣΙΝΟΠΟΥΛΟΥ ΕΛΕΝΗ | Γ.Σ.ΑΙΓΑΛΕΩ | 2:33.64 |
| 2008 | ΤΥΡΙΚΟΥ-ΦΡΑΖΗ ΙΩΑΝΝΑ | Ν.Ο.ΒΟΥΛΙΑΓΜΕΝΗΣ | 2:35.99 |
| 2007 | ΜΠΑΛΙΑΚΑ ΕΙΡΗΝΗ-ΘΕΟΔΩΡΑ | ΗΛΥΣΙΑΚΟΣ Α.Ο. | 2:37.66 |
| 2006 | ΓΙΑΡΕΝΗ ΑΦΡΟΔΙΤΗ | ΟΛΥΜΠΙΑΔΑ 73 | 2:37.66 |
| 2005 | ΦΡΑΓΚΙΑΔΑΚΗ ΕΥΓΕΝΙΑ | Ν.Ο.ΡΕΘΥΜΝΟΥ | 2:39.36 |
| 2004 | ΒΕΛΟΝΑΚΗ ΦΙΛΑΡΕΤΗ | Α.Ν.Ο.ΓΛΥΦΑΔΑΣ | 2:39.49 |
| 2003 | ΒΕΡΓΙΑΝΝΗ ΑΘΗΝΑ-ΣΟΦΙΑ | Γ.Ν.Ο.ΑΡΗΣ ΝΙΚΑΙΑΣ | 2:33.16 |
| 2002 | ΤΣΑΡΜΠΟΥ ΧΑΡΙΣ | ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΟΣ Γ.Σ. | 2:32.87 |
| 2001 | ΜΠΟΥΜΗ ΣΤΕΛΛΑ | ΖΗΡΙΔΗ | 2:30.50 |
| 2000 | ΚΟΥΡΚΟΥΤΑ ΣΟΦΙΑ-ΕΛΙΣΑΒΕΤ | Α.Ε.ΧΑΪΔΑΡΙΟΥ | 2:37.57 |
| 1999 | ΚΟΥΡΑΒΑΝΑ ΦΩΤΕΙΝΗ | Ν.Α.Ο.ΛΑΜΙΑΣ | 2:37.89 |
| 1998 | ΛΟΥΗ ΣΤΕΛΛΑ | ΕΘΝΙΚΟΣ Ο.Φ.Π.Φ. | 2:29.06 |
| 1997 | ΤΖΑΝΑΚΟΠΟΥΛΟΥ ΜΑΝΤΑΛΕΝΑ | ΗΛΥΣΙΑΚΟΣ Α.Ο. | 2:41.65 |
| 1996 | ΠΕΝΝΑ ΥΒΟΝΝΗ | ΟΛΥΜΠΙΑΚΟΣ ΠΕΙΡΑΙΩΣ | 2:38.32 |
| 1995 | ΓΕΡΟΛΥΜΟΥ ΑΓΓΕΛΙΚΗ | Ν.Ο.ΠΑΤΡΩΝ | 2:33.31 |
| 1994 | ΓΚΑΝΑ ΑΙΚΑΤΕΡΙΝΗ | ΗΛΥΣΙΑΚΟΣ Α.Ο. | 2:34.96 |
| 1993 | ΓΕΝΝΗΜΑΤΑ ΘΕΟΔΩΡΑ | ΟΛΥΜΠΙΑΚΟΣ ΠΕΙΡΑΙΩΣ | 2:32.25 |
| 1992 | ΛΥΜΠΕΡΤΑ ΜΑΡΙΑΝΝΑ | ΕΘΝΙΚΟΣ Γ.Σ. | 2:42.04 |
| 1991 | ΚΟΛΛΙΑ ΔΗΜΗΤΡΑ | ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΟΣ Γ.Σ. | 2:40.84 |
| 1990 | ΠΡΟΓΑΚΗ ΕΥΓΕΝΙΑ | ΕΘΝΙΚΟΣ Ο.Φ.Π.Φ. | 2:33.22 |
| 1989 | ΜΠΙΡΜΠΑ ΕΥΣΤΑΘΙΑ | ΗΛΥΣΙΑΚΟΣ Α.Ο. | 2:38.63 |
| 1988 | ΜΠΕΚΑ ΜΑΡΙΝΑ | ΠΑΝΙΩΝΙΟΣ Γ.Σ.Σ. | 2:33.64 |
| **50μ. ΠΕΤΑΛΟΥΔΑ** | | | |
| **ΕΤΟΣ** | **ΚΟΛΥΜΒΗΤΡΙΑ** | **ΣΥΛΛΟΓΟΣ** | **ΕΠΙΔΟΣΗ** |
| 2024 |  |  |  |
| 2023 | ΜΠΙΛΑΝΑΚΟΥ ΝΕΦΕΛΗ | Α.Ο.ΑΙΓΑΛΕΩ | 29.28 |
| 2022 | ΑΝΔΡΕΟΥ ΝΕΦΕΛΗ | Α.Κ.Ο.ΧΑΛΚΙΔΑΣ | 30.44 |
| 2021 | - | - | - |
| 2020 | ΒΕΡΙΓΑΚΗ ΑΝΝΑ | ΜΙΛΩΝ | 30.16 |
| 2019 | ΙΟΡΔΑΝΙΔΟΥ ΕΥΑΝΘΙΑ | Ν.Γ.Σ.ΑΡΤΕΜΙΣ | 30.83 |
| 2018 | ΒΛΑΧΟΥ ΑΝΝΑ-ΑΥΓΟΥΣΤΑ | Α.Ν.Ο.ΑΡΓΥΡΟΥΠΟΛΗΣ | 30.10 |
| 2017 | ΠΑΠΠΑ ΙΩΑΝΝΑ | ΑΙΟΛΟΣ ΠΕΤΡΟΥΠΟΛΗΣ | 31.47 |
| 2016 | ΔΙΑΜΑΝΤΗ ΑΘΑΝΑΣΙΑ | Ν.Ε.ΠΑΤΡΩΝ | 30.95 |
| 2015 | ΜΑΡΓΑΡΗ ΝΙΚΟΛΕΤΤΑ-ΚΩΝΣΤΑΝΤΙΝΑ | Α.Ν.Ο.ΖΑΚΥΝΘΟΥ | 30.96 |
| 2014 | ΔΙΑΜΑΝΤΗ ΑΝΝΑ | Ν.Ε.ΠΑΤΡΩΝ | 32.13 |
| **100μ. ΠΕΤΑΛΟΥΔΑ** | | | |
| **ΕΤΟΣ** | **ΚΟΛΥΜΒΗΤΡΙΑ** | **ΣΥΛΛΟΓΟΣ** | **ΕΠΙΔΟΣΗ** |
| 2024 |  |  |  |
| 2023 | ΚΑΡΑΣΕΒΙΤΣ ΑΝΑΣΤΑΣΙΑ | ΜΙΛΩΝ | 1:09.40 |
| 2022 | ΑΝΔΡΕΟΥ ΝΕΦΕΛΗ | Α.Κ.Ο.ΧΑΛΚΙΔΑΣ | 1:06.46 |
| 2021 | - | - | - |
| 2020 | ΧΗΡΙΣΤΑΚΗ ΠΕΤΡΟΥΛΑ | ΜΙΛΩΝ | 1:07.75 |
| 2019 | ΣΙΓΑΝΟΥ ΕΥΘΑΛΙΑ | Α.Σ.ΚΟΛΛΕΓΙΟ ΝΤΕΡΗ | 1:09.51 |
| 2018 | ΚΑΒΒΑΔΑ ΝΕΦΕΛΗ | ΠΑΝΑΘΗΝΑΪΚΟΣ Α.Ο. | 1:08.28 |
| 2017 | ΠΑΠΠΑ ΙΩΑΝΝΑ | ΑΙΟΛΟΣ ΠΕΤΡΟΥΠΟΛΗΣ | 1:10.13 |
| 2016 | ΔΑΜΑΣΙΩΤΗ ΓΕΩΡΓΙΑ | Α.Ο.ΩΚΕΑΝΟΣ | 1:04.92 |
| 2015 | ΠΑΡΛΙΑΡΟΥ ΦΩΤΕΙΝΗ | ΟΛΥΜΠΙΑΚΟΣ ΠΕΙΡΑΙΩΣ | 1:10.54 |
| 2014 | ΠΕΣΤΛΙΚΗ ΡΑΦΑΕΛΛΑ-ΙΑΚΩΒΙΝΑ | ΡΟΔΙΩΝ ΑΘΛΗΣΙΣ | 1:10.08 |
| 2013 | ΖΑΦΕΙΡΗ ΜΑΡΙΑ | Α.Ν.Ο.ΓΛΥΦΑΔΑΣ | 1:11.19 |
| 2012 | ΜΗΤΣΑΚΟΥ ΞΑΝΘΗ | ΝΗΡΕΑΣ ΧΑΛΑΝΔΡΙΟΥ | 1:07.97 |
| 2011 | ΜΠΑΣΔΕΚΗ ΜΑΡΙΑ | Α.Ν.Ο.ΑΡΓΥΡΟΥΠΟΛΗΣ | 1:07.75 |
| 2010 | ΡΑΚΟΠΟΥΛΟΥ ΕΥΦΡΟΣΥΝΗ | ΔΕΛΦΙΝΙΑ ΠΕΡΙΣΤΕΡΙΟΥ | 1:07.68 |
| 2009 | ΝΤΟΓΟΥ-ΚΑΡΑΤΖΑ ΓΕΩΡΓΙΑ | Ν.Ο.ΧΑΛΚΙΔΑΣ | 1:10.54 |
| 2008 | ΖΟΥΜΗ ΜΑΡΙΣΣΑ | Κ.Ο.ΠΟΣΕΙΔΩΝ ΙΛΙΣΙΩΝ | 1:12.54 |
| 2007 | ΘΩΔΗ ΜΑΡΙΝΑ | ΠΟΣΕΙΔΩΝΑΣ ΛΟΥΤΡΑΚΙΟΥ | 1:08.74 |
| 2006 | ΜΠΑΡΑΚΟΥ ΣΟΦΙΑ-ΧΡΙΣΤΙΝΑ | Ν.Ε.ΠΑΤΡΩΝ | 1:13.08 |
| 2005 | ΒΟΥΡΝΑ ΚΡΙΣΤΕΛ | Ν.Ο.ΠΑΤΡΩΝ | 1:06.96 |
| 2004 | ΤΕΡΖΗ ΑΝΔΡΙΑΝΝΑ | Α.Ν.Ο.ΓΛΥΦΑΔΑΣ | 1:11.11 |
| 2003 | ΚΑΡΑΓΙΑΝΝΙΚΗ ΕΛΙΣΣΑΒΕΤ | Α.Ε.ΧΑΪΔΑΡΙΟΥ | 1:09.52 |
| 2002 | ΧΑΣΟΜΕΡΗ ΣΤΕΛΛΑ | ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΟΣ Γ.Σ. | 1:12.08 |
| 2001 | ΚΟΥΡΗ ΠΑΝΑΓΙΩΤΑ | ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΟΣ Γ.Σ. | 1:12.87 |
| 2000 | ΑΓΓΕΛΟΠΟΥΛΟΥ ΒΑΣΙΛΙΚΗ | Α.Ε.ΧΑΪΔΑΡΙΟΥ | 1:10.69 |
| 1999 | ΠΟΥΜΠΟΥΡΙΔΟΥ ΑΛΕΞΑΝΔΡΑ | ΕΘΝΙΚΟΣ Ο.Φ.Π.Φ. | 1:10.94 |
| 1998 | ΑΘΑΝΑΣΟΥΛΑ ΔΑΝΑΗ | ΠΑΝΑΘΗΝΑΪΚΟΣ Α.Ο. | 1:11.07 |
| 1997 | ΓΙΑΝΝΟΥΤΣΟΥ ΙΩΑΝΝΑ | ΔΑΦΝΗ ΔΑΦΝΙΟΥ | 1:13.36 |
| 1996 | ΛΟΥΗ ΑΝΑΣΤΑΣΙΑ | ΕΘΝΙΚΟΣ Ο.Φ.Π.Φ. | 1:12.10 |
| 1995 | ΚΑΡΕΚΛΑ ΑΓΓΕΛΙΚΗ | Α.Ο.ΠΑΛΑΙΟΥ ΦΑΛΗΡΟΥ | 1:13.28 |
| 1994 | ΠΑΡΑΒΑΤΟΥ ΜΕΤΑΞΙΑ | ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΟΣ Γ.Σ. | 1:14.10 |
| 1993 | ΚΟΥΜΟΥΤΖΗ ΕΛΕΝΗ | ΖΑΟΝ | 1:13.23 |
| 1992 | ΚΥΡΚΟΥ ΚΩΝΣΤΑΝΤΙΝΑ | ΕΘΝΙΚΟΣ Γ.Σ. | 1:11.87 |
| 1991 | ΤΣΕΚΟΥΡΑ ΕΛΕΝΗ | ΕΘΝΙΚΟΣ Γ.Σ. | 1:10.16 |
| 1990 | ΚΑΝΕΛΛΟΠΟΥΛΟΥ ΜΑΡΙΑ-ΓΕΩΡΓΙΑ | ΠΑΝΙΩΝΙΟΣ Γ.Σ.Σ. | 1:15.11 |
| 1989 | ΚΑΡΥΣΤΙΝΟΥ ΜΑΡΙΝΑ | ΠΑΝΙΩΝΙΟΣ Γ.Σ.Σ. | 1:11.72 |
| 1988 | ΜΠΙΟΝΤΙΝΙ ΜΑΡΙΑ | ΗΛΥΣΙΑΚΟΣ Α.Ο. | 1:13.53 |
| **200μ. ΠΕΤΑΛΟΥΔΑ** | | | |
| **ΕΤΟΣ** | **ΚΟΛΥΜΒΗΤΡΙΑ** | **ΣΥΛΛΟΓΟΣ** | **ΕΠΙΔΟΣΗ** |
| 2024 |  |  |  |
| 2023 | ΒΑΣΙΛΕΙΟΥ ΕΛΕΥΘΕΡΙΑ | Α.Ο.ΑΙΓΑΛΕΩ | 2:36.45 |
| 2022 | ΑΝΔΡΕΟΥ ΝΕΦΕΛΗ | Α.Κ.Ο.ΧΑΛΚΙΔΑΣ | 2:34.91 |
| 2021 | - | - | - |
| 2020 | ΧΗΡΙΣΤΑΚΗ ΠΕΤΡΟΥΛΑ | ΜΙΛΩΝ | 2:33.15 |
| 2019 | ΣΙΓΑΝΟΥ ΕΥΘΑΛΙΑ | Α.Σ.ΚΟΛΛΕΓΙΟ ΝΤΕΡΗ | 2:39.21 |
| 2018 | ΨΩΜΙΑΔΗ ΘΕΟΔΩΡΑ-ΔΕΣΠΟΙΝΑ | Κ.Ο.ΠΟΣΕΙΔΩΝ ΙΛΙΣΙΩΝ | 2:37.78 |
| 2017 | ΚΟΚΚΙΝΗ ΕΛΕΝΗ | ΟΛΥΜΠΙΑΔΑ 73 | 2:37.70 |
| 2016 | ΔΑΜΑΣΙΩΤΗ ΓΕΩΡΓΙΑ | Α.Ο.ΩΚΕΑΝΟΣ | 2:24.76 |
| 2015 | ΠΑΝΟΥ ΜΕΛΠΟΜΕΝΗ-ΜΑΡΙΑ | Α.Ν.Ο.ΓΛΥΦΑΔΑΣ | 2:36.14 |
| 2014 | ΠΕΣΤΛΙΚΗ ΡΑΦΑΕΛΛΑ-ΙΑΚΩΒΙΝΑ | ΡΟΔΙΩΝ ΑΘΛΗΣΙΣ | 2:33.27 |
| 2013 | ΖΑΦΕΙΡΗ ΜΑΡΙΑ | Α.Ν.Ο.ΓΛΥΦΑΔΑΣ | 2:37.40 |
| 2012 | ΓΡΙΒΑ ΒΑΣΙΛΙΚΗ | ΠΡΩΤΕΑΣ ΛΑΜΙΑΣ | 2:34.53 |
| 2011 | ΠΑΝΑΓΟΠΟΥΛΟΥ ΠΑΝΑΓΙΩΤΑ | ΠΡΩΤΕΑΣ ΛΑΜΙΑΣ | 2:25.08 |
| 2010 | ΡΑΚΟΠΟΥΛΟΥ ΕΥΦΡΟΣΥΝΗ | ΔΕΛΦΙΝΙΑ ΠΕΡΙΣΤΕΡΙΟΥ | 2:32.10 |
| 2009 | ΚΟΝΤΟΜΗΤΡΟΥ ΒΑΣΙΛΙΚΗ | Σ.Κ.ΡΟΗ | 2:32.13 |
| 2008 | ΔΗΜΟΠΟΥΛΟΥ ΕΙΡΗΝΗ | ΔΕΛΦΙΝΙΑ ΠΕΡΙΣΤΕΡΙΟΥ | 2:39.68 |
| 2007 | ΚΛΑΔΗ-ΜΑΡΟΥΔΑ ΜΑΡΙΑ | Α.Ε.ΧΑΪΔΑΡΙΟΥ | 2:33.54 |
| 2006 | ΓΙΑΡΕΝΗ ΑΦΡΟΔΙΤΗ | ΟΛΥΜΠΙΑΔΑ 73 | 2:39.50 |
| 2005 | ΓΕΡΟΥΛΗ ΘΕΟΝΗ | Α.Ο.ΩΚΕΑΝΟΣ | 2:38.17 |
| 2004 | ΤΕΡΖΗ ΑΝΔΡΙΑΝΝΑ | Α.Ν.Ο.ΓΛΥΦΑΔΑΣ | 2:33.80 |
| 2003 | ΚΑΡΑΓΙΑΝΝΙΚΗ ΕΛΙΣΣΑΒΕΤ | Α.Ε.ΧΑΪΔΑΡΙΟΥ | 2:28.50 |
| 2002 | ΧΑΣΟΜΕΡΗ ΣΤΕΛΛΑ | ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΟΣ Γ.Σ. | 2:38.23 |
| 2001 | ΠΕΤΡΟΥΛΙΑ ΜΑΡΙΑ | Α.Ο.ΚΟΛΩΝΟΥ | 2:52.73 |
| 2000 | ΚΟΡΩΝΙΟΥ ΑΓΓΕΛΙΚΗ-ΑΝΝΑ | ΠΑΝΙΩΝΙΟΣ Γ.Σ.Σ. | 2:46.92 |
| 1999 | ΠΟΥΜΠΟΥΡΙΔΟΥ ΑΛΕΞΑΝΔΡΑ | ΕΘΝΙΚΟΣ Ο.Φ.Π.Φ. | 2:36.26 |
| 1998 | ΑΘΑΝΑΣΟΥΛΑ ΔΑΝΑΗ | ΠΑΝΑΘΗΝΑΪΚΟΣ Α.Ο. | 2:36.36 |
| 1997 | ΓΙΑΝΝΟΥΤΣΟΥ ΙΩΑΝΝΑ | ΔΑΦΝΗ ΔΑΦΝΙΟΥ | 2:36.35 |
| 1996 | ΛΟΥΗ ΑΝΑΣΤΑΣΙΑ | ΕΘΝΙΚΟΣ Ο.Φ.Π.Φ. | 2:39.49 |
| 1995 | ΖΑΧΟΥ ΚΥΒΕΛΗ | Ν.Ο.ΧΑΛΚΙΔΑΣ | 2:42.90 |
| 1994 | ΠΑΡΑΒΑΤΟΥ ΜΕΤΑΞΙΑ | ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΟΣ Γ.Σ. | 2:42.76 |
| 1993 | ΣΟΥΡΔΗ ΒΑΣΙΛΕΙΑ | Κ.Ο.ΗΡΑΚΛΕΙΟΥ | 2:44.17 |
| 1992 | ΚΥΡΚΟΥ ΚΩΝΣΤΑΝΤΙΝΑ | ΕΘΝΙΚΟΣ Γ.Σ. | 2:45.24 |
| 1991 | ΤΣΕΚΟΥΡΑ ΕΛΕΝΗ | ΕΘΝΙΚΟΣ Γ.Σ. | 2:40.34 |
| 1990 | ΚΑΝΕΛΛΟΠΟΥΛΟΥ ΜΑΡΙΑ-ΓΕΩΡΓΙΑ | ΠΑΝΙΩΝΙΟΣ Γ.Σ.Σ. | 2:44.31 |
| 1989 | ΚΑΡΥΣΤΙΝΟΥ ΜΑΡΙΝΑ | ΠΑΝΙΩΝΙΟΣ Γ.Σ.Σ. | 2:41.90 |
| 1988 | ΜΠΕΚΑ ΜΑΡΙΝΑ | ΠΑΝΙΩΝΙΟΣ Γ.Σ.Σ. | 2:36.12 |
| **50μ. ΠΡΟΣΘΙΟ** | | | |
| **ΕΤΟΣ** | **ΚΟΛΥΜΒΗΤΡΙΑ** | **ΣΥΛΛΟΓΟΣ** | **ΕΠΙΔΟΣΗ** |
| 2024 |  |  |  |
| 2023 | ΚΟΛΕΤΣΟΥ ΜΕΛΙΝΑ | Α.Ν.Ο.ΓΛΥΦΑΔΑΣ | 35.52 |
| 2022 | ΣΑΡΑΝΤΟΥ ΛΥΔΙΑ | ΜΙΛΩΝ | 35.92 |
| 2021 | - | - | - |
| 2020 | ΖΑΡΜΠΟΥΤΗ ΘΕΟΔΩΡΑ | Α.Σ.ΚΟΛΛΕΓΙΟ ΝΤΕΡΗ | 34.92 |
| 2019 | ΠΡΕΒΕΝΙΟΥ ΑΙΚΑΤΕΡΙΝΗ | ΠΑΝΙΩΝΙΟΣ Γ.Σ.Σ. | 34.70 |
| 2018 | ΚΑΡΑΘΑΝΟΥ ΦΩΤΕΙΝΗ | Α.Ο.ΠΑΛΑΙΟΥ ΦΑΛΗΡΟΥ | 36.55 |
| 2017 | ΚΟΡΡΕ ΕΥΓΕΝΙΑ | Α.Ο.ΩΚΕΑΝΟΣ | 36.59 |
| 2016 | ΑΖΟΥΚΗ-ΠΛΑΣΤΗΡΑ ΚΩΝΣΤΑΝΤΙΝΑ | ΠΑΝΙΩΝΙΟΣ Γ.Σ.Σ. | 36.20 |
| 2015 | ΛΑΡΔΑ ΜΑΡΙΑΝΘΗ | Ν.Ο.ΧΙΟΥ | 36.51 |
| 2014 | ΜΟΥΤΣΙΟΥ ΑΡΕΤΗ | Ν.Ο.ΗΛΙΟΥΠΟΛΗΣ | 37.37 |
| **100μ. ΠΡΟΣΘΙΟ** | | | |
| **ΕΤΟΣ** | **ΚΟΛΥΜΒΗΤΡΙΑ** | **ΣΥΛΛΟΓΟΣ** | **ΕΠΙΔΟΣΗ** |
| 2024 |  |  |  |
| 2023 | ΚΟΛΕΤΣΟΥ ΜΕΛΙΝΑ | Α.Ν.Ο.ΓΛΥΦΑΔΑΣ | 1:18.55 |
| 2022 | ΔΟΞΙΑΔΗ ΑΛΕΞΑΝΔΡΑ | Α.Ο.ΩΚΕΑΝΟΣ | 1:17.17 |
| 2021 | - | - | - |
| 2020 | ΖΑΡΜΠΟΥΤΗ ΘΕΟΔΩΡΑ | Α.Σ.ΚΟΛΛΕΓΙΟ ΝΤΕΡΗ | 1:15.79 |
| 2019 | ΠΡΕΒΕΝΙΟΥ ΑΙΚΑΤΕΡΙΝΗ | ΠΑΝΙΩΝΙΟΣ Γ.Σ.Σ. | 1:16.72 |
| 2018 | ΣΤΡΟΓΓΥΛΗ ΝΑΤΑΛΙΑ | Α.Ο.ΝΗΡΕΑΣ ΓΕΡΑΚΑ | 1:18.63 |
| 2017 | ΒΛΑΣΙΔΗ ΕΛΕΝΗ | ΑΡΓΩ Α.Π.Σ. | 1:18.58 |
| 2016 | ΣΙΓΑΝΟΥ ΖΩΗ | Α.Σ.ΚΟΛΛΕΓΙΟ ΝΤΕΡΗ | 1:16.77 |
| 2015 | ΛΑΡΔΑ ΜΑΡΙΑΝΘΗ | Ν.Ο.ΧΙΟΥ | 1:18.73 |
| 2014 | ΠΑΥΛΟΠΟΥΛΟΥ ΝΙΚΟΛΕΤΑ | Α.Ο.ΩΚΕΑΝΟΣ | 1:14.15 |
| 2013 | ΚΟΝΤΟΓΕΩΡΓΟΥ ΕΛΕΝΗ | Σ.Κ.ΡΟΗ | 1:18.79 |
| 2012 | ΣΥΡΙΓΟΥ ΑΝΑΣΤΑΣΙΑ | Α.Ν.Ο.ΑΡΓΥΡΟΥΠΟΛΗΣ | 1:18.88 |
| 2011 | ΜΑΥΡΑΝΤΖΑ ΑΓΓΕΛΙΚΗ-ΜΑΡΙΑ | Α.Σ.Κ.ΑΛΜΠΑΤΡΟΣ ΑΝΩ ΛΙΟΣΙΩΝ | 1:18.19 |
| 2010 | ΜΟΥΣΛΕΧ ΛΥΔΙΑ | ΠΑΝΑΘΗΝΑΪΚΟΣ Α.Ο. | 1:21.05 |
| 2009 | ΚΑΤΣΟΥΛΗ ΝΙΚΟΛΕΤΤΑ | Σ.Κ.ΡΟΗ | 1:19.35 |
| 2008 | ΤΟΥΝΤΑΚΟΒΑ ΦΩΤΕΙΝΗ-ΣΒΕΤΛΑΝΑ | Α.Ν.Ο.ΑΡΓΥΡΟΥΠΟΛΗΣ | 1:20.87 |
| 2007 | ΚΑΒΒΑΔΙΑ ΕΛΕΝΗ-ΙΩΑΝΝΑ | ΙΛΙΟΝ | 1:18.51 |
| 2006 | ΖΑΧΑΡΙΟΥΔΑΚΗ ΣΤΥΛΙΑΝΗ | Γ.Σ.ΠΕΡΙΣΤΕΡΙΟΥ | 1:21.29 |
| 2005 | ΚΑΡΕΛΗ ΑΘΗΝΑ | Α.Ο.ΩΚΕΑΝΟΣ | 1:20.77 |
| 2004 | ΤΟΜΟΥ ΑΙΚΑΤΕΡΙΝΑ-ΜΙΧΑΕΛΑ | Α.Ο.ΠΑΛΑΙΟΥ ΦΑΛΗΡΟΥ | 1:19.70 |
| 2003 | ΤΟΜΟΥ ΑΙΚΑΤΕΡΙΝΑ-ΜΙΧΑΕΛΑ | Α.Ο.ΠΑΛΑΙΟΥ ΦΑΛΗΡΟΥ | 1:24.70 |
| 2002 | ΔΕΛΗΓΙΩΡΓΗ ΒΑΣΙΛΕΙΑ | ΠΑΝΙΩΝΙΟΣ Γ.Σ.Σ. | 1:15.82 |
| 2001 | ΑΝΔΡΕΑΔΗ ΛΥΔΙΑ | ΖΗΡΙΔΗ | 1:20.56 |
| 2000 | ΑΓΓΕΛΟΠΟΥΛΟΥ ΑΘΑΝΑΣΙΑ | Ν.Ε.ΠΑΤΡΩΝ | 1:19.71 |
| 1999 | ΑΛΕΞΟΠΟΥΛΟΥ ΜΑΡΙΑ-ΧΡΙΣΤΙΝΑ | Α.Ο.ΠΑΛΑΙΟΥ ΦΑΛΗΡΟΥ | 1:22.20 |
| 1998 | ΖΩΧΙΟΥ ΕΥΘΥΜΙΑ | Α.Ο.ΚΟΛΩΝΟΥ | 1:22.31 |
| 1997 | ΠΡΙΤΣΙΝΑ ΔΕΣΠΟΙΝΑ | Κ.Ο.ΠΟΣΕΙΔΩΝ ΙΛΙΣΙΩΝ | 1:17.29 |
| 1996 | ΝΙΚΟΛΑΚΗ ΜΑΡΙΑ | Ν.Ο.ΧΙΟΥ | 1:24.33 |
| 1995 | ΚΑΒΑΡΝΟΥ ΒΑΣΙΛΙΚΗ | Γ.Α.Σ.ΛΕΣΒΟΥ | 1:19.06 |
| 1994 | ΜΟΥΜΤΖΗ ΣΤΕΛΛΑ | ΜΙΛΩΝ | 1:22.47 |
| 1993 | ΒΕΡΥΚΟΚΙΔΗ ΕΛΕΥΘΕΡΙΑ | Ο.Φ.ΗΡΑΚΛΕΙΟΥ | 1:25.55 |
| 1992 | ΜΕΛΑΧΡΟΙΝΟΥ ΖΑΜΠΙΑ | Γ.Ν.Ο.ΑΡΗΣ ΝΙΚΑΙΑΣ | 1:25.01 |
| 1991 | ΣΗΜΑΙΑΚΗ ΕΥΑΓΓΕΛΙΑ | Κ.Ο.ΗΡΑΚΛΕΙΟΥ | 1:24.41 |
| 1990 | ΣΑΚΕΛΛΑΡΙΔΟΥ ΜΑΡΙΑ | Α.Ν.Ο.ΓΛΥΦΑΔΑΣ | 1:24.37 |
| 1989 | ΜΠΟΥΜΗ ΚΩΝΣΤΑΝΤΙΝΑ | ΗΛΥΣΙΑΚΟΣ Α.Ο. | 1:23.91 |
| 1988 | ΙΩΑΝΝΙΔΟΥ ΓΑΛΑΤΕΙΑ | ΗΛΥΣΙΑΚΟΣ Α.Ο. | 1:20.69 |
| **200μ. ΠΡΟΣΘΙΟ** | | | |
| **ΕΤΟΣ** | **ΚΟΛΥΜΒΗΤΡΙΑ** | **ΣΥΛΛΟΓΟΣ** | **ΕΠΙΔΟΣΗ** |
| 2024 |  |  |  |
| 2023 | ΧΡΗΜΟΥΖΗ ΣΟΦΙΑ | Α.Ο.ΩΚΕΑΝΟΣ | 2:56.08 |
| 2022 | ΔΟΞΙΑΔΗ ΑΛΕΞΑΝΔΡΑ | Α.Ο.ΩΚΕΑΝΟΣ | 2:46.03 |
| 2021 | - | - | - |
| 2020 | ΑΝΤΑΚΗ ΑΣΗΜΙΝΑ | Σ.Κ.ΡΟΗ | 2:48.61 |
| 2019 | ΤΟΥΜΠΟΥΛΙΔΗ ΑΓΑΠΗ | Ν.Γ.Σ.ΑΡΤΕΜΙΣ | 2:45.60 |
| 2018 | ΣΤΡΟΓΓΥΛΗ ΝΑΤΑΛΙΑ | Α.Ο.ΝΗΡΕΑΣ ΓΕΡΑΚΑ | 2:51.31 |
| 2017 | ΒΛΑΣΙΔΗ ΕΛΕΝΗ | ΑΡΓΩ Α.Π.Σ. | 2:50.73 |
| 2016 | ΣΙΓΑΝΟΥ ΖΩΗ | Α.Σ.ΚΟΛΛΕΓΙΟ ΝΤΕΡΗ | 2:45.07 |
| 2015 | ΛΑΡΔΑ ΜΑΡΙΑΝΘΗ | Ν.Ο.ΧΙΟΥ | 2:50.48 |
| 2014 | ΠΑΥΛΟΠΟΥΛΟΥ ΝΙΚΟΛΕΤΑ | Α.Ο.ΩΚΕΑΝΟΣ | 2:38.16 |
| 2013 | ΚΟΝΤΟΓΕΩΡΓΟΥ ΕΛΕΝΗ | Σ.Κ.ΡΟΗ | 2:52.37 |
|  | & ΠΑΥΛΟΠΟΥΛΟΥ ΓΕΩΡΓΙΑ | Κ.Ο.ΠΟΣΕΙΔΩΝ ΙΛΙΣΙΩΝ | 2:52.37 |
| 2012 | ΣΥΡΙΓΟΥ ΑΝΑΣΤΑΣΙΑ | Α.Ν.Ο.ΑΡΓΥΡΟΥΠΟΛΗΣ | 2:55.64 |
| 2011 | ΜΑΥΡΑΝΤΖΑ ΑΓΓΕΛΙΚΗ-ΜΑΡΙΑ | Α.Σ.Κ.ΑΛΜΠΑΤΡΟΣ ΑΝΩ ΛΙΟΣΙΩΝ | 2:46.59 |
| 2010 | ΜΟΥΣΛΕΧ ΛΥΔΙΑ | ΠΑΝΑΘΗΝΑΪΚΟΣ Α.Ο. | 2:52.48 |
| 2009 | ΚΑΤΣΟΥΛΗ ΝΙΚΟΛΕΤΤΑ | Σ.Κ.ΡΟΗ | 2:52.32 |
| 2008 | ΤΟΥΝΤΑΚΟΒΑ ΦΩΤΕΙΝΗ-ΣΒΕΤΛΑΝΑ | Α.Ν.Ο.ΑΡΓΥΡΟΥΠΟΛΗΣ | 2:53.94 |
| 2007 | ΛΙΑΚΟΥ ΧΑΡΑ-ΑΚΡΙΒΗ | Α.Ο.ΠΑΛΑΙΟΥ ΦΑΛΗΡΟΥ | 2:51.54 |
| 2006 | ΣΙΝΑΝΟΥ ΣΤΑΥΡΟΥΛΑ | ΜΙΛΩΝ | 2:56.87 |
| 2005 | ΚΑΡΕΛΗ ΑΘΗΝΑ | Α.Ο.ΩΚΕΑΝΟΣ | 2:53.70 |
| 2004 | ΣΤΡΑΤΟΥΛΗ ΑΝΝΑ | Α.Ο.ΚΟΛΩΝΟΥ | 2:56.82 |
| 2003 | ΜΠΑΡΜΠΑ ΑΦΡΟΔΙΤΗ | ΠΑΝΙΩΝΙΟΣ Γ.Σ.Σ. | 2:59.59 |
| 2002 | ΧΑΤΖΗ ΒΙΚΤΩΡΙΑ | ΖΗΡΙΔΗ | 2:43.72 |
| 2001 | ΛΑΒΔΑ ΕΛΕΝΗ-ΜΑΡΙΑ | ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΟΣ Γ.Σ. | 2:57.04 |
| 2000 | ΒΟΥΛΤΣΟΥ ΔΙΟΝΥΣΙΑ-ΣΤΥΛΙΑΝΗ | Ν.Ο.ΧΑΝΙΩΝ | 2:53.96 |
| 1999 | ΑΛΕΞΟΠΟΥΛΟΥ ΜΑΡΙΑ-ΧΡΙΣΤΙΝΑ | Α.Ο.ΠΑΛΑΙΟΥ ΦΑΛΗΡΟΥ | 2:59.36 |
| 1998 | ΚΑΤΣΟΥΛΑ ΕΥΔΟΚΙΑ | Α.Ο.ΚΗΦΙΣΙΑΣ | 2:58.53 |
| 1997 | ΠΡΙΤΣΙΝΑ ΔΕΣΠΟΙΝΑ | Κ.Ο.ΠΟΣΕΙΔΩΝ ΙΛΙΣΙΩΝ | 2:47.25 |
| 1996 | ΓΚΕΖΕΡΛΗ ΦΙΛΟΜΗΛΑ | ΟΛΥΜΠΙΑΚΟΣ ΠΕΙΡΑΙΩΣ | 2:46.77 |
| 1995 | ΚΑΒΑΡΝΟΥ ΒΑΣΙΛΙΚΗ | Γ.Α.Σ.ΛΕΣΒΟΥ | 2:59.54 |
| 1994 | ΔΑΝΗ ΜΑΡΙΑ | ΜΙΛΩΝ | 3:01.67 |
| 1993 | ΒΕΡΥΚΟΚΙΔΗ ΕΛΕΥΘΕΡΙΑ | Ο.Φ.ΗΡΑΚΛΕΙΟΥ | 3:04.48 |
| 1992 | ΜΠΟΝΑΡΟΥ ΑΛΙΚΗ | ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΟΣ Γ.Σ. | 3:05.03 |
| 1991 | ΣΗΜΑΙΑΚΗ ΕΥΑΓΓΕΛΙΑ | Κ.Ο.ΗΡΑΚΛΕΙΟΥ | 3:01.47 |
| 1990 | ΣΑΡΑΚΑΤΣΑΝΗ ΑΙΚΑΤΕΡΙΝΗ | Ν.Ο.ΚΑΛΑΜΑΚΙΟΥ | 2:54.83 |
| 1989 | ΚΟΛΛΙΔΑ ΧΡΥΣΟΥΛΑ | ΠΑΝΑΘΗΝΑΪΚΟΣ Α.Ο. | 2:57.12 |
| 1988 | ΒΙΤΩΡΑΤΟΥ ΒΙΚΤΩΡΙΑ | ΠΑΝΑΘΗΝΑΪΚΟΣ Α.Ο. | 2:51.71 |
| **200μ. ΜΙΚΤΗ ΑΤΟΜΙΚΗ** | | | |
| **ΕΤΟΣ** | **ΚΟΛΥΜΒΗΤΡΙΑ** | **ΣΥΛΛΟΓΟΣ** | **ΕΠΙΔΟΣΗ** |
| 2024 |  |  |  |
| 2023 | ΒΑΣΙΛΕΙΟΥ ΕΛΕΥΘΕΡΙΑ | Α.Ο.ΑΙΓΑΛΕΩ | 2:34.98 |
| 2022 | ΣΤΡΑΤΑΚΗ ΜΑΡΙΑ-ΕΥΦΡΟΣΥΝΗ | Α.Ο.ΠΡΩΤΑΘΛΗΤΕΣ ΗΡΑΚΛΕΙΟΥ | 2:35.48 |
| 2021 | - | - | - |
| 2020 | ΖΑΦΕΙΡΑΤΟΥ ΜΑΡΙΑ | ΕΘΝΙΚΟΣ Ο.Φ.Π.Φ. | 2:36.25 |
| 2019 | ΑΘΑΝΑΣΙΟΥ ΗΛΕΚΤΡΑ | ΑΙΟΛΟΣ ΠΕΤΡΟΥΠΟΛΗΣ | 2:33.41 |
| 2018 | ΑΝΕΣΤΟΥ ΧΡΙΣΤΙΝΑ | Γ.Σ.ΗΛΙΟΥΠΟΛΗΣ | 2:34.10 |
| 2017 | ΚΟΡΡΕ ΕΥΓΕΝΙΑ | Α.Ο.ΩΚΕΑΝΟΣ | 2:36.31 |
| 2016 | ΜΟΣΧΟΝΑ ΣΤΥΛΙΑΝΗ | Κ.Ο.ΠΟΣΕΙΔΩΝ ΙΛΙΣΙΩΝ | 2:29.51 |
| 2015 | ΓΙΟΚΑΡΗ ΙΖΑΜΠΕΛΛΑ | Ν.Α.Σ.ΑΤΤΙΚΗΣ | 2:34.14 |
| 2014 | ΠΑΥΛΟΠΟΥΛΟΥ ΝΙΚΟΛΕΤΑ | Α.Ο.ΩΚΕΑΝΟΣ | 2:26.29 |
| 2013 | ΠΑΥΛΟΠΟΥΛΟΥ ΓΕΩΡΓΙΑ | Κ.Ο.ΠΟΣΕΙΔΩΝ ΙΛΙΣΙΩΝ | 2:34.15 |
| 2012 | ΣΑΧΑ ΙΩΑΝΝΑ | Α.Ν.Ο.ΓΛΥΦΑΔΑΣ | 2:30.12 |
| 2011 | ΜΟΥΧΛΙΑΝΙΤΗ ΛΥΔΙΑ-ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ | Α.Ν.Ο.ΓΛΥΦΑΔΑΣ | 2:37.32 |
| 2010 | ΓΑΛΑΝΟΠΟΥΛΟΥ ΑΡΤΕΜΙΣ-ΑΘΑΝΑΣΙΑ | Γ.Σ.ΠΕΡΙΣΤΕΡΙΟΥ | 2:33.85 |
| 2009 | ΚΡΑΝΙΑ ΑΓΓΕΛΙΚΗ | ΠΑΝΑΘΗΝΑΪΚΟΣ Α.Ο. | 2:37.39 |
| 2008 | ΖΟΥΜΗ ΜΑΡΙΣΣΑ | Κ.Ο.ΠΟΣΕΙΔΩΝ ΙΛΙΣΙΩΝ | 2:37.51 |
| 2007 | ΒΑΡΔΑ ΕΥΤΥΧΙΑ | Γ.Σ.ΠΕΡΙΣΤΕΡΙΟΥ | 2:35.80 |
| 2006 | ΤΣΑΚΩΝΑ ΙΩΑΝΝΑ | ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΟΣ Γ.Σ. | 2:40.25 |
| 2005 | ΜΑΝΙΟΥ ΑΛΕΞΑΝΔΡΑ | ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΟΣ Γ.Σ. | 2:30.89 |
| 2004 | ΚΑΛΟΚΥΡΗ ΕΦΡΑΙΜΙΑ | Γ.Σ.ΠΕΡΙΣΤΕΡΙΟΥ | 2:32.75 |
| 2003 | ΚΟΥΡΗ ΑΓΓΕΛΙΚΗ | ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΟΣ Γ.Σ. | 2:44.52 |
| 2002 | ΕΥΣΤΑΘΙΟΥ ΕΛΕΥΘΕΡΙΑ-ΕΥΓΕΝΙΑ | ΠΑΝΙΩΝΙΟΣ Γ.Σ.Σ. | 2:31.23 |
| 2001 | ΤΕΡΖΗ ΓΚΟΛΦΙΝΗ | Α.Ν.Ο.ΓΛΥΦΑΔΑΣ | 2:32.59 |
| 2000 | ΑΓΓΕΛΟΠΟΥΛΟΥ ΒΑΣΙΛΙΚΗ | Α.Ε.ΧΑΪΔΑΡΙΟΥ | 2:30.91 |
| 1999 | ΠΑΠΑΡΟΪΔΑΜΗ ΚΩΝΣΤΑΝΤΙΝΑ | Κ.Ο.ΚΑΡΠΕΝΗΣΙΟΥ | 2:38.23 |
| 1998 | ΛΟΥΗ ΣΤΕΛΛΑ | ΕΘΝΙΚΟΣ Ο.Φ.Π.Φ. | 2:36.76 |
| 1997 | ΠΡΙΤΣΙΝΑ ΔΕΣΠΟΙΝΑ | Κ.Ο.ΠΟΣΕΙΔΩΝ ΙΛΙΣΙΩΝ | 2:40.57 |
| 1996 | ΓΚΕΖΕΡΛΗ ΦΙΛΟΜΗΛΑ | ΟΛΥΜΠΙΑΚΟΣ ΠΕΙΡΑΙΩΣ | 2:34.55 |
| 1995 | ΣΦΑΕΛΛΟΥ ΜΑΡΙΑ | ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΟΣ Γ.Σ. | 2:41.42 |
| 1994 | ΓΚΑΝΑ ΑΙΚΑΤΕΡΙΝΗ | ΗΛΥΣΙΑΚΟΣ Α.Ο. | 2:38.27 |
| 1993 | ΓΕΝΝΗΜΑΤΑ ΘΕΟΔΩΡΑ | ΟΛΥΜΠΙΑΚΟΣ ΠΕΙΡΑΙΩΣ | 2:39.97 |
| 1992 | ΖΟΥΜΙΔΗ ΜΑΡΙΑ | Π.Ε.Κ.Ε.ΒΡΟΝΤΑΔΩΝ | 2:43.39 |
| 1991 | ΦΩΤΙΑΔΟΥ ΒΑΣΙΛΙΚΗ | ΗΛΥΣΙΑΚΟΣ Α.Ο. | 2:39.48 |
| 1990 | ΣΑΡΑΚΑΤΣΑΝΗ ΑΙΚΑΤΕΡΙΝΗ | Ν.Ο.ΚΑΛΑΜΑΚΙΟΥ | 2:41.89 |
| 1989 | ΚΑΚΟΓΙΑΝΝΑΚΗ ΓΕΩΡΓΙΑ | Ν.Ο.ΡΕΘΥΜΝΟΥ | 2:40.47 |
| 1988 | ΖΟΓΚΑ ΚΑΛΛΙΟΠΗ | ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΟΣ Γ.Σ. | 2:44.00 |
| **400μ. ΜΙΚΤΗ ΑΤΟΜΙΚΗ** | | | |
| **ΕΤΟΣ** | **ΚΟΛΥΜΒΗΤΡΙΑ** | **ΣΥΛΛΟΓΟΣ** | **ΕΠΙΔΟΣΗ** |
| 2024 |  |  |  |
| 2023 | ΒΑΣΙΛΕΙΟΥ ΕΛΕΥΘΕΡΙΑ | Α.Ο.ΑΙΓΑΛΕΩ | 5:34.30 |
| 2022 | ΣΤΡΑΤΑΚΗ ΜΑΡΙΑ-ΕΥΦΡΟΣΥΝΗ | Α.Ο.ΠΡΩΤΑΘΛΗΤΕΣ ΗΡΑΚΛΕΙΟΥ | 5:32.17 |
| 2021 | - | - | - |
| 2020 | ΖΑΦΕΙΡΑΤΟΥ ΜΑΡΙΑ | ΕΘΝΙΚΟΣ Ο.Φ.Π.Φ. | 5:23.43 |
| 2019 | ΜΑΚΡΗ ΓΕΩΡΓΙΑ | Γ.Σ.ΠΕΤΡΟΥΠΟΛΗΣ | 5:20.87 |
| 2018 | ΨΩΜΙΑΔΗ ΘΕΟΔΩΡΑ-ΔΕΣΠΟΙΝΑ | Κ.Ο.ΠΟΣΕΙΔΩΝ ΙΛΙΣΙΩΝ | 5:29.73 |
| 2017 | ΚΟΡΡΕ ΕΥΓΕΝΙΑ | Α.Ο.ΩΚΕΑΝΟΣ | 5:29.21 |
| 2016 | ΔΑΜΑΣΙΩΤΗ ΓΕΩΡΓΙΑ | Α.Ο.ΩΚΕΑΝΟΣ | 5:10.38 |
| 2015 | ΣΤΑΜΑΤΑΚΗ ΒΑΣΙΛΙΚΗ | ΟΛΥΜΠΙΑΔΑ 73 | 5:32.71 |
| 2014 | ΜΕΤΣΙΟΥ ΦΩΤΕΙΝΗ | Γ.Σ.ΑΙΓΑΛΕΩ | 5:27.90 |
| 2013 | ΚΑΤΣΙΑΡΑ ΑΦΡΟΔΙΤΗ | Α.Ε.ΧΑΪΔΑΡΙΟΥ | 5:31.68 |
| 2012 | ΝΤΑΛΛΑ ΟΛΓΑ | Ο.Φ.ΝΕΑΣ ΙΩΝΙΑΣ | 5:26.64 |
| 2011 | ΠΑΝΑΓΟΠΟΥΛΟΥ ΠΑΝΑΓΙΩΤΑ | ΠΡΩΤΕΑΣ ΛΑΜΙΑΣ | 5:19.83 |
| 2010 | ΓΑΛΑΝΟΠΟΥΛΟΥ ΑΡΤΕΜΙΣ-ΑΘΑΝΑΣΙΑ | Γ.Σ.ΠΕΡΙΣΤΕΡΙΟΥ | 5:32.02 |
| 2009 | ΚΥΡΙΛΗ ΑΝΑΣΤΑΣΙΑ | Α.Ε.ΧΑΪΔΑΡΙΟΥ | 5:20.43 |
| 2008 | ΤΣΙΑΜΟΥΡΗ ΑΘΗΝΑ | ΗΛΥΣΙΑΚΟΣ Α.Ο. | 5:28.28 |
| 2007 | ΠΑΠΠΑ ΒΑΣΙΛΙΚΗ | Α.Ε.ΧΑΪΔΑΡΙΟΥ | 5:14.11 |
| 2006 | ΠΑΠΠΑ ΒΑΣΙΛΙΚΗ | Α.Ε.ΧΑΪΔΑΡΙΟΥ | 5:31.00 |
| 2005 | ΓΕΡΟΥΛΗ ΘΕΟΝΗ | Α.Ο.ΩΚΕΑΝΟΣ | 5:28.64 |
| 2004 | ΚΑΛΟΚΥΡΗ ΕΦΡΑΙΜΙΑ | Γ.Σ.ΠΕΡΙΣΤΕΡΙΟΥ | 5:23.38 |
| 2003 | ΣΟΥΒΑΤΖΟΓΛΟΥ ΜΑΡΙΑ-ΜΑΓΔΑΛΗΝΗ | Α.Ε.ΧΑΪΔΑΡΙΟΥ | 5:22.41 |
| 2002 | ΕΥΣΤΑΘΙΟΥ ΕΛΕΥΘΕΡΙΑ-ΕΥΓΕΝΙΑ | ΠΑΝΙΩΝΙΟΣ Γ.Σ.Σ. | 5:19.25 |
| 2001 | ΤΖΑΒΕΛΛΑ ΑΘΗΝΑ | ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΟΣ Γ.Σ. | 5:24.06 |
| 2000 | ΑΓΓΕΛΟΠΟΥΛΟΥ ΒΑΣΙΛΙΚΗ | Α.Ε.ΧΑΪΔΑΡΙΟΥ | 5:11.79 |
| 1999 | ΠΟΥΜΠΟΥΡΙΔΟΥ ΑΛΕΞΑΝΔΡΑ | ΕΘΝΙΚΟΣ Ο.Φ.Π.Φ. | 5:28.29 |
| 1998 | ΣΤΡΟΥΜΠΑ ΣΜΑΡΑΓΔΑ | Α.Ο.ΠΑΛΑΙΟΥ ΦΑΛΗΡΟΥ | 5:36.98 |
| 1997 | ΓΙΑΝΝΟΥΤΣΟΥ ΙΩΑΝΝΑ | ΔΑΦΝΗ ΔΑΦΝΙΟΥ | 5:34.33 |
| 1996 | ΓΚΕΖΕΡΛΗ ΦΙΛΟΜΗΛΑ | ΟΛΥΜΠΙΑΚΟΣ ΠΕΙΡΑΙΩΣ | 5:26.63 |
| 1995 | ΣΦΑΕΛΛΟΥ ΜΑΡΙΑ | ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΟΣ Γ.Σ. | 5:39.32 |
| 1994 | ΓΚΑΝΑ ΑΙΚΑΤΕΡΙΝΗ | ΗΛΥΣΙΑΚΟΣ Α.Ο. | 5:31.33 |
| 1993 | ΑΝΔΡΟΥΤΣΟΥ ΓΕΩΡΓΙΑ | Γ.Σ.ΑΙΓΑΛΕΩ | 5:44.53 |
| 1992 | ΜΑΝΤΑ ΑΙΚΑΤΕΡΙΝΗ | Ν.Ο.ΑΜΑΛΙΑΔΑΣ | 5:40.47 |
| 1991 | ΦΩΤΙΑΔΟΥ ΒΑΣΙΛΙΚΗ | ΗΛΥΣΙΑΚΟΣ Α.Ο. | 5:33.05 |
| 1990 | ΣΑΡΑΚΑΤΣΑΝΗ ΑΙΚΑΤΕΡΙΝΗ | Ν.Ο.ΚΑΛΑΜΑΚΙΟΥ | 5:38.99 |
| 1989 | ΚΑΚΟΓΙΑΝΝΑΚΗ ΓΕΩΡΓΙΑ | Ν.Ο.ΡΕΘΥΜΝΟΥ | 5:28.54 |
| 1988 | ΖΟΓΚΑ ΚΑΛΛΙΟΠΗ | ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΟΣ Γ.Σ. | 5:41.66 |