|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| IMG_256 **ΧΡΥΣΑ ΜΕΤΑΛΛΙΑ ΧΕΙΜΕΡΙΝΩΝ ΠΡΩΤΑΘΛΗΜΑΤΩΝ ΝΟΤΙΟΥ ΕΛΛΑΔΟΣ ΠΑΓΚΟΡΑΣΙΔΩΝ Α** | | | |
| **50μ. ΕΛΕΥΘΕΡΟ** | | | |
| **ΕΤΟΣ** | **ΚΟΛΥΜΒΗΤΡΙΑ** | **ΣΥΛΛΟΓΟΣ** | **ΕΠΙΔΟΣΗ** |
| 2025 |  |  |  |
| 2024 | ΖΕΡΒΟΠΟΥΛΟΥ ΖΩΗ | Α.Ο.ΚΟΛΩΝΟΥ | 28.22 |
| 2023 | ΑΜΠΕΛΙΩΤΗ-ΠΑΝΑΓΟΠΟΥΛΟΥ ΕΛΕΝΗ | Κ.Ο.ΠΕΙΡΑΙΑ | 27.91 |
| 2022 | ΤΣΑΚΙΡΗ ΝΙΚΟΛΙΝΑ | Α.Κ.Ο.ΔΕΛΦΙΝΙΑ ΜΕΤΑΜΟΡΦΩΣΗΣ | 28.13 |
| 2021 | - | - | - |
| 2020 | ΙΟΡΔΑΝΙΔΟΥ ΕΥΑΝΘΙΑ | Ν.Γ.Σ.ΑΡΤΕΜΙΣ | 28.26 |
| 2019 | ΓΚΟΓΚΟΣΗ ΔΑΝΑΗ | Α.Α.ΩΡΙΩΝΑΣ ΗΡΑΚΛΕΙΟΥ | 27.67 |
| 2018 | ΝΤΡΙΝΙΤΣ ΘΕΟΔΩΡΑ | Ν.Ο.ΡΕΘΥΜΝΟΥ | 28.05 |
| 2017 | ΔΙΑΜΑΝΤΗ ΑΘΑΝΑΣΙΑ | Ν.Ε.ΠΑΤΡΩΝ | 27.73 |
| 2016 | ΓΙΟΚΑΡΗ ΙΖΑΜΠΕΛΛΑ | Ν.Α.Σ.ΑΤΤΙΚΗΣ | 27.35 |
| 2015 | ΚΑΡΑΚΩΝΣΤΑΝΤΗ ΚΩΝΣΤΑΝΤΙΝΑ | Κ.Ο.ΠΟΣΕΙΔΩΝ ΙΛΙΣΙΩΝ | 28.99 |
| 2014 | ΑΝΔΡΕΑΔΗ ΑΝΑΣΤΑΣΙΑ-ΠΑΝΑΓΙΩΤΑ | Ν.Ο.ΚΟΡΙΝΘΟΥ | 28.31 |
| 2013 | ΝΙΚΟΛΑΚΟΠΟΥΛΟΥ ΒΑΣΙΛΙΚΗ | Ν.Ο.ΠΑΤΡΩΝ | 29.04 |
| 2012 | ΜΠΑΚΑ ΒΑΣΙΛΙΚΗ-ΣΤΑΥΡΟΥΛΑ | Ν.Ο.ΚΑΛΑΜΑΤΑΣ | 27.61 |
| 2011 | ΠΟΜΩΝΗ ΑΓΓΕΛΙΚΗ | Ν.Ε.ΠΑΤΡΩΝ | 29.28 |
| 2010 | ΖΑΦΕΙΡΟΥΛΗ ΑΝΑΣΤΑΣΙΑ | Α.Ο.ΩΚΕΑΝΟΣ | 28.78 |
| 2009 | ΔΗΜΟΥΛΗ ΚΩΝΣΤΑΝΤΙΝΑ | Ν.Α.Ο.ΚΕΡΚΥΡΑΣ | 28.48 |
| 2008 | ΜΥΛΩΝΑΚΗ ΕΛΕΥΘΕΡΙΑ | Ν.Ο.ΡΕΘΥΜΝΟΥ | 29.09 |
| 2007 | ΚΕΛΑΪΔΗ ΝΑΤΑΛΙΑ | Ν.Ο.ΧΑΝΙΩΝ | 28.69 |
| **2006** | **ΒΟΥΡΝΑ ΚΡΙΣΤΕΛ** | **Ν.Ο.ΠΑΤΡΩΝ** | **27.11** |
| 2005 | ΛΙΩΣΗ ΜΑΡΙΑ | ΟΛΥΜΠΙΑΚΟΣ ΠΕΙΡΑΙΩΣ | 27.90 |
| 2004 | ΑΝΑΓΝΩΣΤΟΥ ΜΑΡΙΑ | Κ.Ο.ΚΑΡΠΕΝΗΣΙΟΥ | 28.97 |
| 2003 | ΤΣΑΜΠΑΣΙΑΝ ΒΑΣΙΛΙΚΗ | Ν.Ε.ΠΑΤΡΩΝ | 27.91 |
| 2002 | ΤΕΡΖΗ ΓΚΟΛΦΙΝΗ | Α.Ν.Ο.ΓΛΥΦΑΔΑΣ | 28.86 |
| 2001 | ΚΥΤΙΝΟΥ ΕΛΛΗ | Ν.Ο.ΧΑΛΚΙΔΑΣ | 28.25 |
| 2000 | ΣΕΡΕΜΕΤΑΚΗ ΝΙΚΟΛΕΤΤΑ-ΠΑΝΑΓΙΩΤΑ | ΕΘΝΙΚΟΣ Ο.Φ.Π.Φ. | 28.95 |
| 1999 | ΛΙΑΠΑΚΗ ΠΗΝΕΛΟΠΗ | Α.Κ.Ο.ΧΑΛΚΙΔΑΣ | 28.83 |
| 1998 | ΓΑΤΣΙΟΥ ΑΝΝΑ | Α.Ο.ΙΩΝΙΚΟΣ | 29.32 |
| 1997 | ΝΙΑΝΓΚΟΥΑΡΑ ΝΕΡΥ-ΜΑΝΤΕΫ | ΝΗΡΕΑΣ ΧΑΛΑΝΔΡΙΟΥ | 28.91 |
| 1996 | ΜΕΛΑΧΡΟΙΝΟΥ ΣΤΑΜΑΤΙΑ | Γ.Ν.Ο.ΑΡΗΣ ΝΙΚΑΙΑΣ | 28.18 |
| 1995 | ΤΖΙΡΑΚΗ ΜΑΡΙΑ | Κ.Ο.ΗΡΑΚΛΕΙΟΥ | 28.75 |
| 1994 | ΒΟΥΤΣΙΝΑ ΕΙΡΗΝΗ | Κ.Ο.ΠΟΣΕΙΔΩΝ ΙΛΙΣΙΩΝ | 29.45 |
| 1993 | ΛΙΟΣΗ ΚΥΡΙΑΚΗ | ΕΘΝΙΚΟΣ Γ.Σ. | 28.07 |
| 1992 | ΓΕΡΟΓΙΑΝΝΗ ΟΛΓΑ | Γ.Ν.Ο.ΑΡΗΣ ΝΙΚΑΙΑΣ | 29.32 |
| 1991 | ΧΑΤΖΗΔΑΚΗ ΙΦΙΓΕΝΕΙΑ | Ν.Ο.ΧΑΝΙΩΝ | 30.11 |
| 1990 | ΧΑΤΖΗΔΑΚΗ ΕΛΕΝΗ | Ν.Ο.ΧΑΝΙΩΝ | 29.23 |
| 1989 | ΜΩΡΑΪΤΙΔΟΥ ΕΥΑΓΓΕΛΙΑ | Α.Ν.Ο.ΓΛΥΦΑΔΑΣ | 28.28 |
| 1988 | ΖΑΡΙΦΗ ΔΗΜΗΤΡΑ | Ν.Α.Ο.ΚΕΡΚΥΡΑΣ | 29.70 |
| **100μ. ΕΛΕΥΘΕΡΟ** | | | |
| **ΕΤΟΣ** | **ΚΟΛΥΜΒΗΤΡΙΑ** | **ΣΥΛΛΟΓΟΣ** | **ΕΠΙΔΟΣΗ** |
| 2025 |  |  |  |
| **2024** | **ΜΠΙΛΑΝΑΚΟΥ ΝΕΦΕΛΗ** | **Α.Ο.ΑΙΓΑΛΕΩ** | **58.15** |
| 2023 | ΑΜΠΕΛΙΩΤΗ-ΠΑΝΑΓΟΠΟΥΛΟΥ ΕΛΕΝΗ | Κ.Ο.ΠΕΙΡΑΙΑ | 1:02.14 |
| 2022 | ΠΑΠΑΚΩΣΤΑ ΕΙΡΗΝΗ | Α.Ε.ΧΑΪΔΑΡΙΟΥ | 1:02.01 |
| 2021 | - | - | - |
| 2020 | ΣΜΥΡΝΙΟΥ ΑΓΓΕΛΙΚΗ | Σ.Α.ΚΟΛΛΕΓΙΟ ΑΘΗΝΩΝ | 1:00.88 |
| 2019 | ΓΚΟΓΚΟΣΗ ΔΑΝΑΗ | Α.Α.ΩΡΙΩΝΑΣ ΗΡΑΚΛΕΙΟΥ | 1:01.00 |
| 2018 | ΝΤΡΙΝΙΤΣ ΘΕΟΔΩΡΑ | Ν.Ο.ΡΕΘΥΜΝΟΥ | 1:01.36 |
| 2017 | ΛΥΡΑ ΑΝΘΗ | Α.Ο.ΠΑΛΑΙΟΥ ΦΑΛΗΡΟΥ | 1:00.30 |
| 2016 | ΓΙΟΚΑΡΗ ΙΖΑΜΠΕΛΛΑ | Ν.Α.Σ.ΑΤΤΙΚΗΣ | 59.74 |
| 2015 | ΚΑΡΑΚΩΝΣΤΑΝΤΗ ΚΩΝΣΤΑΝΤΙΝΑ | Κ.Ο.ΠΟΣΕΙΔΩΝ ΙΛΙΣΙΩΝ | 1:03.94 |
| 2014 | ΔΑΜΑΣΙΩΤΗ ΜΑΡΚΕΛΛΑ | Α.Ο.ΩΚΕΑΝΟΣ | 1:00.23 |
| 2013 | ΤΡΟΥΛΟΥ ΚΥΡΙΑΚΗ | Α.Ο.ΠΑΛΑΙΟΥ ΦΑΛΗΡΟΥ | 1:01.68 |
| 2012 | ΜΠΑΚΑ ΒΑΣΙΛΙΚΗ-ΣΤΑΥΡΟΥΛΑ | Ν.Ο.ΚΑΛΑΜΑΤΑΣ | 1:00.70 |
| 2011 | ΜΟΥΣΛΕΧ ΛΥΔΙΑ | ΠΑΝΑΘΗΝΑΪΚΟΣ Α.Ο. | 1:01.31 |
| 2010 | ΤΣΟΤΣΟΥ ΑΙΚΑΤΕΡΙΝΗ | Ν.Ο.ΧΑΛΚΙΔΑΣ | 1:01.73 |
| 2009 | ΤΣΙΣΤΡΑΚΗ ΙΩΑΝΝΑ | Γ.Σ.ΠΕΡΙΣΤΕΡΙΟΥ | 1:02.45 |
| 2008 | ΜΥΛΩΝΑΚΗ ΕΛΕΥΘΕΡΙΑ | Ν.Ο.ΡΕΘΥΜΝΟΥ | 1:02.84 |
| 2007 | ΚΕΛΑΪΔΗ ΝΑΤΑΛΙΑ | Ν.Ο.ΧΑΝΙΩΝ | 1:02.35 |
| 2006 | ΜΑΝΙΟΥ ΑΛΕΞΑΝΔΡΑ | ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΟΣ Γ.Σ. | 59.57 |
| 2005 | ΛΙΩΣΗ ΜΑΡΙΑ | ΟΛΥΜΠΙΑΚΟΣ ΠΕΙΡΑΙΩΣ | 1:00.73 |
| 2004 | ΣΤΕΦΑΝΗ ΣΤΕΛΛΑ | Α.Ο.ΠΑΛΑΙΟΥ ΦΑΛΗΡΟΥ | 1:01.36 |
| 2003 | ΤΣΑΜΠΑΣΙΑΝ ΒΑΣΙΛΙΚΗ | Ν.Ε.ΠΑΤΡΩΝ | 59.74 |
| 2002 | ΚΑΜΠΕΡΗ ΕΛΕΝΗ-ΑΝΝΑ | ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΟΣ Γ.Σ. | 1:02.27 |
| 2001 | ΚΥΤΙΝΟΥ ΕΛΛΗ | Ν.Ο.ΧΑΛΚΙΔΑΣ | 1:00.80 |
| 2000 | ΛΑΓΟΥΔΑΚΗ ΜΑΡΙΝΑ | Ν.Ο.ΧΑΝΙΩΝ | 1:01.97 |
| 1999 | ΛΟΥΗ ΣΤΕΛΛΑ | ΕΘΝΙΚΟΣ Ο.Φ.Π.Φ. | 1:00.69 |
| 1998 | ΓΑΤΣΙΟΥ ΑΝΝΑ | Α.Ο.ΙΩΝΙΚΟΣ | 1:03.40 |
| 1997 | ΚΡΕΜΜΥΔΑ-ΚΥΠΗ ΔΑΝΑΗ | Ν.Ο.ΚΟΡΙΝΘΟΥ | 1:03.97 |
| 1996 | ΜΕΛΑΧΡΟΙΝΟΥ ΣΤΑΜΑΤΙΑ | Γ.Ν.Ο.ΑΡΗΣ ΝΙΚΑΙΑΣ | 1:02.85 |
| 1995 | ΦΛΩΡΟΥ ΚΩΝΣΤΑΝΤΙΝΑ | ΕΘΝΙΚΟΣ Γ.Σ. | 1:00.94 |
| 1994 | ΓΕΝΝΗΜΑΤΑ ΘΕΟΔΩΡΑ | ΟΛΥΜΠΙΑΚΟΣ ΠΕΙΡΑΙΩΣ | 1:03.30 |
| 1993 | ΛΙΟΣΗ ΚΥΡΙΑΚΗ | ΕΘΝΙΚΟΣ Γ.Σ. | 1:02.01 |
| 1992 | ΓΕΡΟΓΙΑΝΝΗ ΟΛΓΑ | Γ.Ν.Ο.ΑΡΗΣ ΝΙΚΑΙΑΣ | 1:04.35 |
| 1991 | ΚΟΥΜΟΥΡΙΔΗ ΟΥΡΑΝΙΑ | Ν.Ο.ΧΑΝΙΩΝ | 1:04.87 |
| 1990 | ΜΟΥΤΖΟΥΡΗ ΑΙΚΑΤΕΡΙΝΗ | Γ.Α.Σ.ΛΕΣΒΟΥ | 1:04.30 |
| 1989 | ΜΩΡΑΪΤΙΔΟΥ ΕΥΑΓΓΕΛΙΑ | Α.Ν.Ο.ΓΛΥΦΑΔΑΣ | 1:01.67 |
| 1988 | ΣΑΡΑΝΤΟΠΟΥΛΟΥ ΑΙΚΑΤΕΡΙΝΗ | ΠΑΝΙΩΝΙΟΣ Γ.Σ.Σ. | 1:01.57 |
| **200μ. ΕΛΕΥΘΕΡΟ** | | | |
| **ΕΤΟΣ** | **ΚΟΛΥΜΒΗΤΡΙΑ** | **ΣΥΛΛΟΓΟΣ** | **ΕΠΙΔΟΣΗ** |
| 2025 |  |  |  |
| 2024 | ΖΕΡΒΟΠΟΥΛΟΥ ΖΩΗ | Α.Ο.ΚΟΛΩΝΟΥ | 2:14.71 |
| 2023 | ΒΕΝΕΤΣΑΝΟΥ ΝΕΦΕΛΗ | Α.Σ.ΚΟΛΛΕΓΙΟ ΝΤΕΡΗ | 2:13.60 |
| 2022 | ΜΠΕΣΙΟΥ ΜΑΡΙΑ | Γ.Σ.ΠΕΡΙΣΤΕΡΙΟΥ | 2:13.12 |
| 2021 | - | - | - |
| 2020 | ΚΑΛΤΕΖΙΩΤΗ-ΑΝΤΖΕΛΚΟΒΙΤΣ ΝΑΤΑΛΙΑ | Σ.Κ.ΡΟΗ | 2:10.62 |
| 2019 | ΓΚΟΓΚΟΣΗ ΔΑΝΑΗ | Α.Α.ΩΡΙΩΝΑΣ ΗΡΑΚΛΕΙΟΥ | 2:11.86 |
| 2018 | ΓΡΗΓΟΡΑΚΗ ΕΛΕΝΗ | Ν.Ο.ΧΑΝΙΩΝ | 2:14.18 |
| 2017 | ΜΗΤΣΑΚΟΥ ΧΡΥΣΟΥΛΑ | Α.Σ.ΚΟΛΛΕΓΙΟ ΝΤΕΡΗ | 2:10.17 |
| 2016 | ΚΑΛΟΓΕΡΗ ΖΑΧΑΡΟΥΛΑ | ΗΛΥΣΙΑΚΟΣ Α.Ο. | 2:13.30 |
| 2015 | ΑΝΔΡΙΚΟΠΟΥΛΟΥ-ΓΚΙΛΑ ΕΥΘΥΜΙΑ | Α.Ε.ΧΑΪΔΑΡΙΟΥ | 2:11.63 |
| **2014** | **ΔΑΜΑΣΙΩΤΗ ΜΑΡΚΕΛΛΑ** | **Α.Ο.ΩΚΕΑΝΟΣ** | **2:08.40** |
| 2013 | ΤΡΟΥΛΟΥ ΚΥΡΙΑΚΗ | Α.Ο.ΠΑΛΑΙΟΥ ΦΑΛΗΡΟΥ | 2:13.06 |
| 2012 | ΜΠΑΚΑ ΒΑΣΙΛΙΚΗ-ΣΤΑΥΡΟΥΛΑ | Ν.Ο.ΚΑΛΑΜΑΤΑΣ | 2:11.32 |
| 2011 | ΒΟΡΔΗ ΙΩΑΝΝΑ | Γ.Σ.ΠΕΡΙΣΤΕΡΙΟΥ | 2:11.53 |
| 2010 | ΤΖΕΛΕΠΗ ΓΕΩΡΓΙΑ | Γ.Ν.Ο.ΑΡΗΣ ΝΙΚΑΙΑΣ | 2:09.92 |
| 2009 | ΧΕΙΜΩΝΑ ΕΙΡΗΝΗ | ΓΛΑΥΚΟΣ ΠΕΡΙΣΤΕΡΙΟΥ | 2:14.13 |
| 2008 | ΚΟΥΝΔΟΥΡΑΚΗ ΜΙΧΑΕΛΑ | Ν.Ο.ΡΕΘΥΜΝΟΥ | 2:14.76 |
| 2007 | ΜΗΤΡΟΥ ΕΛΕΝΗ | Α.Ο.ΩΚΕΑΝΟΣ | 2:16.52 |
| 2006 | ΜΑΝΙΟΥ ΑΛΕΞΑΝΔΡΑ | ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΟΣ Γ.Σ. | 2:09.32 |
| 2005 | ΠΑΠΑΡΟΥΠΑ ΙΩΑΝΝΑ | Κ.Ο.ΚΑΡΠΕΝΗΣΙΟΥ | 2:12.53 |
| 2004 | ΠΑΝΑΓΟΠΟΥΛΟΥ ΣΟΦΙΑ | Γ.Ν.Ο.ΑΡΗΣ ΝΙΚΑΙΑΣ | 2:09.46 |
| 2003 | ΤΣΑΜΠΑΣΙΑΝ ΒΑΣΙΛΙΚΗ | Ν.Ε.ΠΑΤΡΩΝ | 2:12.27 |
| 2002 | ΚΑΜΠΕΡΗ ΕΛΕΝΗ-ΑΝΝΑ | ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΟΣ Γ.Σ. | 2:13.18 |
| 2001 | ΤΣΑΓΚΑ ΕΥΑΓΓΕΛΙΑ | ΝΗΡΕΑΣ ΧΑΛΑΝΔΡΙΟΥ | 2:09.20 |
| 2000 | ΛΑΓΟΥΔΑΚΗ ΜΑΡΙΝΑ | Ν.Ο.ΧΑΝΙΩΝ | 2:12.30 |
| 1999 | ΔΗΜΟΣΧΑΚΗ ΖΩΗ | ΠΑΝΑΘΗΝΑΪΚΟΣ Α.Ο. | 2:10.74 |
| 1998 | ΑΓΓΕΛΟΥ ΓΕΩΡΓΙΑ | Γ.Ν.Ο.ΑΡΗΣ ΝΙΚΑΙΑΣ | 2:16.31 |
| 1997 | ΑΪΒΑΤΟΓΛΟΥ ΑΝΤΩΝΙΑ | Γ.Ν.Ο.ΑΡΗΣ ΝΙΚΑΙΑΣ | 2:15.15 |
| 1996 | ΜΕΛΑΧΡΟΙΝΟΥ ΣΤΑΜΑΤΙΑ | Γ.Ν.Ο.ΑΡΗΣ ΝΙΚΑΙΑΣ | 2:15.08 |
| 1995 | ΦΛΩΡΟΥ ΚΩΝΣΤΑΝΤΙΝΑ | ΕΘΝΙΚΟΣ Γ.Σ. | 2:10.76 |
| 1994 | ΧΡΗΣΤΙΔΗ ΙΩΑΝΝΑ | Α.Σ.ΠΕΡΑ | 2:18.10 |
| 1993 | ΛΙΟΣΗ ΚΥΡΙΑΚΗ | ΕΘΝΙΚΟΣ Γ.Σ. | 2:15.05 |
| 1992 | ΤΣΕΚΟΥΡΑ ΕΛΕΝΗ | ΕΘΝΙΚΟΣ Γ.Σ. | 2:16.21 |
| 1991 | ΑΠΟΣΤΟΛΟΥ ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ | ΕΘΝΙΚΟΣ Γ.Σ. | 2:17.10 |
| 1990 | ΜΟΥΤΖΟΥΡΗ ΑΙΚΑΤΕΡΙΝΗ | Γ.Α.Σ.ΛΕΣΒΟΥ | 2:14.85 |
| 1989 | ΠΑΝΤΟΥ ΔΗΜΗΤΡΑ | ΕΘΝΙΚΟΣ Γ.Σ. | 2:11.06 |
| 1988 | ΣΑΡΑΝΤΟΠΟΥΛΟΥ ΑΙΚΑΤΕΡΙΝΗ | ΠΑΝΙΩΝΙΟΣ Γ.Σ.Σ. | 2:14.94 |
| **400μ. ΕΛΕΥΘΕΡΟ** | | | |
| **ΕΤΟΣ** | **ΚΟΛΥΜΒΗΤΡΙΑ** | **ΣΥΛΛΟΓΟΣ** | **ΕΠΙΔΟΣΗ** |
| 2025 |  |  |  |
| 2024 | ΜΥΛΩΝΑ ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ | Α.Ο.ΩΚΕΑΝΟΣ | 4:37.88 |
| 2023 | ΒΕΝΕΤΣΑΝΟΥ ΝΕΦΕΛΗ | Α.Σ.ΚΟΛΛΕΓΙΟ ΝΤΕΡΗ | 4:37.02 |
| **2022** | **ΡΑΚΟΠΟΥΛΟΥ ΑΝΤΩΝΙΑ** | **Α.Σ.ΚΟΛΛΕΓΙΟ ΝΤΕΡΗ** | **4:27.03** |
| 2021 | - | - | - |
| 2020 | ΒΑΣΙΛΑΚΗ ΑΡΤΕΜΙΣ | Α.Ο.ΤΡΙΤΩΝΑΣ ΗΡΑΚΛΕΙΟΥ | 4:33.55 |
| 2019 | ΤΑΤΣΙΟΥ ΒΑΣΙΛΙΚΗ | Ν.Ο.ΠΑΤΡΩΝ | 4:36.35 |
| 2018 | ΑΘΑΝΑΣΟΠΟΥΛΟΥ ΙΟΥΛΙΑ | Α.Ν.Ο.ΓΛΥΦΑΔΑΣ | 4:36.86 |
| 2017 | ΤΣΑΚΑΛΙΔΗ ΜΕΛΙΝΑ | Γ.Σ.ΠΕΤΡΟΥΠΟΛΗΣ | 4:41.87 |
| 2016 | ΣΤΑΜΑΤΑΚΗ ΒΑΣΙΛΙΚΗ | ΟΛΥΜΠΙΑΔΑ 73 | 4:41.17 |
| 2015 | ΜΕΤΣΙΟΥ ΦΩΤΕΙΝΗ | Α.Ε.ΧΑΪΔΑΡΙΟΥ | 4:38.49 |
| 2014 | ΚΑΤΣΙΑΡΑ ΑΦΡΟΔΙΤΗ | Α.Ε.ΧΑΪΔΑΡΙΟΥ | 4:36.55 |
| 2013 | ΚΟΥΚΟΥΛΑ ΕΥΑΓΓΕΛΙΑ | Α.Ο.ΙΩΝΙΚΟΣ | 4:38.87 |
| 2012 | ΕΓΚΟΡΟΒΑ ΟΛΓΑ | Ν.Ο.ΒΟΥΛΙΑΓΜΕΝΗΣ | 4:39.17 |
| 2011 | ΒΟΡΔΗ ΙΩΑΝΝΑ | Γ.Σ.ΠΕΡΙΣΤΕΡΙΟΥ | 4:37.42 |
| 2010 | ΤΖΕΛΕΠΗ ΓΕΩΡΓΙΑ | Γ.Ν.Ο.ΑΡΗΣ ΝΙΚΑΙΑΣ | 4:35.99 |
| 2009 | ΚΟΥΝΗ ΑΡΤΕΜΙΣ | Κ.Ο.ΠΟΣΕΙΔΩΝ ΙΛΙΣΙΩΝ | 4:41.41 |
| 2008 | ΒΑΡΔΑ ΕΥΤΥΧΙΑ | Γ.Σ.ΠΕΡΙΣΤΕΡΙΟΥ | 4:38.37 |
| 2007 | ΤΣΑΚΩΝΑ ΙΩΑΝΝΑ | Κ.Ο.ΠΟΣΕΙΔΩΝ ΙΛΙΣΙΩΝ | 4:45.99 |
| 2006 | ΜΑΝΙΟΥ ΑΛΕΞΑΝΔΡΑ | ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΟΣ Γ.Σ. | 4:36.25 |
| 2005 | ΠΑΠΑΡΟΥΠΑ ΙΩΑΝΝΑ | Κ.Ο.ΚΑΡΠΕΝΗΣΙΟΥ | 4:41.03 |
| 2004 | ΠΑΝΑΓΟΠΟΥΛΟΥ ΣΟΦΙΑ | Γ.Ν.Ο.ΑΡΗΣ ΝΙΚΑΙΑΣ | 4:36.59 |
| 2003 | ΜΠΕΘΑΝΗ ΧΡΙΣΤΙΑΝΑ | ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΟΣ Γ.Σ. | 4:46.54 |
| 2002 | ΤΖΑΒΕΛΛΑ ΑΘΗΝΑ | ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΟΣ Γ.Σ. | 4:34.92 |
| 2001 | ΣΤΡΟΥΜΠΑ ΟΛΓΑ | Α.Ο.ΠΑΛΑΙΟΥ ΦΑΛΗΡΟΥ | 4:29.60 |
| 2000 | ΛΑΓΟΥΔΑΚΗ ΜΑΡΙΝΑ | Ν.Ο.ΧΑΝΙΩΝ | 4:38.60 |
| 1999 | ΔΗΜΟΣΧΑΚΗ ΖΩΗ | ΠΑΝΑΘΗΝΑΪΚΟΣ Α.Ο. | 4:38.48 |
| 1998 | ΑΓΓΕΛΟΥ ΓΕΩΡΓΙΑ | Γ.Ν.Ο.ΑΡΗΣ ΝΙΚΑΙΑΣ | 4:46.25 |
| 1997 | ΠΕΡΙΣΣΙΟΥ ΜΑΡΙΑ-ΧΡΙΣΤΙΝΑ | Ν.Α.Ο.ΛΑΜΙΑΣ | 4:46.74 |
| 1996 | ΠΑΤΑΤΟΥΚΑ ΚΟΡΙΝΑ | ΗΛΥΣΙΑΚΟΣ Α.Ο. | 4:42.53 |
| 1995 | ΦΛΩΡΟΥ ΚΩΝΣΤΑΝΤΙΝΑ | ΕΘΝΙΚΟΣ Γ.Σ. | 4:43.80 |
| 1994 | ΓΙΑΡΕΝΙΟΥ ΜΑΡΙΑ | ΗΛΥΣΙΑΚΟΣ Α.Ο. | 4:51.02 |
| 1993 | ΧΩΡΙΑΝΟΠΟΥΛΟΥ ΑΜΑΛΙΑ | Α.Ο.ΙΩΝΙΚΟΣ | 4:45.56 |
| 1992 | ΤΣΕΚΟΥΡΑ ΕΛΕΝΗ | ΕΘΝΙΚΟΣ Γ.Σ. | 4:48.75 |
| 1991 | ΑΠΟΣΤΟΛΟΥ ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ | ΕΘΝΙΚΟΣ Γ.Σ. | 4:46.73 |
| 1990 | ΚΑΛΦΑΔΟΠΟΥΛΟΥ ΦΩΤΕΙΝΗ | ΕΘΝΙΚΟΣ Γ.Σ. | 4:46.17 |
| 1989 | ΠΑΝΤΟΥ ΔΗΜΗΤΡΑ | ΕΘΝΙΚΟΣ Γ.Σ. | 4:37.46 |
| 1988 | ΣΚΟΡΔΑ ΜΑΡΙΑ-ΙΩΑΝΝΑ | ΕΘΝΙΚΟΣ Γ.Σ. | 4:37.90 |
| **800μ. ΕΛΕΥΘΕΡΟ** | | | |
| **ΕΤΟΣ** | **ΚΟΛΥΜΒΗΤΡΙΑ** | **ΣΥΛΛΟΓΟΣ** | **ΕΠΙΔΟΣΗ** |
| 2025 |  |  |  |
| 2024 | ΜΥΛΩΝΑ ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ | Α.Ο.ΩΚΕΑΝΟΣ | 9:31.13 |
| 2023 | ΨΑΡΟΥΔΑΚΗ ΕΙΡΗΝΗ | Α.Α.ΩΡΙΩΝΑΣ ΗΡΑΚΛΕΙΟΥ | 9:29.22 |
| **2022** | **ΡΑΚΟΠΟΥΛΟΥ ΑΝΤΩΝΙΑ** | **Α.Σ.ΚΟΛΛΕΓΙΟ ΝΤΕΡΗ** | **8:58.26** |
| 2021 | - | - | - |
| 2020 | ΒΑΣΙΛΑΚΗ ΑΡΤΕΜΙΣ | Α.Ο.ΤΡΙΤΩΝΑΣ ΗΡΑΚΛΕΙΟΥ | 9:14.90 |
| 2019 | ΧΑΜΑΛΙΔΗ ΑΝΑΣΤΑΣΙΑ | ΕΥΒΟΪΚΟΣ Γ.Α.Σ. | 9:27.67 |
| 2018 | ΓΡΗΓΟΡΑΚΗ ΕΛΕΝΗ | Ν.Ο.ΧΑΝΙΩΝ | 9:32.06 |
| 2017 | ΤΣΑΚΑΛΙΔΗ ΜΕΛΙΝΑ | Γ.Σ.ΠΕΤΡΟΥΠΟΛΗΣ | 9:32.67 |
| 2016 | ΣΤΑΜΑΤΑΚΗ ΒΑΣΙΛΙΚΗ | ΟΛΥΜΠΙΑΔΑ 73 | 9:46.00 |
| 2015 | ΓΙΑΝΝΟΠΟΥΛΟΥ ΝΕΦΕΛΗ-ΕΥΑΓΓΕΛΙΑ | Α.Ν.Ο.ΓΛΥΦΑΔΑΣ | 9:26.75 |
| 2014 | ΚΑΤΣΙΑΡΑ ΑΦΡΟΔΙΤΗ | Α.Ε.ΧΑΪΔΑΡΙΟΥ | 9:28.50 |
| 2013 | ΚΟΥΚΟΥΛΑ ΕΥΑΓΓΕΛΙΑ | Α.Ο.ΙΩΝΙΚΟΣ | 9:26.58 |
| 2012 | ΕΓΚΟΡΟΒΑ ΟΛΓΑ | Ν.Ο.ΒΟΥΛΙΑΓΜΕΝΗΣ | 9:28.72 |
| 2011 | ΜΟΙΡΑ ΠΕΡΣΕΦΟΝΗ | Α.Ε.ΧΑΪΔΑΡΙΟΥ | 9:35.68 |
| 2010 | ΤΖΕΛΕΠΗ ΓΕΩΡΓΙΑ | Γ.Ν.Ο.ΑΡΗΣ ΝΙΚΑΙΑΣ | 9:31.19 |
| 2009 | ΚΟΥΝΗ ΑΡΤΕΜΙΣ | Κ.Ο.ΠΟΣΕΙΔΩΝ ΙΛΙΣΙΩΝ | 9:36.91 |
| 2008 | ΠΑΠΠΑ ΒΑΣΙΛΙΚΗ | Α.Ε.ΧΑΪΔΑΡΙΟΥ | 9:08.14 |
| 2007 | ΤΣΑΚΩΝΑ ΙΩΑΝΝΑ | Κ.Ο.ΠΟΣΕΙΔΩΝ ΙΛΙΣΙΩΝ | 9:46.20 |
| 2006 | ΚΥΠΡΑΙΟΥ ΣΤΥΛΙΑΝΗ | Α.Ν.Ο.ΓΛΥΦΑΔΑΣ | 9:51.16 |
| 2005 | ΠΑΠΑΡΟΥΠΑ ΙΩΑΝΝΑ | Κ.Ο.ΚΑΡΠΕΝΗΣΙΟΥ | 9:33.62 |
| 2004 | ΣΟΥΒΑΤΖΟΓΛΟΥ ΜΑΡΙΑ-ΜΑΓΔΑΛΗΝΗ | Α.Ε.ΧΑΪΔΑΡΙΟΥ | 9:15.59 |
| 2003 | ΜΠΕΘΑΝΗ ΧΡΙΣΤΙΑΝΑ | ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΟΣ Γ.Σ. | 9:48.94 |
| 2002 | ΠΑΝΑΓΟΠΟΥΛΟΥ ΣΤΑΜΑΤΙΝΑ | Γ.Ν.Ο.ΑΡΗΣ ΝΙΚΑΙΑΣ | 9:37.90 |
| 2001 | ΣΤΡΟΥΜΠΑ ΟΛΓΑ | Α.Ο.ΠΑΛΑΙΟΥ ΦΑΛΗΡΟΥ | 9:15.99 |
| 2000 | ΜΑΡΓΙΟΥΚΛΑ ΘΕΟΔΩΡΑ | Α.Ε.ΧΑΪΔΑΡΙΟΥ | 9:30.34 |
| 1999 | ΚΑΛΑΪΤΖΑΚΗ ΧΑΡΙΚΛΕΙΑ | Ν.Ο.ΧΑΝΙΩΝ | 9:29.61 |
| 1998 | ΑΓΓΕΛΟΥ ΓΕΩΡΓΙΑ | Γ.Ν.Ο.ΑΡΗΣ ΝΙΚΑΙΑΣ | 9:45.14 |
| 1997 | ΑΪΒΑΤΟΓΛΟΥ ΑΝΤΩΝΙΑ | Γ.Ν.Ο.ΑΡΗΣ ΝΙΚΑΙΑΣ | 9:34.90 |
| 1996 | ΠΑΤΑΤΟΥΚΑ ΚΟΡΙΝΑ | ΗΛΥΣΙΑΚΟΣ Α.Ο. | 9:31.44 |
| 1995 | ΚΥΡΙΑΚΟΓΚΩΝΑ ΣΑΒΒΟΥΛΑ | Γ.Ν.Ο.ΑΡΗΣ ΝΙΚΑΙΑΣ | 9:42.91 |
| 1994 | ΣΕΡΒΟΥ ΙΩΑΝΝΑ | ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΟΣ Γ.Σ. | 9:47.52 |
| 1993 | ΧΩΡΙΑΝΟΠΟΥΛΟΥ ΑΜΑΛΙΑ | Α.Ο.ΙΩΝΙΚΟΣ | 9:43.11 |
| 1992 | ΜΠΕΡΕΔΗΜΑ ΕΡΡΙΚΑ | Γ.Σ.ΑΙΓΑΛΕΩ | 10:08.59 |
| 1991 | ΣΟΥΛΤΗ ΑΘΗΝΑ | ΕΘΝΙΚΟΣ Γ.Σ. | 9:56.08 |
| 1990 | ΚΑΛΦΑΔΟΠΟΥΛΟΥ ΦΩΤΕΙΝΗ | ΕΘΝΙΚΟΣ Γ.Σ. | 9:42.00 |
| 1989 | ΠΑΝΤΟΥ ΔΗΜΗΤΡΑ | ΕΘΝΙΚΟΣ Γ.Σ. | 9:30.53 |
| 1988 | ΚΑΚΙΟΥ ΚΩΝΣΤΑΝΤΙΝΑ | ΕΘΝΙΚΟΣ Γ.Σ. | 9:41.79 |
| **1500μ. ΕΛΕΥΘΕΡΟ** | | | |
| **ΕΤΟΣ** | **ΚΟΛΥΜΒΗΤΡΙΑ** | **ΣΥΛΛΟΓΟΣ** | **ΕΠΙΔΟΣΗ** |
| 2025 |  |  |  |
| 2024 | ΜΥΛΩΝΑ ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ | Α.Ο.ΩΚΕΑΝΟΣ | 18:06.63 |
| 2023 | ΨΑΡΟΥΔΑΚΗ ΕΙΡΗΝΗ | Α.Α.ΩΡΙΩΝΑΣ ΗΡΑΚΛΕΙΟΥ | 18:09.96 |
| **2022** | **ΡΑΚΟΠΟΥΛΟΥ ΑΝΤΩΝΙΑ** | **Α.Σ.ΚΟΛΛΕΓΙΟ ΝΤΕΡΗ** | **17:09.46** |
| 2021 | - | - | - |
| 2020 | ΒΑΣΙΛΑΚΗ ΑΡΤΕΜΙΣ | Α.Ο.ΤΡΙΤΩΝΑΣ ΗΡΑΚΛΕΙΟΥ | 18:01.48 |
| 2019 | ΤΑΤΣΙΟΥ ΒΑΣΙΛΙΚΗ | Ν.Ο.ΠΑΤΡΩΝ | 18:05.97 |
| 2018 | ΑΘΑΝΑΣΟΠΟΥΛΟΥ ΙΟΥΛΙΑ | Α.Ν.Ο.ΓΛΥΦΑΔΑΣ | 18:03.38 |
| **50μ. ΥΠΤΙΟ** | | | |
| **ΕΤΟΣ** | **ΚΟΛΥΜΒΗΤΡΙΑ** | **ΣΥΛΛΟΓΟΣ** | **ΕΠΙΔΟΣΗ** |
| 2025 |  |  |  |
| 2024 | ΡΟΥΜΕΛΙΩΤΗ ΚΩΝΣΤΑΝΤΙΝΑ | Α.Ε.ΧΑΪΔΑΡΙΟΥ | 32.29 |
| 2023 | ΧΑΡΟΚΟΠΟΥ ΓΑΡΥΦΑΛΛΙΑ | ΠΑΝΙΩΝΙΟΣ Γ.Σ.Σ. | 32.19 |
| 2022 | ΠΑΖΑΪΤΗ ΙΩΑΝΝΑ | Α.Σ.ΚΟΛΛΕΓΙΟ ΝΤΕΡΗ | 31.22 |
| 2021 | - | - | - |
| 2020 | ΡΑΓΚΟΥΣΗ ΘΕΟΦΑΝΙΑ | Γ.Σ.ΠΕΤΡΟΥΠΟΛΗΣ | 31.57 |
| 2019 | ΚΟΡΑΚΗ ΑΝΝΑ | Ν.Α.Σ.ΑΤΤΙΚΗΣ | 31.78 |
| 2018 | ΣΑΡΡΑ ΑΘΗΝΑ | Α.Ο.ΩΚΕΑΝΟΣ | 32.62 |
| **2017** | **ΓΕΩΡΓΟΠΟΥΛΟΥ ΙΩΑΝΝΑ** | **Α.Σ.ΚΟΛΛΕΓΙΟ ΝΤΕΡΗ** | **31.13** |
| 2016 | ΔΡΟΥΜΠΑΚΗ ΕΥΑΓΓΕΛΙΑ | Ν.Ο.ΧΑΝΙΩΝ | 31.88 |
| 2015 | ΗΛΙΟΠΟΥΛΟΥ ΝΕΦΕΛΗ | Κ.Ο.ΠΟΣΕΙΔΩΝ ΙΛΙΣΙΩΝ | 32.06 |
| 2014 | ΤΡΟΧΑΛΑΚΗ ΜΑΡΙΑ-ΜΕΛΙΝΑ | ΗΡΑΚΛΕΙΟ 91 | 32.64 |
| **100μ. ΥΠΤΙΟ** | | | |
| **ΕΤΟΣ** | **ΚΟΛΥΜΒΗΤΡΙΑ** | **ΣΥΛΛΟΓΟΣ** | **ΕΠΙΔΟΣΗ** |
| 2025 |  |  |  |
| 2024 | ΣΩΤΗΡΗ ΧΛΟΗ | Α.Ο.ΩΚΕΑΝΟΣ | 1:10.09 |
| 2023 | ΧΑΡΟΚΟΠΟΥ ΓΑΡΥΦΑΛΛΙΑ | ΠΑΝΙΩΝΙΟΣ Γ.Σ.Σ. | 1:08.56 |
| 2022 | ΠΑΖΑΪΤΗ ΙΩΑΝΝΑ | Α.Σ.ΚΟΛΛΕΓΙΟ ΝΤΕΡΗ | 1:07.00 |
| 2021 | - | - | - |
| 2020 | ΚΑΝΕΛΛΟΠΟΥΛΟΥ ΘΕΟΔΩΡΑ | Α.Ο.ΙΩΝΙΚΟΣ | 1:07.05 |
| 2019 | ΚΟΡΑΚΗ ΑΝΝΑ | Ν.Α.Σ.ΑΤΤΙΚΗΣ | 1:09.86 |
| 2018 | ΓΙΑΟΥΡΤΑ ΙΩΑΝΝΑ | ΑΡΓΟΝΑΥΤΕΣ ΗΡΑΚΛΕΙΟΥ | 1:09.24 |
| **2017** | **ΓΕΩΡΓΟΠΟΥΛΟΥ ΙΩΑΝΝΑ** | **Α.Σ.ΚΟΛΛΕΓΙΟ ΝΤΕΡΗ** | **1:05.78** |
| 2016 | ΔΟΥΒΑΡΑ ΝΑΤΑΛΙΑ | Ο.Φ.ΝΕΑΣ ΙΩΝΙΑΣ | 1:07.86 |
| 2015 | ΗΛΙΟΠΟΥΛΟΥ ΝΕΦΕΛΗ | Κ.Ο.ΠΟΣΕΙΔΩΝ ΙΛΙΣΙΩΝ | 1:07.85 |
| 2014 | ΠΑΛΛΑ ΙΩΑΝΝΑ | Α.Ν.Ο.ΓΛΥΦΑΔΑΣ | 1:09.35 |
| 2013 | ΣΑΧΑ ΙΩΑΝΝΑ | Α.Ν.Ο.ΓΛΥΦΑΔΑΣ | 1:06.30 |
| 2012 | ΛΑΜΠΑΡΔΑΚΗ ΡΟΖΑΝΝΑ | Ν.Ο.ΧΑΝΙΩΝ | 1:09.24 |
| 2011 | ΚΟΥΤΣΟΥΒΕΛΗ ΕΛΕΝΗ-ΑΝΝΑ | Α.Ο.ΝΗΡΕΑΣ ΓΕΡΑΚΑ | 1:09.55 |
| 2010 | ΚΑΡΑΜΑΛΙΚΗ ΔΙΟΝΥΣΙΑ | ΔΕΛΦΙΝΙΑ ΠΕΡΙΣΤΕΡΙΟΥ | 1:11.31 |
| 2009 | ΚΛΑΔΗ-ΜΑΡΟΥΔΑ ΜΑΡΙΑ | Α.Ε.ΧΑΪΔΑΡΙΟΥ | 1:08.64 |
| 2008 | ΜΥΛΩΝΑΚΗ ΕΛΕΥΘΕΡΙΑ | Ν.Ο.ΡΕΘΥΜΝΟΥ | 1:09.55 |
| 2007 | ΣΑΚΑΛΑΚ ΓΡΗΓΟΡΙΑ-ΑΙΚΑΤΕΡΙΝΗ | Κ.Ο.ΠΟΣΕΙΔΩΝ ΙΛΙΣΙΩΝ | 1:11.42 |
| 2006 | ΛΕΒΕΝΤΕΑ ΒΑΣΙΛΙΚΗ | Γ.Σ.ΠΕΡΙΣΤΕΡΙΟΥ | 1:11.54 |
| 2005 | ΒΕΛΟΝΑΚΗ ΦΙΛΑΡΕΤΗ | Α.Ν.Ο.ΓΛΥΦΑΔΑΣ | 1:07.32 |
| 2004 | ΣΤΕΦΑΝΗ ΣΤΕΛΛΑ | Α.Ο.ΠΑΛΑΙΟΥ ΦΑΛΗΡΟΥ | 1:07.67 |
| 2003 | ΤΣΑΡΜΠΟΥ ΧΑΡΙΣ | ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΟΣ Γ.Σ. | 1:10.96 |
| 2002 | ΜΠΟΥΜΗ ΣΤΕΛΛΑ | ΖΗΡΙΔΗ | 1:08.93 |
| 2001 | ΚΥΤΙΝΟΥ ΕΛΛΗ | Ν.Ο.ΧΑΛΚΙΔΑΣ | 1:10.99 |
| 2000 | ΣΕΡΕΜΕΤΑΚΗ ΝΙΚΟΛΕΤΤΑ-ΠΑΝΑΓΙΩΤΑ | ΕΘΝΙΚΟΣ Ο.Φ.Π.Φ. | 1:09.68 |
| 1999 | ΛΟΥΗ ΣΤΕΛΛΑ | ΕΘΝΙΚΟΣ Ο.Φ.Π.Φ. | 1:10.23 |
| 1998 | ΛΕΒΕΝΤΑΚΗ ΣΟΦΙΑ | Γ.Ν.Ο.ΑΡΗΣ ΝΙΚΑΙΑΣ | 1:14.34 |
| 1997 | ΝΙΑΝΓΚΟΥΑΡΑ ΝΕΡΥ-ΜΑΝΤΕΫ | ΝΗΡΕΑΣ ΧΑΛΑΝΔΡΙΟΥ | 1:09.79 |
| 1996 | ΚΑΡΑΣΤΕΡΓΙΟΥ ΕΙΡΗΝΗ | Ν.Α.Ο.ΛΑΜΙΑΣ | 1:10.32 |
| 1995 | ΓΕΩΡΓΙΟΥ ΕΥΑΝΘΙΑ | ΜΙΛΩΝ | 1:11.90 |
| 1994 | ΓΕΝΝΗΜΑΤΑ ΘΕΟΔΩΡΑ | ΟΛΥΜΠΙΑΚΟΣ ΠΕΙΡΑΙΩΣ | 1:09.79 |
| 1993 | ΠΕΦΑΝΗ ΕΛΛΗ | Γ.Ν.Ο.ΑΡΗΣ ΝΙΚΑΙΑΣ | 1:14.15 |
| 1992 | ΦΩΤΙΑΔΟΥ ΒΑΣΙΛΙΚΗ | ΗΛΥΣΙΑΚΟΣ Α.Ο. | 1:10.10 |
| 1991 | ΠΡΟΓΑΚΗ ΕΥΓΕΝΙΑ | ΕΘΝΙΚΟΣ Ο.Φ.Π.Φ. | 1:12.32 |
| 1990 | ΚΑΡΑΜΠΕΛΑ ΒΑΣΙΛΙΚΗ | ΗΛΥΣΙΑΚΟΣ Α.Ο. | 1:11.56 |
| 1989 | ΜΠΕΚΑ ΜΑΡΙΝΑ | ΠΑΝΙΩΝΙΟΣ Γ.Σ.Σ. | 1:10.33 |
| 1988 | ΠΑΠΑΝΔΡΕΟΥ ΕΙΡΗΝΗ | Κ.Ο.ΠΟΣΕΙΔΩΝ ΙΛΙΣΙΩΝ | 1:11.36 |
| **200μ. ΥΠΤΙΟ** | | | |
| **ΕΤΟΣ** | **ΚΟΛΥΜΒΗΤΡΙΑ** | **ΣΥΛΛΟΓΟΣ** | **ΕΠΙΔΟΣΗ** |
| 2025 |  |  |  |
| 2024 | ΣΩΤΗΡΗ ΧΛΟΗ | Α.Ο.ΩΚΕΑΝΟΣ | 2:30.97 |
| 2023 | ΧΑΡΟΚΟΠΟΥ ΓΑΡΥΦΑΛΛΙΑ | ΠΑΝΙΩΝΙΟΣ Γ.Σ.Σ. | 2:26.18 |
| 2022 | ΠΑΖΑΪΤΗ ΙΩΑΝΝΑ | Α.Σ.ΚΟΛΛΕΓΙΟ ΝΤΕΡΗ | 2:25.88 |
| 2021 | - | - | - |
| 2020 | ΡΑΓΚΟΥΣΗ ΘΕΟΦΑΝΙΑ | Γ.Σ.ΠΕΤΡΟΥΠΟΛΗΣ | 2:23.58 |
| 2019 | ΚΟΡΑΚΗ ΑΝΝΑ | Ν.Α.Σ.ΑΤΤΙΚΗΣ | 2:27.64 |
| 2018 | ΤΗΓΑΝΕΑ ΠΗΝΕΛΟΠΗ | Π.Α.Ε.ΑΡΓΗΣ | 2:29.63 |
| **2017** | **ΓΕΩΡΓΟΠΟΥΛΟΥ ΙΩΑΝΝΑ** | **Α.Σ.ΚΟΛΛΕΓΙΟ ΝΤΕΡΗ** | **2:22.43** |
| 2016 | ΔΟΥΒΑΡΑ ΝΑΤΑΛΙΑ | Ο.Φ.ΝΕΑΣ ΙΩΝΙΑΣ | 2:28.49 |
| 2015 | ΑΝΔΡΙΚΟΠΟΥΛΟΥ-ΓΚΙΛΑ ΕΥΘΥΜΙΑ | Α.Ε.ΧΑΪΔΑΡΙΟΥ | 2:23.95 |
| 2014 | ΠΑΛΛΑ ΙΩΑΝΝΑ | Α.Ν.Ο.ΓΛΥΦΑΔΑΣ | 2:28.87 |
| 2013 | ΣΑΧΑ ΙΩΑΝΝΑ | Α.Ν.Ο.ΓΛΥΦΑΔΑΣ | 2:22.58 |
| 2012 | ΜΠΕΛΛΗ ΑΦΡΟΔΙΤΗ | Α.Σ.Κ.ΑΛΜΠΑΤΡΟΣ ΑΝΩ ΛΙΟΣΙΩΝ | 2:30.50 |
| 2011 | ΠΕΤΑΡΟΥΔΗ ΜΑΡΙΑ | ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΟΣ Γ.Σ. | 2:31.02 |
| 2010 | ΟΙΚΟΝΟΜΙΔΗ ΜΑΡΙΑ | ΑΡΙΩΝ ΓΛΥΦΑΔΑΣ | 2:31.00 |
| 2009 | ΚΛΑΔΗ-ΜΑΡΟΥΔΑ ΜΑΡΙΑ | Α.Ε.ΧΑΪΔΑΡΙΟΥ | 2:25.52 |
| 2008 | ΚΑΛΑΜΒΟΚΗ ΔΑΝΑΗ | Α.Ν.Ο.ΑΡΓΥΡΟΥΠΟΛΗΣ | 2:32.55 |
| 2007 | ΓΙΑΡΕΝΗ ΑΦΡΟΔΙΤΗ | ΟΛΥΜΠΙΑΔΑ 73 | 2:32.03 |
| 2006 | ΣΤΕΦΑΝΟΥΔΑΚΗ ΙΖΑΜΠΕΛΑ | Ν.Ο.ΧΑΝΙΩΝ | 2:35.11 |
| 2005 | ΒΕΛΟΝΑΚΗ ΦΙΛΑΡΕΤΗ | Α.Ν.Ο.ΓΛΥΦΑΔΑΣ | 2:31.25 |
| 2004 | ΒΕΡΓΙΑΝΝΗ ΑΘΗΝΑ-ΣΟΦΙΑ | Γ.Ν.Ο.ΑΡΗΣ ΝΙΚΑΙΑΣ | 2:28.41 |
| 2003 | ΛΑΚΙΟΥ ΠΑΝΑΓΙΩΤΑ | Γ.Σ.ΑΙΓΑΛΕΩ | 2:36.47 |
| 2002 | ΜΠΟΥΜΗ ΣΤΕΛΛΑ | ΖΗΡΙΔΗ | 2:26.27 |
| 2001 | ΚΟΥΤΣΟΥΚΑΛΗ ΑΝΑΣΤΑΣΙΑ | Γ.Ν.Ο.ΑΡΗΣ ΝΙΚΑΙΑΣ | 2:33.88 |
| 2000 | ΣΕΡΕΜΕΤΑΚΗ ΝΙΚΟΛΕΤΤΑ-ΠΑΝΑΓΙΩΤΑ | ΕΘΝΙΚΟΣ Ο.Φ.Π.Φ. | 2:28.61 |
| 1999 | ΛΟΥΗ ΣΤΕΛΛΑ | ΕΘΝΙΚΟΣ Ο.Φ.Π.Φ. | 2:26.47 |
| 1998 | ΤΖΑΝΑΚΟΠΟΥΛΟΥ ΜΑΝΤΑΛΕΝΑ | ΗΛΥΣΙΑΚΟΣ Α.Ο. | 2:38.27 |
| 1997 | ΝΙΑΝΓΚΟΥΑΡΑ ΝΕΡΥ-ΜΑΝΤΕΫ | ΝΗΡΕΑΣ ΧΑΛΑΝΔΡΙΟΥ | 2:27.31 |
| 1996 | ΚΑΡΑΣΤΕΡΓΙΟΥ ΕΙΡΗΝΗ | Ν.Α.Ο.ΛΑΜΙΑΣ | 2:27.94 |
| 1995 | ΓΚΑΝΑ ΑΙΚΑΤΕΡΙΝΗ | ΗΛΥΣΙΑΚΟΣ Α.Ο. | 2:26.77 |
| 1994 | ΓΕΝΝΗΜΑΤΑ ΘΕΟΔΩΡΑ | ΟΛΥΜΠΙΑΚΟΣ ΠΕΙΡΑΙΩΣ | 2:28.51 |
| 1993 | ΧΩΡΙΑΝΟΠΟΥΛΟΥ ΑΜΑΛΙΑ | Α.Ο.ΙΩΝΙΚΟΣ | 2:35.30 |
| 1992 | ΦΩΤΙΑΔΟΥ ΒΑΣΙΛΙΚΗ | ΗΛΥΣΙΑΚΟΣ Α.Ο. | 2:29.90 |
| 1991 | ΠΡΟΓΑΚΗ ΕΥΓΕΝΙΑ | ΕΘΝΙΚΟΣ Ο.Φ.Π.Φ. | 2:32.98 |
| 1990 | ΚΑΡΥΣΤΙΝΟΥ ΜΑΡΙΝΑ | ΠΑΝΙΩΝΙΟΣ Γ.Σ.Σ. | 2:33.97 |
| 1989 | ΜΠΕΚΑ ΜΑΡΙΝΑ | ΠΑΝΙΩΝΙΟΣ Γ.Σ.Σ. | 2:32.63 |
| 1988 | ΠΑΠΑΝΔΡΕΟΥ ΕΙΡΗΝΗ | Κ.Ο.ΠΟΣΕΙΔΩΝ ΙΛΙΣΙΩΝ | 2:33.54 |
| **50μ. ΠΕΤΑΛΟΥΔΑ** | | | |
| **ΕΤΟΣ** | **ΚΟΛΥΜΒΗΤΡΙΑ** | **ΣΥΛΛΟΓΟΣ** | **ΕΠΙΔΟΣΗ** |
| 2025 |  |  |  |
| **2024** | **ΜΠΙΛΑΝΑΚΟΥ ΝΕΦΕΛΗ** | **Α.Ο.ΑΙΓΑΛΕΩ** | **27.51** |
| 2023 | ΕΛΑΙΟΠΟΥΛΟΥ ΑΝΔΡΟΜΑΧΗ-ΕΥΓΕΝΙΑ | Α.Ε.ΧΑΪΔΑΡΙΟΥ | 29.41 |
| 2022 | ΠΙΣΤΙΤΑΚΗ ΕΡΑΤΩ | Ν.Ο.ΧΑΝΙΩΝ | 29.85 |
| 2021 | - | - | - |
| 2020 | ΣΜΥΡΝΙΟΥ ΑΓΓΕΛΙΚΗ | Σ.Α.ΚΟΛΛΕΓΙΟ ΑΘΗΝΩΝ | 29.76 |
| 2019 | ΒΛΑΧΟΥ ΑΝΝΑ-ΑΥΓΟΥΣΤΑ | Α.Ν.Ο.ΑΡΓΥΡΟΥΠΟΛΗΣ | 29.75 |
| 2018 | ΚΑΝΑΒΟΥ ΣΟΦΙΑ | Ν.Ε.ΠΑΤΡΩΝ | 30.55 |
| 2017 | ΔΑΜΑΣΙΩΤΗ ΓΕΩΡΓΙΑ | Α.Ο.ΩΚΕΑΝΟΣ | 28.92 |
| 2016 | ΓΟΥΡΓΙΩΤΗ ΑΙΚΑΤΕΡΙΝΗ | ΠΡΩΤΕΑΣ ΛΑΜΙΑΣ | 29.77 |
| 2015 | ΠΕΣΤΛΙΚΗ ΡΑΦΑΕΛΛΑ-ΙΑΚΩΒΙΝΑ | Α.Ο.ΩΚΕΑΝΟΣ | 31.37 |
| 2014 | ΚΟΛΟΚΟΤΣΑ ΦΙΛΙΠΠΑ-ΛΕΩΝΗ | Α.Ν.Ο.ΖΑΚΥΝΘΟΥ | 29.53 |
| **100μ. ΠΕΤΑΛΟΥΔΑ** | | | |
| **ΕΤΟΣ** | **ΚΟΛΥΜΒΗΤΡΙΑ** | **ΣΥΛΛΟΓΟΣ** | **ΕΠΙΔΟΣΗ** |
| 2025 |  |  |  |
| **2024** | **ΜΠΙΛΑΝΑΚΟΥ ΝΕΦΕΛΗ** | **Α.Ο.ΑΙΓΑΛΕΩ** | **1:02.41** |
| 2023 | ΕΛΑΙΟΠΟΥΛΟΥ ΑΝΔΡΟΜΑΧΗ-ΕΥΓΕΝΙΑ | Α.Ε.ΧΑΪΔΑΡΙΟΥ | 1:05.08 |
| 2022 | ΡΩΤΑ ΣΤΥΛΙΑΝΗ | Α.Σ.ΚΟΛΛΕΓΙΟ ΝΤΕΡΗ | 1:05.84 |
| 2021 | - | - | - |
| 2020 | ΣΙΓΑΝΟΥ ΕΥΘΑΛΙΑ | Α.Σ.ΚΟΛΛΕΓΙΟ ΝΤΕΡΗ | 1:08.20 |
| 2019 | ΒΛΑΧΟΥ ΑΝΝΑ-ΑΥΓΟΥΣΤΑ | Α.Ν.Ο.ΑΡΓΥΡΟΥΠΟΛΗΣ | 1:06.02 |
| 2018 | ΚΟΚΟΛΑΚΗ ΕΥΑΓΓΕΛΙΑ | Ο.Φ.ΝΕΑΣ ΙΩΝΙΑΣ | 1:08.24 |
| 2017 | ΔΑΜΑΣΙΩΤΗ ΓΕΩΡΓΙΑ | Α.Ο.ΩΚΕΑΝΟΣ | 1:03.53 |
| 2016 | ΡΑΠΤΗ ΕΛΛΗ | ΑΡΕΤΗ ΛΑΜΙΑΣ | 1:08.34 |
| 2015 | ΠΕΣΤΛΙΚΗ ΡΑΦΑΕΛΛΑ-ΙΑΚΩΒΙΝΑ | Α.Ο.ΩΚΕΑΝΟΣ | 1:08.15 |
| 2014 | ΔΑΜΑΣΙΩΤΗ ΜΑΡΚΕΛΛΑ | Α.Ο.ΩΚΕΑΝΟΣ | 1:06.55 |
| 2013 | ΜΗΤΣΑΚΟΥ ΞΑΝΘΗ | ΝΗΡΕΑΣ ΧΑΛΑΝΔΡΙΟΥ | 1:04.94 |
| 2012 | ΜΠΑΣΔΕΚΗ ΜΑΡΙΑ | Α.Ν.Ο.ΑΡΓΥΡΟΥΠΟΛΗΣ | 1:06.02 |
| 2011 | ΡΑΔΟΥ ΜΑΡΙΑΝΘΗ | Α.Ο.ΩΚΕΑΝΟΣ | 1:07.45 |
| 2010 | ΚΟΝΤΟΜΗΤΡΟΥ ΒΑΣΙΛΙΚΗ | Σ.Κ.ΡΟΗ | 1:06.21 |
| 2009 | ΚΛΑΔΗ-ΜΑΡΟΥΔΑ ΜΑΡΙΑ | Α.Ε.ΧΑΪΔΑΡΙΟΥ | 1:06.20 |
| 2008 | ΘΩΔΗ ΜΑΡΙΝΑ | ΠΟΣΕΙΔΩΝΑΣ ΛΟΥΤΡΑΚΙΟΥ | 1:07.04 |
| 2007 | ΜΠΡΟΚΟΥ ΜΑΡΙΑ | Ν.Ο.ΑΓΙΟΥ ΝΙΚΟΛΑΟΥ | 1:11.66 |
| 2006 | ΤΣΙΑΛΤΑ ΠΑΝΑΓΙΩΤΑ | Α.Ν.Ο.ΓΛΥΦΑΔΑΣ | 1:03.75 |
| 2005 | ΤΕΡΖΗ ΑΝΔΡΙΑΝΝΑ | Α.Ν.Ο.ΓΛΥΦΑΔΑΣ | 1:06.46 |
| 2004 | ΜΗΤΣΑΚΗ ΜΑΡΙΑ | ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΟΣ Γ.Σ. | 1:07.89 |
| 2003 | ΤΣΑΡΜΠΟΥ ΧΑΡΙΣ | ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΟΣ Γ.Σ. | 1:08.37 |
| 2002 | ΚΑΜΠΕΡΗ ΕΛΕΝΗ-ΑΝΝΑ | ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΟΣ Γ.Σ. | 1:07.92 |
| 2001 | ΑΓΓΕΛΟΠΟΥΛΟΥ ΒΑΣΙΛΙΚΗ | Α.Ε.ΧΑΪΔΑΡΙΟΥ | 1:06.75 |
| 2000 | ΜΕΤΕΤΕ ΑΝΝΑ | Ν.Α.Ο.ΛΑΜΙΑΣ | 1:12.49 |
| 1999 | ΑΘΑΝΑΣΟΥΛΑ ΔΑΝΑΗ | ΠΑΝΑΘΗΝΑΪΚΟΣ Α.Ο. | 1:09.06 |
| 1998 | ΠΑΧΗ ΙΩΑΝΝΑ | ΠΟΣΕΙΔΩΝΑΣ ΠΑΤΡΩΝ | 1:10.65 |
| 1997 | ΛΟΥΗ ΑΝΑΣΤΑΣΙΑ | ΕΘΝΙΚΟΣ Ο.Φ.Π.Φ. | 1:07.52 |
| 1996 | ΣΙΔΕΡΗ ΒΑΣΙΛΙΚΗ | ΟΔΥΣΣΕΑΣ ΧΑΛΑΝΔΡΙΟΥ | 1:08.57 |
| 1995 | ΠΑΡΑΒΑΤΟΥ ΜΕΤΑΞΙΑ | ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΟΣ Γ.Σ. | 1:09.58 |
| 1994 | ΚΟΥΜΟΥΤΖΗ ΕΛΕΝΗ | ΖΑΟΝ | 1:12.50 |
| 1993 | ΣΥΝΑΧΕΙΡΗ ΚΥΡΙΑΚΗ | ΕΘΝΙΚΟΣ Γ.Σ. | 1:12.04 |
| 1992 | ΜΕΤΑΛΛΗΝΟΥ ΟΛΓΑ | ΗΛΥΣΙΑΚΟΣ Α.Ο. | 1:12.52 |
| 1991 | ΚΑΝΕΛΛΟΠΟΥΛΟΥ ΜΑΡΙΑ-ΓΕΩΡΓΙΑ | ΠΑΝΙΩΝΙΟΣ Γ.Σ.Σ. | 1:14.28 |
| 1990 | ΚΑΡΥΣΤΙΝΟΥ ΜΑΡΙΝΑ | ΠΑΝΙΩΝΙΟΣ Γ.Σ.Σ. | 1:07.93 |
| 1989 | ΜΠΙΟΝΤΙΝΙ ΜΑΡΙΑ | ΗΛΥΣΙΑΚΟΣ Α.Ο. | 1:10.43 |
| 1988 | ΑΝΑΒΑΛΟΓΛΟΥ ΘΑΛΕΙΑ | ΗΛΥΣΙΑΚΟΣ Α.Ο. | 1:12.42 |
| **200μ. ΠΕΤΑΛΟΥΔΑ** | | | |
| **ΕΤΟΣ** | **ΚΟΛΥΜΒΗΤΡΙΑ** | **ΣΥΛΛΟΓΟΣ** | **ΕΠΙΔΟΣΗ** |
| 2025 |  |  |  |
| 2024 | ΒΑΤΙΚΙΩΤΗ ΛΥΔΙΑ | Ν.Σ.ΠΑΛΑΙΜΩΝ | 2:25.65 |
| 2023 | ΕΛΑΙΟΠΟΥΛΟΥ ΑΝΔΡΟΜΑΧΗ-ΕΥΓΕΝΙΑ | Α.Ε.ΧΑΪΔΑΡΙΟΥ | 2:23.24 |
| 2022 | ΡΩΤΑ ΣΤΥΛΙΑΝΗ | Α.Σ.ΚΟΛΛΕΓΙΟ ΝΤΕΡΗ | 2:29.08 |
| 2021 | - | - | - |
| 2020 | ΣΙΓΑΝΟΥ ΕΥΘΑΛΙΑ | Α.Σ.ΚΟΛΛΕΓΙΟ ΝΤΕΡΗ | 2:31.25 |
| 2019 | ΒΛΑΧΟΥ ΑΝΝΑ-ΑΥΓΟΥΣΤΑ | Α.Ν.Ο.ΑΡΓΥΡΟΥΠΟΛΗΣ | 2:32.32 |
| 2018 | ΚΟΚΚΙΝΗ ΕΛΕΝΗ | ΟΛΥΜΠΙΑΔΑ 73 | 2:28.54 |
| **2017** | **ΔΑΜΑΣΙΩΤΗ ΓΕΩΡΓΙΑ** | **Α.Ο.ΩΚΕΑΝΟΣ** | **2:19.67** |
| 2016 | ΡΑΠΤΗ ΕΛΛΗ | ΑΡΕΤΗ ΛΑΜΙΑΣ | 2:32.95 |
| 2015 | ΠΕΣΤΛΙΚΗ ΡΑΦΑΕΛΛΑ-ΙΑΚΩΒΙΝΑ | Α.Ο.ΩΚΕΑΝΟΣ | 2:25.83 |
| 2014 | ΣΤΕΦΑΝΟΥ ΕΛΕΝΗ-ΜΑΡΙΑ | Α.Ε.ΧΑΪΔΑΡΙΟΥ | 2:27.18 |
| 2013 | ΜΗΤΣΑΚΟΥ ΞΑΝΘΗ | ΝΗΡΕΑΣ ΧΑΛΑΝΔΡΙΟΥ | 2:24.70 |
| 2012 | ΠΑΝΑΓΟΠΟΥΛΟΥ ΠΑΝΑΓΙΩΤΑ | ΠΡΩΤΕΑΣ ΛΑΜΙΑΣ | 2:25.88 |
| 2011 | ΡΑΔΟΥ ΜΑΡΙΑΝΘΗ | Α.Ο.ΩΚΕΑΝΟΣ | 2:27.96 |
| 2010 | ΚΥΡΙΛΗ ΑΝΑΣΤΑΣΙΑ | Α.Ε.ΧΑΪΔΑΡΙΟΥ | 2:23.68 |
| 2009 | ΕΖΑΤ ΕΛΕΥΘΕΡΙΑ | ΤΡΙΤΩΝ | 2:27.69 |
| 2008 | ΘΩΔΗ ΜΑΡΙΝΑ | ΠΟΣΕΙΔΩΝΑΣ ΛΟΥΤΡΑΚΙΟΥ | 2:30.84 |
| 2007 | ΓΙΑΡΕΝΗ ΑΦΡΟΔΙΤΗ | ΟΛΥΜΠΙΑΔΑ 73 | 2:35.84 |
| 2006 | ΤΣΙΑΛΤΑ ΠΑΝΑΓΙΩΤΑ | Α.Ν.Ο.ΓΛΥΦΑΔΑΣ | 2:21.09 |
| 2005 | ΔΡΑΚΟΝΤΑΕΙΔΗ ΔΗΜΗΤΡΑ | Α.Ο.ΙΩΝΙΚΟΣ | 2:23.99 |
| 2004 | ΣΟΥΒΑΤΖΟΓΛΟΥ ΜΑΡΙΑ-ΜΑΓΔΑΛΗΝΗ | Α.Ε.ΧΑΪΔΑΡΙΟΥ | 2:25.51 |
| 2003 | ΒΑΛΙΑΔΗ ΣΟΦΙΑ | ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΟΣ Γ.Σ. | 2:36.44 |
| 2002 | ΚΟΥΡΗ ΠΑΝΑΓΙΩΤΑ | ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΟΣ Γ.Σ. | 2:28.48 |
| 2001 | ΑΓΓΕΛΟΠΟΥΛΟΥ ΒΑΣΙΛΙΚΗ | Α.Ε.ΧΑΪΔΑΡΙΟΥ | 2:20.79 |
| 2000 | ΠΟΥΜΠΟΥΡΙΔΟΥ ΑΛΕΞΑΝΔΡΑ | ΕΘΝΙΚΟΣ Ο.Φ.Π.Φ. | 2:30.40 |
| 1999 | ΑΘΑΝΑΣΟΥΛΑ ΔΑΝΑΗ | ΠΑΝΑΘΗΝΑΪΚΟΣ Α.Ο. | 2:30.24 |
| 1998 | ΜΩΥΣΟΓΛΟΥ ΕΙΡΗΝΗ | Α.Ο.ΙΩΝΙΚΟΣ | 2:39.50 |
| 1997 | ΛΟΥΗ ΑΝΑΣΤΑΣΙΑ | ΕΘΝΙΚΟΣ Ο.Φ.Π.Φ. | 2:31.85 |
| 1996 | ΣΙΔΕΡΗ ΒΑΣΙΛΙΚΗ | ΟΔΥΣΣΕΑΣ ΧΑΛΑΝΔΡΙΟΥ | 2:27.53 |
| 1995 | ΠΑΡΑΒΑΤΟΥ ΜΕΤΑΞΙΑ | ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΟΣ Γ.Σ. | 2:31.57 |
| 1994 | ΑΛΙΦΡΑΓΚΗ ΣΤΑΥΡΟΥΛΑ | ΟΛΥΜΠΙΑΚΟΣ ΠΕΙΡΑΙΩΣ | 2:38.23 |
| 1993 | ΤΣΙΡΟΠΟΥΛΟΥ ΕΙΡΗΝΗ | ΕΘΝΙΚΟΣ Ο.Φ.Π.Φ. | 2:31.85 |
| 1992 | ΤΣΕΚΟΥΡΑ ΕΛΕΝΗ | ΕΘΝΙΚΟΣ Γ.Σ. | 2:40.03 |
| 1991 | ΚΑΝΕΛΛΟΠΟΥΛΟΥ ΜΑΡΙΑ-ΓΕΩΡΓΙΑ | ΠΑΝΙΩΝΙΟΣ Γ.Σ.Σ. | 2:46.15 |
| 1990 | ΚΑΡΥΣΤΙΝΟΥ ΜΑΡΙΝΑ | ΠΑΝΙΩΝΙΟΣ Γ.Σ.Σ. | 2:30.10 |
| 1989 | ΜΠΕΚΑ ΜΑΡΙΝΑ | ΠΑΝΙΩΝΙΟΣ Γ.Σ.Σ. | 2:32.51 |
| 1988 | ΜΠΑΚΟΥΣΗ ΒΑΣΙΛΕΙΑ | Ε.Γ.Ο.ΗΡΑΚΛΕΙΟΥ | 2:38.28 |
| **50μ. ΠΡΟΣΘΙΟ** | | | |
| **ΕΤΟΣ** | **ΚΟΛΥΜΒΗΤΡΙΑ** | **ΣΥΛΛΟΓΟΣ** | **ΕΠΙΔΟΣΗ** |
| 2025 |  |  |  |
| 2024 | ΚΟΛΕΤΣΟΥ ΜΕΛΙΝΑ | Α.Ν.Ο.ΑΡΓΥΡΟΥΠΟΛΗΣ | 34.92 |
| 2023 | ΔΟΞΙΑΔΗ ΑΛΕΞΑΝΔΡΑ | Α.Ο.ΩΚΕΑΝΟΣ | 34.49 |
| 2022 | ΝΙΚΗΦΟΡΟΥ ΑΙΚΑΤΕΡΙΝΗ-ΚΩΝΣΤΑΝΤΙΝΑ | Σ.Κ.ΡΟΗ | 35.12 |
| 2021 | - | - | - |
| 2020 | ΧΑΣΙΑΚΟΥ ΕΛΕΝΗ | ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΟΣ Γ.Σ. | 35.16 |
| 2019 | ΝΙΚΗΤΑΚΗ ΧΡΥΣΑΥΓΗ | Κ.Ο.ΠΟΣΕΙΔΩΝ ΙΛΙΣΙΩΝ | 35.56 |
| **2018** | **ΑΓΓΕΛΑΚΗ ΧΑΡΑ** | **Ν.Ο.ΗΛΙΟΥΠΟΛΗΣ** | **34.10** |
| 2017 | ΧΑΛΚΙΔΟΥ ΛΥΔΙΑ | ΟΛΥΜΠΙΑΚΟΣ ΠΕΙΡΑΙΩΣ | 35.42 |
| 2016 | ΚΛΟΥΚΙΝΑ ΑΘΑΝΑΣΙΑ | ΑΙΟΛΟΣ ΠΕΤΡΟΥΠΟΛΗΣ | 35.35 |
| 2015 | ΜΟΥΤΣΙΟΥ ΑΡΕΤΗ | Ν.Ο.ΗΛΙΟΥΠΟΛΗΣ | 35.98 |
| 2014 | ΠΑΥΛΟΠΟΥΛΟΥ ΓΕΩΡΓΙΑ | Κ.Ο.ΠΟΣΕΙΔΩΝ ΙΛΙΣΙΩΝ | 34.57 |
| **100μ. ΠΡΟΣΘΙΟ** | | | |
| **ΕΤΟΣ** | **ΚΟΛΥΜΒΗΤΡΙΑ** | **ΣΥΛΛΟΓΟΣ** | **ΕΠΙΔΟΣΗ** |
| 2025 |  |  |  |
| 2024 | ΦΥΡΟΓΕΝΗ ΑΝΝΑ | Α.Ο.ΩΚΕΑΝΟΣ | 1:18.19 |
| 2023 | ΔΟΞΙΑΔΗ ΑΛΕΞΑΝΔΡΑ | Α.Ο.ΩΚΕΑΝΟΣ | 1:15.96 |
| 2022 | ΖΑΡΜΠΟΥΤΗ ΑΡΕΤΗ | Α.Σ.ΚΟΛΛΕΓΙΟ ΝΤΕΡΗ | 1:16.32 |
| 2021 | - | - | - |
| 2020 | ΠΡΕΒΕΝΙΟΥ ΑΙΚΑΤΕΡΙΝΗ | ΠΑΝΙΩΝΙΟΣ Γ.Σ.Σ. | 1:17.75 |
| 2019 | ΧΑΡΑ ΑΓΑΠΗ | ΠΑΝΙΩΝΙΟΣ Γ.Σ.Σ. | 1:15.98 |
| 2018 | ΑΓΓΕΛΑΚΗ ΧΑΡΑ | Ν.Ο.ΗΛΙΟΥΠΟΛΗΣ | 1:14.72 |
| 2017 | ΣΙΓΑΝΟΥ ΖΩΗ | Α.Σ.ΚΟΛΛΕΓΙΟ ΝΤΕΡΗ | 1:16.60 |
| 2016 | ΚΛΟΥΚΙΝΑ ΑΘΑΝΑΣΙΑ | ΑΙΟΛΟΣ ΠΕΤΡΟΥΠΟΛΗΣ | 1:18.10 |
| **2015** | **ΠΑΥΛΟΠΟΥΛΟΥ ΝΙΚΟΛΕΤΑ** | **Α.Ο.ΩΚΕΑΝΟΣ** | **1:14.60** |
| 2014 | ΝΑΣΙΟΥ ΑΝΝΑ-ΜΑΡΙΑ | ΑΡΓΟΝΑΥΤΕΣ ΗΡΑΚΛΕΙΟΥ | 1:15.88 |
| 2013 | ΣΥΡΙΓΟΥ ΑΝΑΣΤΑΣΙΑ | Α.Ν.Ο.ΑΡΓΥΡΟΥΠΟΛΗΣ | 1:14.90 |
| 2012 | ΜΑΥΡΑΝΤΖΑ ΑΓΓΕΛΙΚΗ-ΜΑΡΙΑ | Α.Σ.Κ.ΑΛΜΠΑΤΡΟΣ ΑΝΩ ΛΙΟΣΙΩΝ | 1:15.26 |
| 2011 | ΣΚΟΒΟΛΑ ΚΩΝΣΤΑΝΤΙΝΑ | Α.Ν.Ο.ΑΡΓΥΡΟΥΠΟΛΗΣ | 1:20.41 |
| 2010 | ΚΑΤΣΟΥΛΗ ΝΙΚΟΛΕΤΤΑ | Σ.Κ.ΡΟΗ | 1:18.59 |
| 2009 | ΧΑΤΖΕΛΗ ΑΝΑΣΤΑΣΙΑ | ΑΡΓΟΝΑΥΤΕΣ ΜΥΤΙΛΗΝΗΣ | 1:17.61 |
| 2008 | ΚΑΒΒΑΔΙΑ ΕΛΕΝΗ-ΙΩΑΝΝΑ | ΙΛΙΟΝ | 1:15.76 |
| 2007 | ΛΕΟΝΑΡΔΟΥ ΜΑΡΙΑΝΝΑ | ΝΕΟ ΨΥΧΙΚΟ | 1:19.88 |
| 2006 | ΒΑΣΙΛΕΙΑΔΗ ΕΜΜΑΝΟΥΕΛΑ | Α.Ο.ΙΩΝΙΚΟΣ | 1:16.16 |
| 2005 | ΠΑΠΑΗΛΙΑ ΚΩΝΣΤΑΝΤΙΝΑ | Α.Ν.Ο.ΓΛΥΦΑΔΑΣ | 1:17.44 |
| 2004 | ΜΠΑΡΜΠΑ ΑΦΡΟΔΙΤΗ | ΠΑΝΙΩΝΙΟΣ Γ.Σ.Σ. | 1:22.92 |
| 2003 | ΜΠΟΥΜΗ ΜΑΡΓΑΡΙΤΑ | Α.Ο.ΩΚΕΑΝΟΣ | 1:23.44 |
| 2002 | ΑΝΔΡΕΑΔΗ ΛΥΔΙΑ | ΖΗΡΙΔΗ | 1:20.02 |
| 2001 | ΑΓΓΕΛΟΠΟΥΛΟΥ ΑΘΑΝΑΣΙΑ | Ν.Ε.ΠΑΤΡΩΝ | 1:17.57 |
| 2000 | ΝΙΚΟΛΗ ΒΑΣΙΛΙΚΗ | ΠΑΝΑΘΗΝΑΪΚΟΣ Α.Ο. | 1:18.15 |
| 1999 | ΚΑΤΣΟΥΛΑ ΕΥΔΟΚΙΑ | Α.Ο.ΚΗΦΙΣΙΑΣ | 1:18.03 |
| 1998 | ΠΡΙΤΣΙΝΑ ΔΕΣΠΟΙΝΑ | Κ.Ο.ΠΟΣΕΙΔΩΝ ΙΛΙΣΙΩΝ | 1:16.80 |
| 1997 | ΠΙΣΤΕΛΑ ΕΛΛΗ | Γ.Σ.ΑΙΓΑΛΕΩ | 1:23.42 |
| 1996 | ΚΑΒΑΡΝΟΥ ΒΑΣΙΛΙΚΗ | Γ.Α.Σ.ΛΕΣΒΟΥ | 1:18.36 |
| 1995 | ΔΑΝΗ ΜΑΡΙΑ | ΜΙΛΩΝ | 1:19.18 |
| 1994 | ΨΑΡΡΑ ΔΕΣΠΟΙΝΑ | Π.Ε.Κ.Ε.ΒΡΟΝΤΑΔΩΝ | 1:22.41 |
| 1993 | ΝΙΚΟΛΙΝΑΚΟΥ ΚΩΝΣΤΑΝΤΙΝΑ | ΕΘΝΙΚΟΣ Ο.Φ.Π.Φ. | 1:20.55 |
| 1992 | ΓΡΑΜΜΑΤΙΚΟΠΟΥΛΟΥ ΑΝΑΣΤΑΣΙΑ | ΠΑΝΙΩΝΙΟΣ Γ.Σ.Σ. | 1:20.94 |
| 1991 | ΣΑΡΑΚΑΤΣΑΝΗ ΑΙΚΑΤΕΡΙΝΗ | Ν.Ο.ΚΑΛΑΜΑΚΙΟΥ | 1:21.56 |
| 1990 | ΜΟΡΤΟΓΛΟΥ ΑΙΚΑΤΕΡΙΝΗ | Ν.Ο.ΧΑΝΙΩΝ | 1:21.02 |
| 1989 | ΙΩΑΝΝΙΔΟΥ ΓΑΛΑΤΕΙΑ | ΗΛΥΣΙΑΚΟΣ Α.Ο. | 1:18.50 |
| 1988 | ΑΡΔΑΒΑΝΗ ΣΟΦΙΑ | ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΟΣ Γ.Σ. | 1:18.98 |
| **200μ. ΠΡΟΣΘΙΟ** | | | |
| **ΕΤΟΣ** | **ΚΟΛΥΜΒΗΤΡΙΑ** | **ΣΥΛΛΟΓΟΣ** | **ΕΠΙΔΟΣΗ** |
| 2025 |  |  |  |
| 2024 | ΦΥΡΟΓΕΝΗ ΑΝΝΑ | Α.Ο.ΩΚΕΑΝΟΣ | 2:48.12 |
| 2023 | ΔΟΞΙΑΔΗ ΑΛΕΞΑΝΔΡΑ | Α.Ο.ΩΚΕΑΝΟΣ | 2:43.65 |
| 2022 | ΖΑΡΜΠΟΥΤΗ ΑΡΕΤΗ | Α.Σ.ΚΟΛΛΕΓΙΟ ΝΤΕΡΗ | 2:41.78 |
| 2021 | - | - | - |
| 2020 | ΠΙΚΟΥΛΗ ΚΩΝΣΤΑΝΤΙΝΑ | Α.Ε.ΧΑΪΔΑΡΙΟΥ | 2:46.03 |
| 2019 | ΧΑΡΑ ΑΓΑΠΗ | ΠΑΝΙΩΝΙΟΣ Γ.Σ.Σ. | 2:44.78 |
| 2018 | ΑΓΓΕΛΑΚΗ ΧΑΡΑ | Ν.Ο.ΗΛΙΟΥΠΟΛΗΣ | 2:45.08 |
|  | & ΔΕΣΤΕ ΣΟΦΙΑ | Α.Ο.ΝΗΡΕΑΣ ΓΕΡΑΚΑ | 2:45.08 |
| 2017 | ΣΙΓΑΝΟΥ ΖΩΗ | Α.Σ.ΚΟΛΛΕΓΙΟ ΝΤΕΡΗ | 2:43.67 |
| 2016 | ΛΑΡΔΑ ΜΑΡΙΑΝΘΗ | ΟΛΥΜΠΙΑΚΟΣ ΠΕΙΡΑΙΩΣ | 2:50.83 |
| **2015** | **ΠΑΥΛΟΠΟΥΛΟΥ ΝΙΚΟΛΕΤΑ** | **Α.Ο.ΩΚΕΑΝΟΣ** | **2:37.72** |
| 2014 | ΚΟΝΤΟΓΕΩΡΓΟΥ ΕΛΕΝΗ | Σ.Κ.ΡΟΗ | 2:44.17 |
| 2013 | ΣΥΡΙΓΟΥ ΑΝΑΣΤΑΣΙΑ | Α.Ν.Ο.ΑΡΓΥΡΟΥΠΟΛΗΣ | 2:41.76 |
| 2012 | ΜΑΥΡΑΝΤΖΑ ΑΓΓΕΛΙΚΗ-ΜΑΡΙΑ | Α.Σ.Κ.ΑΛΜΠΑΤΡΟΣ ΑΝΩ ΛΙΟΣΙΩΝ | 2:43.64 |
| 2011 | ΣΚΟΒΟΛΑ ΚΩΝΣΤΑΝΤΙΝΑ | Α.Ν.Ο.ΑΡΓΥΡΟΥΠΟΛΗΣ | 2:51.21 |
| 2010 | ΚΑΤΣΟΥΛΗ ΝΙΚΟΛΕΤΤΑ | Σ.Κ.ΡΟΗ | 2:47.13 |
| 2009 | ΧΑΤΖΕΛΗ ΑΝΑΣΤΑΣΙΑ | ΑΡΓΟΝΑΥΤΕΣ ΜΥΤΙΛΗΝΗΣ | 2:50.07 |
| 2008 | ΚΑΒΒΑΔΙΑ ΕΛΕΝΗ-ΙΩΑΝΝΑ | ΙΛΙΟΝ | 2:46.40 |
| 2007 | ΛΕΟΝΑΡΔΟΥ ΜΑΡΙΑΝΝΑ | ΝΕΟ ΨΥΧΙΚΟ | 2:50.50 |
| 2006 | ΚΑΡΕΛΗ ΑΘΗΝΑ | Α.Ο.ΩΚΕΑΝΟΣ | 2:49.75 |
| 2005 | ΠΑΠΑΗΛΙΑ ΚΩΝΣΤΑΝΤΙΝΑ | Α.Ν.Ο.ΓΛΥΦΑΔΑΣ | 2:47.74 |
| 2004 | ΒΟΥΛΑ ΔΑΝΑΗ | Ν.Ο.ΜΥΤΙΛΗΝΗΣ | 2:58.87 |
| 2003 | ΧΑΤΖΗ ΒΙΚΤΩΡΙΑ | ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΟΣ Γ.Σ. | 2:48.88 |
| 2002 | ΚΟΥΚΟΥΒΙΤΑΚΗ ΓΕΩΡΓΙΑ | Γ.Σ.ΕΛΕΥΘΕΡΙΟΣ ΒΕΝΙΖΕΛΟΣ | 2:49.21 |
| 2001 | ΑΓΓΕΛΟΠΟΥΛΟΥ ΑΘΑΝΑΣΙΑ | Ν.Ε.ΠΑΤΡΩΝ | 2:48.20 |
| 2000 | ΝΙΚΟΛΗ ΒΑΣΙΛΙΚΗ | ΠΑΝΑΘΗΝΑΪΚΟΣ Α.Ο. | 2:50.77 |
| 1999 | ΔΑΚΟΥΤΡΟΥ ΜΑΡΙΑ | ΟΔΥΣΣΕΑΣ ΧΑΛΑΝΔΡΙΟΥ | 2:49.18 |
| 1998 | ΠΡΙΤΣΙΝΑ ΔΕΣΠΟΙΝΑ | Κ.Ο.ΠΟΣΕΙΔΩΝ ΙΛΙΣΙΩΝ | 2:47.56 |
| 1997 | ΓΚΕΖΕΡΛΗ ΦΙΛΟΜΗΛΑ | ΟΛΥΜΠΙΑΚΟΣ ΠΕΙΡΑΙΩΣ | 2:47.32 |
| 1996 | ΚΑΒΑΡΝΟΥ ΒΑΣΙΛΙΚΗ | Γ.Α.Σ.ΛΕΣΒΟΥ | 2:48.40 |
| 1995 | ΔΑΝΗ ΜΑΡΙΑ | ΜΙΛΩΝ | 2:53.62 |
| 1994 | ΣΑΡΑΝΤΗ ΑΡΓΥΡΩ | Ν.Ο.ΧΙΟΥ | 2:59.26 |
| 1993 | ΝΙΚΟΛΙΝΑΚΟΥ ΚΩΝΣΤΑΝΤΙΝΑ | ΕΘΝΙΚΟΣ Ο.Φ.Π.Φ. | 2:54.96 |
| 1992 | ΓΡΑΜΜΑΤΙΚΟΠΟΥΛΟΥ ΑΝΑΣΤΑΣΙΑ | ΠΑΝΙΩΝΙΟΣ Γ.Σ.Σ. | 2:54.40 |
| 1991 | ΣΑΡΑΚΑΤΣΑΝΗ ΑΙΚΑΤΕΡΙΝΗ | Ν.Ο.ΚΑΛΑΜΑΚΙΟΥ | 2:58.46 |
| 1990 | ΜΟΡΤΟΓΛΟΥ ΑΙΚΑΤΕΡΙΝΗ | Ν.Ο.ΧΑΝΙΩΝ | 2:51.84 |
| 1989 | ΒΙΤΩΡΑΤΟΥ ΒΙΚΤΩΡΙΑ | ΠΑΝΑΘΗΝΑΪΚΟΣ Α.Ο. | 2:50.43 |
| 1988 | ΑΡΔΑΒΑΝΗ ΣΟΦΙΑ | ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΟΣ Γ.Σ. | 2:46.19 |
| **200μ. ΜΙΚΤΗ ΑΤΟΜΙΚΗ** | | | |
| **ΕΤΟΣ** | **ΚΟΛΥΜΒΗΤΡΙΑ** | **ΣΥΛΛΟΓΟΣ** | **ΕΠΙΔΟΣΗ** |
| 2025 |  |  |  |
| 2024 | ΒΑΣΙΛΕΙΟΥ ΕΛΕΥΘΕΡΙΑ | Α.Ο.ΑΙΓΑΛΕΩ | 2:28.27 |
| 2023 | ΣΤΡΑΤΑΚΗ ΜΑΡΙΑ-ΕΥΦΡΟΣΥΝΗ | Α.Ο.ΠΡΩΤΑΘΛΗΤΕΣ ΗΡΑΚΛΕΙΟΥ | 2:23.91 |
| 2022 | ΜΠΕΣΙΟΥ ΜΑΡΙΑ | Γ.Σ.ΠΕΡΙΣΤΕΡΙΟΥ | 2:30.42 |
| 2021 | - | - | - |
| 2020 | ΧΑΣΙΑΚΟΥ ΕΛΕΝΗ | ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΟΣ Γ.Σ. | 2:34.54 |
| 2019 | ΚΑΡΑΘΑΝΟΥ ΦΩΤΕΙΝΗ | Α.Ο.ΠΑΛΑΙΟΥ ΦΑΛΗΡΟΥ | 2:28.46 |
| 2018 | ΓΙΑΟΥΡΤΑ ΙΩΑΝΝΑ | ΑΡΓΟΝΑΥΤΕΣ ΗΡΑΚΛΕΙΟΥ | 2:31.59 |
| 2017 | ΚΑΠΡΙΝΗ ΔΑΝΑΗ | Α.Σ.ΚΟΛΛΕΓΙΟ ΝΤΕΡΗ | 2:30.24 |
| 2016 | ΓΙΟΚΑΡΗ ΙΖΑΜΠΕΛΛΑ | Ν.Α.Σ.ΑΤΤΙΚΗΣ | 2:28.62 |
| **2015** | **ΠΑΥΛΟΠΟΥΛΟΥ ΝΙΚΟΛΕΤΑ** | **Α.Ο.ΩΚΕΑΝΟΣ** | **2:21.66** |
| 2014 | ΠΑΥΛΟΠΟΥΛΟΥ ΓΕΩΡΓΙΑ | Κ.Ο.ΠΟΣΕΙΔΩΝ ΙΛΙΣΙΩΝ | 2:28.92 |
| 2013 | ΣΑΧΑ ΙΩΑΝΝΑ | Α.Ν.Ο.ΓΛΥΦΑΔΑΣ | 2:26.07 |
| 2012 | ΜΠΑΣΔΕΚΗ ΜΑΡΙΑ | Α.Ν.Ο.ΑΡΓΥΡΟΥΠΟΛΗΣ | 2:28.35 |
| 2011 | ΓΑΛΑΝΟΠΟΥΛΟΥ ΑΡΤΕΜΙΣ-ΑΘΑΝΑΣΙΑ | Γ.Σ.ΠΕΡΙΣΤΕΡΙΟΥ | 2:31.03 |
| 2010 | ΚΥΡΙΛΗ ΑΝΑΣΤΑΣΙΑ | Α.Ε.ΧΑΪΔΑΡΙΟΥ | 2:28.97 |
| 2009 | ΧΑΤΖΕΛΗ ΑΝΑΣΤΑΣΙΑ | ΑΡΓΟΝΑΥΤΕΣ ΜΥΤΙΛΗΝΗΣ | 2:31.62 |
| 2008 | ΠΑΠΠΑ ΒΑΣΙΛΙΚΗ | Α.Ε.ΧΑΪΔΑΡΙΟΥ | 2:26.76 |
| 2007 | ΖΟΥΜΗ ΣΟΦΙΑ | Κ.Ο.ΠΟΣΕΙΔΩΝ ΙΛΙΣΙΩΝ | 2:37.18 |
| 2006 | ΒΑΣΙΛΕΙΑΔΗ ΕΜΜΑΝΟΥΕΛΑ | Α.Ο.ΙΩΝΙΚΟΣ | 2:35.92 |
| 2005 | ΚΑΛΟΚΥΡΗ ΕΦΡΑΙΜΙΑ | Γ.Σ.ΠΕΡΙΣΤΕΡΙΟΥ | 2:26.84 |
| 2004 | ΜΗΤΣΑΚΗ ΜΑΡΙΑ | ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΟΣ Γ.Σ. | 2:30.68 |
| 2003 | ΧΑΤΖΗ ΒΙΚΤΩΡΙΑ | ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΟΣ Γ.Σ. | 2:32.00 |
| 2002 | ΤΖΑΒΕΛΛΑ ΑΘΗΝΑ | ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΟΣ Γ.Σ. | 2:26.88 |
| 2001 | ΤΖΑΜΑΝΤΑΚΗ ΣΩΤΗΡΙΑ | Ν.Ο.ΡΕΘΥΜΝΟΥ | 2:33.54 |
| 2000 | ΠΟΥΜΠΟΥΡΙΔΟΥ ΑΛΕΞΑΝΔΡΑ | ΕΘΝΙΚΟΣ Ο.Φ.Π.Φ. | 2:31.25 |
| 1999 | ΔΑΚΟΥΤΡΟΥ ΜΑΡΙΑ | ΟΔΥΣΣΕΑΣ ΧΑΛΑΝΔΡΙΟΥ | 2:35.67 |
| 1998 | ΠΑΧΗ ΙΩΑΝΝΑ | ΠΟΣΕΙΔΩΝΑΣ ΠΑΤΡΩΝ | 2:32.11 |
| 1997 | ΓΚΕΖΕΡΛΗ ΦΙΛΟΜΗΛΑ | ΟΛΥΜΠΙΑΚΟΣ ΠΕΙΡΑΙΩΣ | 2:33.51 |
| 1996 | ΑΠΟΣΚΙΤΗ ΣΤΕΛΛΑ | Ν.Ο.ΠΑΤΡΩΝ | 2:31.02 |
| 1995 | ΓΚΑΝΑ ΑΙΚΑΤΕΡΙΝΗ | ΗΛΥΣΙΑΚΟΣ Α.Ο. | 2:30.45 |
| 1994 | ΨΑΡΡΑ ΔΕΣΠΟΙΝΑ | Π.Ε.Κ.Ε.ΒΡΟΝΤΑΔΩΝ | 2:37.70 |
| 1993 | ΤΣΙΡΟΠΟΥΛΟΥ ΕΙΡΗΝΗ | ΕΘΝΙΚΟΣ Ο.Φ.Π.Φ. | 2:39.03 |
| 1992 | ΦΩΤΙΑΔΟΥ ΒΑΣΙΛΙΚΗ | ΗΛΥΣΙΑΚΟΣ Α.Ο. | 2:34.84 |
| 1991 | ΠΡΟΓΑΚΗ ΕΥΓΕΝΙΑ | ΕΘΝΙΚΟΣ Ο.Φ.Π.Φ. | 2:38.76 |
| 1990 | ΜΟΥΤΖΟΥΡΗ ΑΙΚΑΤΕΡΙΝΗ | Γ.Α.Σ.ΛΕΣΒΟΥ | 2:37.09 |
| 1989 | ΙΩΑΝΝΙΔΟΥ ΓΑΛΑΤΕΙΑ | ΗΛΥΣΙΑΚΟΣ Α.Ο. | 2:39.95 |
| 1988 | ΣΚΟΡΔΑ ΜΑΡΙΑ-ΙΩΑΝΝΑ | ΕΘΝΙΚΟΣ Γ.Σ. | 2:32.49 |
| **400μ. ΜΙΚΤΗ ΑΤΟΜΙΚΗ** | | | |
| **ΕΤΟΣ** | **ΚΟΛΥΜΒΗΤΡΙΑ** | **ΣΥΛΛΟΓΟΣ** | **ΕΠΙΔΟΣΗ** |
| 2025 |  |  |  |
| 2024 | ΒΑΣΙΛΕΙΟΥ ΕΛΕΥΘΕΡΙΑ | Α.Ο.ΑΙΓΑΛΕΩ | 5:16.84 |
| 2023 | ΣΤΡΑΤΑΚΗ ΜΑΡΙΑ-ΕΥΦΡΟΣΥΝΗ | Α.Ο.ΠΡΩΤΑΘΛΗΤΕΣ ΗΡΑΚΛΕΙΟΥ | 5:17.58 |
| 2022 | ΡΩΤΑ ΣΤΥΛΙΑΝΗ | Α.Σ.ΚΟΛΛΕΓΙΟ ΝΤΕΡΗ | 5:14.93 |
| 2021 | - | - | - |
| 2020 | ΜΑΚΡΗ ΓΕΩΡΓΙΑ | Γ.Σ.ΠΕΤΡΟΥΠΟΛΗΣ | 5:22.86 |
| 2019 | ΠΑΠΑΔΑΚΗ ΜΑΡΟΥΣΑ | ΕΘΝΙΚΟΣ Ο.Φ.Π.Φ. | 5:18.43 |
| 2018 | ΚΟΚΚΙΝΗ ΕΛΕΝΗ | ΟΛΥΜΠΙΑΔΑ 73 | 5:28.37 |
| 2017 | ΜΟΣΧΟΝΑ ΣΤΥΛΙΑΝΗ | Κ.Ο.ΠΟΣΕΙΔΩΝ ΙΛΙΣΙΩΝ | 5:15.53 |
| 2016 | ΣΤΑΜΑΤΑΚΗ ΒΑΣΙΛΙΚΗ | ΟΛΥΜΠΙΑΔΑ 73 | 5:18.73 |
| 2015 | ΚΑΝΕΛΛΟΠΟΥΛΟΥ ΑΣΠΑΣΙΑ | Α.Ε.ΧΑΪΔΑΡΙΟΥ | 5:18.45 |
| 2014 | ΣΤΕΦΑΝΟΥ ΕΛΕΝΗ-ΜΑΡΙΑ | Α.Ε.ΧΑΪΔΑΡΙΟΥ | 5:18.86 |
| 2013 | ΛΕΜΠΛ ΗΛΕΚΤΡΑ-ΒΑΡΒΑΡΑ | Κ.Ο.ΠΟΣΕΙΔΩΝ ΙΛΙΣΙΩΝ | 5:11.73 |
| 2012 | ΜΠΑΣΔΕΚΗ ΜΑΡΙΑ | Α.Ν.Ο.ΑΡΓΥΡΟΥΠΟΛΗΣ | 5:10.79 |
| 2011 | ΓΑΛΑΝΟΠΟΥΛΟΥ ΑΡΤΕΜΙΣ-ΑΘΑΝΑΣΙΑ | Γ.Σ.ΠΕΡΙΣΤΕΡΙΟΥ | 5:21.03 |
| 2010 | ΚΥΡΙΛΗ ΑΝΑΣΤΑΣΙΑ | Α.Ε.ΧΑΪΔΑΡΙΟΥ | 5:07.17 |
| 2009 | ΕΖΑΤ ΕΛΕΥΘΕΡΙΑ | ΤΡΙΤΩΝ | 5:21.22 |
| 2008 | ΠΑΠΠΑ ΒΑΣΙΛΙΚΗ | Α.Ε.ΧΑΪΔΑΡΙΟΥ | 5:06.72 |
| 2007 | ΤΣΑΚΩΝΑ ΙΩΑΝΝΑ | Κ.Ο.ΠΟΣΕΙΔΩΝ ΙΛΙΣΙΩΝ | 5:23.86 |
| 2006 | ΣΤΑΜΟΥΛΗ ΦΩΤΕΙΝΗ | Κ.Ο.ΚΑΡΠΕΝΗΣΙΟΥ | 5:20.14 |
| 2005 | ΚΑΛΟΚΥΡΗ ΕΦΡΑΙΜΙΑ | Γ.Σ.ΠΕΡΙΣΤΕΡΙΟΥ | 5:10.36 |
| 2004 | ΜΗΤΣΑΚΗ ΜΑΡΙΑ | ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΟΣ Γ.Σ. | 5:16.66 |
| 2003 | ΧΑΤΖΗ ΒΙΚΤΩΡΙΑ | ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΟΣ Γ.Σ. | 5:21.71 |
| 2002 | ΤΖΑΒΕΛΛΑ ΑΘΗΝΑ | ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΟΣ Γ.Σ. | 5:09.44 |
| **2001** | **ΑΓΓΕΛΟΠΟΥΛΟΥ ΒΑΣΙΛΙΚΗ** | **Α.Ε.ΧΑΪΔΑΡΙΟΥ** | **4:59.21** |
| 2000 | ΠΟΥΜΠΟΥΡΙΔΟΥ ΑΛΕΞΑΝΔΡΑ | ΕΘΝΙΚΟΣ Ο.Φ.Π.Φ. | 5:18.10 |
| 1999 | ΔΗΜΟΣΧΑΚΗ ΖΩΗ | ΠΑΝΑΘΗΝΑΪΚΟΣ Α.Ο. | 5:23.76 |
| 1998 | ΠΑΧΗ ΙΩΑΝΝΑ | ΠΟΣΕΙΔΩΝΑΣ ΠΑΤΡΩΝ | 5:27.75 |
| 1997 | ΓΚΕΖΕΡΛΗ ΦΙΛΟΜΗΛΑ | ΟΛΥΜΠΙΑΚΟΣ ΠΕΙΡΑΙΩΣ | 5:20.33 |
| 1996 | ΑΠΟΣΚΙΤΗ ΣΤΕΛΛΑ | Ν.Ο.ΠΑΤΡΩΝ | 5:15.05 |
| 1995 | ΓΚΑΝΑ ΑΙΚΑΤΕΡΙΝΗ | ΗΛΥΣΙΑΚΟΣ Α.Ο. | 5:18.28 |
| 1994 | ΑΝΔΡΟΥΤΣΟΥ ΓΕΩΡΓΙΑ | Γ.Σ.ΑΙΓΑΛΕΩ | 5:34.54 |
| 1993 | ΤΣΙΡΟΠΟΥΛΟΥ ΕΙΡΗΝΗ | ΕΘΝΙΚΟΣ Ο.Φ.Π.Φ. | 5:30.26 |
| 1992 | ΤΑΒΟΥΡΟΓΛΟΥ ΧΡΙΣΤΙΝΑ | Ν.Ο.ΡΕΘΥΜΝΟΥ | 5:34.55 |
| 1991 | ΣΟΥΛΤΗ ΑΘΗΝΑ | ΕΘΝΙΚΟΣ Γ.Σ. | 5:39.37 |
| 1990 | ΦΙΛΙΠΠΑΤΟΥ ΕΥΑΓΓΕΛΙΑ | ΠΑΝΙΩΝΙΟΣ Γ.Σ.Σ. | 5:37.21 |
| 1989 | ΜΠΟΥΡΙΘΗ ΗΛΙΑΝΑ | Α.Ν.Ο.ΓΛΥΦΑΔΑΣ | 5:34.65 |
| 1988 | ΟΙΚΟΝΟΜΟΥ ΚΕΡΑΣΩ | ΗΛΥΣΙΑΚΟΣ Α.Ο. | 5:37.89 |