|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| IMG_256 **ΧΡΥΣΑ ΜΕΤΑΛΛΙΑ ΧΕΙΜΕΡΙΝΩΝ ΠΡΩΤΑΘΛΗΜΑΤΩΝ ΒΟΡΕΙΟΥ ΕΛΛΑΔΟΣ ΠΑΓΚΟΡΑΣΙΔΩΝ Β** | | | |
| **50μ. ΕΛΕΥΘΕΡΟ** | | | |
| **ΕΤΟΣ** | **ΚΟΛΥΜΒΗΤΡΙΑ** | **ΣΥΛΛΟΓΟΣ** | **ΕΠΙΔΟΣΗ** |
| 2025 |  |  |  |
| 2024 | ΔΑΝΙΗΛ ΚΩΝΣΤΑΝΤΙΝΑ | ΠΑΟΚ | 28.98 |
| 2023 | ΓΙΤΟΠΟΥΛΟΥ ΠΑΝΑΓΙΩΤΑ | Κ.Α.ΝΑΟΥΣΑ | 29.77 |
| 2022 | ΤΣΙΓΓΕΝΗ ΦΑΝΗ | ΔΕΛΦΙΝΙΑ ΠΤΟΛΕΜΑΪΔΑΣ | 29.00 |
| 2021 | - | - | - |
| 2020 | ΜΕΡΤΖΙΜΕΚΗ ΝΙΚΟΛΙΝΑ-ΑΝΑΣΤΑΣΙΑ | ΑΡΗΣ | 29.13 |
| 2019 | ΠΡΟΒΙΔΑ ΠΗΝΕΛΟΠΗ-ΚΩΝΣΤΑΝΤΙΝΑ | Ο.Ε.Α.Ν.Α.ΒΟΛΟΥ | 29.01 |
| 2018 | ΚΟΤΑΝΙΔΟΥ ΚΩΝΣΤΑΝΤΙΝΑ | ΑΘΛΗΤΙΚΗ ΑΚΑΔΗΜΙΑ ΑΣΤΕΡΙΑ | 28.31 |
| 2017 | ΤΡΙΑΝΤΑΦΥΛΛΙΔΗ ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ | Ν.Ο.ΒΟΛΟΥ ΑΡΓΟΝΑΥΤΕΣ | 29.27 |
| 2016 | ΒΑΣΙΛΟΠΟΥΛΟΥ ΒΑΣΙΛΙΚΗ | ΝΙΚΗ ΒΟΛΟΥ | 28.59 |
| 2015 | ΚΙΡΤΣΟΓΛΟΥ ΒΑΣΙΛΙΚΗ-ΜΑΡΙΑ | ΑΡΗΣ | 29.48 |
| 2014 | ΠΑΠΑΓΙΑΝΝΗ ΓΕΩΡΓΙΑ | Κ.Ε.ΚΟΖΑΝΗΣ | 28.75 |
| **2013** | **ΜΑΡΚΑΝΤΕ ΔΕΣΠΟΙΝΑ** | **Ο.Φ.ΘΑΛΑΣΣΗΣ** | **27.45** |
| 2012 | ΡΑΥΤΟΠΟΥΛΟΥ ΦΙΛΙΩ | ΗΡΑΚΛΗΣ | 29.11 |
| 2011 | ΠΑΠΑΓΙΑΝΝΗ ΦΡΕΙΔΕΡΙΚΗ | ΑΤΛΑΣ ΚΟΖΑΝΗΣ | 28.66 |
| 2010 | ΤΖΟΥΝΑΚΟΥ ΑΝΑΣΤΑΣΙΑ-ΜΑΡΙΑ | ΝΗΡΕΑΣ ΒΕΡΟΙΑΣ | 29.43 |
| 2009 | ΠΑΝΤΗ ΕΛΙΣΑΒΕΤ | Χ.Α.Ν.ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗΣ | 28.74 |
| 2008 | ΜΠΑΓΙΩΤΗ ΑΦΡΟΔΙΤΗ-ΜΑΡΙΑ | Ν.Ο.ΛΑΡΙΣΑΣ | 28.86 |
| 2007 | ΙΑΚΩΒΙΔΟΥ ΘΕΜΙΔΑ | ΕΘΝΙΚΟΣ ΚΟΖΑΝΗΣ | 28.11 |
| 2006 | ΚΟΝΣΑΛΑΚΗ ΧΡΙΣΤΙΝΑ | Ο.Φ.Θ.ΑΛΕΞΑΝΔΡΟΥΠΟΛΗΣ | 28.67 |
| 2005 | ΚΑΡΟΥΤΑ ΒΑΣΙΛΙΚΗ | ΝΗΡΕΑΣ ΑΛΕΞΑΝΔΡΟΥΠΟΛΗΣ | 29.51 |
| 2004 | ΑΓΓΟΥΡΑ ΒΑΣΙΛΙΚΗ | Ο.Φ.ΘΑΛΑΣΣΗΣ | 29.10 |
| 2003 | ΚΥΡΙΑΖΙΔΟΥ ΑΘΗΝΑ | Γ.Α.Σ.ΚΟΜΟΤΗΝΗΣ | 29.70 |
| 2002 | ΠΑΥΛΑΚΗ ΝΙΚΟΛΕΤΤΑ | Κ.Ο.ΔΡΑΜΑΣ | 29.74 |
| 2001 | ΤΟΣΚΑ ΧΑΡΙΚΛΕΙΑ | ΑΛΜΠΑΤΡΟΣ ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗΣ | 29.10 |
| 2000 | ΑΝΑΣΤΑΣΙΑΔΟΥ ΜΑΡΙΑ | ΠΑΟΚ | 29.19 |
| 1999 | ΜΥΛΩΣΗ ΔΟΜΙΝΙΚΗ-ΕΛΕΝΗ | ΑΡΗΣ | 29.47 |
| 1998 | ΣΑΚΑΛΗ ΒΑΪΑ | Ν.Ο.ΑΛΕΞΑΝΔΡΟΥΠΟΛΗΣ | 30.48 |
| 1997 | ΔΕΜΕΡΤΖΗ ΜΑΡΙΑ | ΑΡΗΣ | 30.33 |
| 1996 | ΠΑΠΑΔΟΠΟΥΛΟΥ ΕΥΑΓΓΕΛΙΑ | ΠΑΟΚ | 29.97 |
| 1995 | ΜΠΛΙΑΜΟΥ ΑΙΚΑΤΕΡΙΝΗ | ΠΑΝΣΕΡΡΑΪΚΟΣ | 28.64 |
| 1994 | ΜΠΟΛΟΜΥΤΗ ΜΑΡΙΑ | ΗΡΑΚΛΗΣ | 30.22 |
| 1993 | ΚΟΥΤΡΟΚΟΗ ΘΕΟΔΩΡΑ | ΑΛΜΠΑΤΡΟΣ ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗΣ | 29.65 |
| 1992 | ΚΑΡΑΛΗ ΜΑΡΙΑ | ΑΛΜΠΑΤΡΟΣ ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗΣ | 30.47 |
| 1991 | ΡΕΠΑΝΗ ΑΝΝΑ | ΑΛΜΠΑΤΡΟΣ ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗΣ | 28.39 |
| 1990 | ΜΠΑΝΤΙΑΚΑ ΕΛΕΝΗ | ΑΛΜΠΑΤΡΟΣ ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗΣ | 29.61 |
| 1989 | ΜΟΣΧΟΥΛΗ ΑΝΑΣΤΑΣΙΑ | Χ.Α.Ν.ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗΣ | 30.36 |
| 1988 | ΚΟΥΡΚΟΥΤΙΔΟΥ ΓΕΩΡΓΙΑ | ΠΑΟΚ | 29.09 |
| **100μ. ΕΛΕΥΘΕΡΟ** | | | |
| **ΕΤΟΣ** | **ΚΟΛΥΜΒΗΤΡΙΑ** | **ΣΥΛΛΟΓΟΣ** | **ΕΠΙΔΟΣΗ** |
| 2025 |  |  |  |
| 2024 | ΖΥΓΟΜΑΝΗ ΑΙΚΑΤΕΡΙΝΗ | ΑΘΛΗΤΙΚΗ ΑΚΑΔΗΜΙΑ ΑΣΤΕΡΙΑ | 1:02.67 |
| 2023 | ΝΙΖΑΜΗ ΙΟΥΛΙΑ | Ο.Ε.Α.Ν.Α.ΒΟΛΟΥ | 1:05.21 |
| 2022 | ΤΣΙΓΓΕΝΗ ΦΑΝΗ | ΔΕΛΦΙΝΙΑ ΠΤΟΛΕΜΑΪΔΑΣ | 1:04.73 |
| 2021 | - | - | - |
| 2020 | ΜΕΡΤΖΙΜΕΚΗ ΝΙΚΟΛΙΝΑ-ΑΝΑΣΤΑΣΙΑ | ΑΡΗΣ | 1:03.76 |
| 2019 | ΠΡΟΒΙΔΑ ΠΗΝΕΛΟΠΗ-ΚΩΝΣΤΑΝΤΙΝΑ | Ο.Ε.Α.Ν.Α.ΒΟΛΟΥ | 1:02.32 |
| 2018 | ΚΟΤΑΝΙΔΟΥ ΚΩΝΣΤΑΝΤΙΝΑ | ΑΘΛΗΤΙΚΗ ΑΚΑΔΗΜΙΑ ΑΣΤΕΡΙΑ | 1:01.95 |
| 2017 | ΗΜΕΡΙΔΟΥ ΘΕΟΔΩΡΑ-ΑΘΑΝΑΣΙΑ | ΑΘΛΗΤΙΚΗ ΑΚΑΔΗΜΙΑ ΑΣΤΕΡΙΑ | 1:02.98 |
| 2016 | ΒΑΣΙΛΟΠΟΥΛΟΥ ΒΑΣΙΛΙΚΗ | ΝΙΚΗ ΒΟΛΟΥ | 1:01.80 |
| 2015 | ΜΕΝΤΕΚΙΔΗ ΑΝΑΣΤΑΣΙΑ | ΝΙΚΗ ΒΟΛΟΥ | 1:04.16 |
| 2014 | ΠΑΠΑΓΙΑΝΝΗ ΓΕΩΡΓΙΑ | Κ.Ε.ΚΟΖΑΝΗΣ | 1:03.87 |
| **2013** | **ΜΑΡΚΑΝΤΕ ΔΕΣΠΟΙΝΑ** | **Ο.Φ.ΘΑΛΑΣΣΗΣ** | **59.71** |
| 2012 | ΚΡΗΤΙΚΟΥ ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ | Α.Γ.Σ.ΠΟΣΕΙΔΩΝΑΣ ΚΑΛΑΜΑΡΙΑΣ | 1:02.78 |
| 2011 | ΠΑΠΑΓΙΑΝΝΗ ΦΡΕΙΔΕΡΙΚΗ | ΑΤΛΑΣ ΚΟΖΑΝΗΣ | 1:03.53 |
| 2010 | ΣΚΛΑΒΟΥΝΟΥ ΜΑΓΔΑΛΗΝΗ-ΧΡΙΣΤΙΝΑ | ΠΑΟΚ | 1:04.61 |
| 2009 | ΠΑΝΤΗ ΕΛΙΣΑΒΕΤ | Χ.Α.Ν.ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗΣ | 1:02.84 |
| 2008 | ΚΑΡΑΝΤΑΚΟΥ ΣΤΑΥΡΟΥΛΑ | Ο.Ε.Α.Ν.Α.ΒΟΛΟΥ | 1:03.29 |
| 2007 | ΙΑΚΩΒΙΔΟΥ ΘΕΜΙΔΑ | ΕΘΝΙΚΟΣ ΚΟΖΑΝΗΣ | 1:01.60 |
| 2006 | ΙΑΚΩΒΙΔΟΥ ΘΕΜΙΔΑ | ΕΘΝΙΚΟΣ ΚΟΖΑΝΗΣ | 1:03.30 |
| 2005 | ΚΟΥΤΣΙΚΑ ΔΗΜΗΤΡΑ | ΑΡΗΣ | 1:05.03 |
| 2004 | ΑΓΓΟΥΡΑ ΒΑΣΙΛΙΚΗ | Ο.Φ.ΘΑΛΑΣΣΗΣ | 1:03.93 |
| 2003 | ΤΖΙΟΒΑΡΑ ΕΥΡΙΔΙΚΗ | Α.Κ.Ο.ΤΡΙΚΑΛΩΝ | 1:06.39 |
| 2002 | ΧΑΤΖΗ ΧΡΙΣΤΙΝΑ | ΗΡΑΚΛΗΣ | 1:07.02 |
| 2001 | ΤΟΣΚΑ ΧΑΡΙΚΛΕΙΑ | ΑΛΜΠΑΤΡΟΣ ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗΣ | 1:03.39 |
| 2000 | ΑΝΑΣΤΑΣΙΑΔΟΥ ΜΑΡΙΑ | ΠΑΟΚ | 1:04.87 |
| 1999 | ΜΥΛΩΣΗ ΔΟΜΙΝΙΚΗ-ΕΛΕΝΗ | ΑΡΗΣ | 1:06.34 |
| 1998 | ΣΗΦΑΚΗ ΕΙΡΗΝΗ | ΗΡΑΚΛΗΣ | 1:06.53 |
| 1997 | ΔΕΜΕΡΤΖΗ ΜΑΡΙΑ | ΑΡΗΣ | 1:06.70 |
| 1996 | ΠΑΠΑΔΟΠΟΥΛΟΥ ΕΥΑΓΓΕΛΙΑ | ΠΑΟΚ | 1:04.77 |
| 1995 | ΜΠΛΙΑΜΟΥ ΑΙΚΑΤΕΡΙΝΗ | ΠΑΝΣΕΡΡΑΪΚΟΣ | 1:04.55 |
| 1994 | ΜΠΟΛΟΜΥΤΗ ΜΑΡΙΑ | ΗΡΑΚΛΗΣ | 1:06.85 |
| 1993 | ΣΚΟΥΒΑΚΛΗ ΜΑΡΙΑ | ΑΛΜΠΑΤΡΟΣ ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗΣ | 1:06.05 |
| 1992 | ΚΑΡΑΛΗ ΜΑΡΙΑ | ΑΛΜΠΑΤΡΟΣ ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗΣ | 1:07.63 |
| 1991 | ΡΕΠΑΝΗ ΑΝΝΑ | ΑΛΜΠΑΤΡΟΣ ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗΣ | 1:04.22 |
| 1990 | ΒΑΛΑΤΣΟΥ ΧΡΙΣΤΙΝΑ | Κ.Ο.ΚΑΡΔΙΤΣΑΣ | 1:02.55 |
| 1989 | ΔΑΝΤΣΗ ΦΩΤΕΙΝΗ | ΠΑΟΚ | 1:07.51 |
| 1988 | ΚΟΥΡΚΟΥΤΙΔΟΥ ΓΕΩΡΓΙΑ | ΠΑΟΚ | 1:03.89 |
| **200μ. ΕΛΕΥΘΕΡΟ** | | | |
| **ΕΤΟΣ** | **ΚΟΛΥΜΒΗΤΡΙΑ** | **ΣΥΛΛΟΓΟΣ** | **ΕΠΙΔΟΣΗ** |
| 2025 |  |  |  |
| 2024 | ΔΑΝΙΗΛ ΚΩΝΣΤΑΝΤΙΝΑ | ΠΑΟΚ | 2:21.00 |
| 2023 | ΧΑΡΑΛΑΜΠΙΔΗ ΧΡΙΣΤΙΝΑ | ΝΗΡΕΑΣ ΟΡΕΣΤΙΑΔΑΣ | 2:20.27 |
| 2022 | ΠΑΥΛΟΥ ΘΕΟΦΑΝΙΑ | ΑΤΛΑΣ ΙΩΑΝΝΙΝΩΝ | 2:23.66 |
| 2021 | - | - | - |
| 2020 | ΜΕΡΤΖΙΜΕΚΗ ΝΙΚΟΛΙΝΑ-ΑΝΑΣΤΑΣΙΑ | ΑΡΗΣ | 2:18.01 |
| 2019 | ΠΑΥΛΙΔΟΥ ΜΑΡΙΑ-ΔΕΣΠΟΙΝΑ | Κ.Ο.ΔΡΑΜΑΣ | 2:17.53 |
| 2018 | ΛΑΦΑΡΑ ΧΡΙΣΤΙΝΑ | Ο.Κ.ΝΑΟΥΣΑ | 2:18.94 |
| **2017** | **ΤΣΑΛΟΥΧΟΥ ΧΑΡΟΥΛΑ** | **ΝΙΚΗ ΒΟΛΟΥ** | **2:13.70** |
| 2016 | ΒΑΣΙΛΟΠΟΥΛΟΥ ΒΑΣΙΛΙΚΗ | ΝΙΚΗ ΒΟΛΟΥ | 2:15.10 |
| 2015 | ΜΕΝΤΕΚΙΔΗ ΑΝΑΣΤΑΣΙΑ | ΝΙΚΗ ΒΟΛΟΥ | 2:16.90 |
| 2014 | ΚΥΝΗΓΟΠΟΥΛΟΥ ΙΩΑΝΝΑ | ΑΡΗΣ | 2:22.06 |
| 2013 | ΜΑΡΚΑΝΤΕ ΔΕΣΠΟΙΝΑ | Ο.Φ.ΘΑΛΑΣΣΗΣ | 2:14.58 |
| 2012 | ΚΡΗΤΙΚΟΥ ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ | Α.Γ.Σ.ΠΟΣΕΙΔΩΝΑΣ ΚΑΛΑΜΑΡΙΑΣ | 2:13.94 |
| 2011 | ΠΑΠΑΓΙΑΝΝΗ ΦΡΕΙΔΕΡΙΚΗ | ΑΤΛΑΣ ΚΟΖΑΝΗΣ | 2:18.23 |
| 2010 | ΚΑΦΑΝΤΑΡΗ ΦΑΝΗ | Α.Κ.Ο.ΤΡΙΚΑΛΩΝ | 2:23.64 |
| 2009 | ΚΛΩΝΑΡΗ ΔΑΝΑΗ | ΕΝΩΣΗ ΣΥΚΕΩΝ ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗΣ | 2:19.67 |
| 2008 | ΛΙΟΥΠΗ ΑΡΤΕΜΙΣ | Ο.Ε.Α.Ν.Α.ΒΟΛΟΥ | 2:22.25 |
| 2007 | ΙΑΚΩΒΙΔΟΥ ΘΕΜΙΔΑ | ΕΘΝΙΚΟΣ ΚΟΖΑΝΗΣ | 2:14.25 |
| 2006 | ΒΑΡΕΛΤΖΙΔΟΥ ΕΛΕΝΗ | ΑΡΗΣ | 2:19.08 |
| 2005 | ΚΟΥΤΣΙΚΑ ΔΗΜΗΤΡΑ | ΑΡΗΣ | 2:22.95 |
| 2004 | ΑΓΓΟΥΡΑ ΒΑΣΙΛΙΚΗ | Ο.Φ.ΘΑΛΑΣΣΗΣ | 2:19.84 |
| 2003 | ΑΝΔΡΙΩΤΗ ΜΕΡΟΠΗ | Ν.Ο.ΚΑΒΑΛΑΣ | 2:22.51 |
| 2002 | ΜΠΙΓΓΟΥ ΙΟΥΛΙΑ | ΠΟΣΕΙΔΩΝΑΣ ΙΩΑΝΝΙΝΩΝ | 2:19.43 |
| 2001 | ΜΙΧΑΗΛΙΔΟΥ ΑΙΚΑΤΕΡΙΝΗ | ΑΛΜΠΑΤΡΟΣ ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗΣ | 2:23.11 |
| 2000 | ΜΑΥΡΙΔΟΥ-ΜΑΝΤΕΡΗ ΕΙΡΗΝΗ | Ο.Θ.Α.ΚΑΒΑΛΑΣ | 2:23.04 |
| 1999 | ΚΟΠΑΝΑ ΝΙΚΗ | ΗΡΑΚΛΗΣ | 2:24.03 |
| 1998 | ΣΤΙΚΟΥΔΗ ΑΙΚΑΤΕΡΙΝΗ | ΠΑΟΚ | 2:23.61 |
| 1997 | ΜΠΟΥΡΟΥΤΖΗ ΑΝΝΥ | ΝΗΡΕΑΣ ΑΛΕΞΑΝΔΡΟΥΠΟΛΗΣ | 2:23.37 |
| 1996 | ΠΑΠΑΔΟΠΟΥΛΟΥ ΕΥΑΓΓΕΛΙΑ | ΠΑΟΚ | 2:20.37 |
| 1995 | ΦΩΤΟΠΟΥΛΟΥ ΜΑΡΙΑ | Α.Κ.Α.ΚΑΡΔΙΤΣΑΣ | 2:16.03 |
| 1994 | ΜΠΟΛΟΜΥΤΗ ΜΑΡΙΑ | ΗΡΑΚΛΗΣ | 2:23.38 |
| 1993 | ΔΙΒΑΝΙΔΟΥ ΕΛΕΥΘΕΡΙΑ | ΑΛΜΠΑΤΡΟΣ ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗΣ | 2:19.80 |
| 1992 | ΠΑΠΑΡΝΑΚΗ ΑΙΚΑΤΕΡΙΝΗ | ΑΛΜΠΑΤΡΟΣ ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗΣ | 2:23.05 |
| 1991 | ΑΘΑΝΑΣΙΑΔΗ ΜΑΡΙΑ | Ν.Ο.ΚΑΒΑΛΑΣ | 2:24.28 |
| 1990 | ΒΑΛΑΤΣΟΥ ΧΡΙΣΤΙΝΑ | Κ.Ο.ΚΑΡΔΙΤΣΑΣ | 2:15.07 |
| 1989 | ΧΑΤΖΗΓΕΩΡΓΙΟΥ ΓΕΩΡΓΙΑ | ΑΡΗΣ | 2:20.95 |
| 1988 | ΚΟΥΡΚΟΥΤΙΔΟΥ ΓΕΩΡΓΙΑ | ΠΑΟΚ | 2:16.08 |
| **400μ. ΕΛΕΥΘΕΡΟ** | | | |
| **ΕΤΟΣ** | **ΚΟΛΥΜΒΗΤΡΙΑ** | **ΣΥΛΛΟΓΟΣ** | **ΕΠΙΔΟΣΗ** |
| 2025 |  |  |  |
| 2024 | ΘΕΟΔΩΡΟΥ ΝΕΦΕΛΗ | ΠΑΣ ΓΙΑΝΝΙΝΑ | 4:57.13 |
| 2023 | ΧΑΡΑΛΑΜΠΙΔΗ ΧΡΙΣΤΙΝΑ | ΝΗΡΕΑΣ ΟΡΕΣΤΙΑΔΑΣ | 4:55.98 |
| 2022 | ΛΙΑΚΟΥ ΖΩΗ | Ν.Ο.ΛΑΡΙΣΑΣ | 5:03.00 |
| 2021 | - | - | - |
| 2020 | ΠΑΠΑΝΙΚΟΛΗ ΧΡΙΣΤΙΝΑ | ΑΘΛΗΤΙΚΗ ΑΚΑΔΗΜΙΑ ΑΣΤΕΡΙΑ | 4:47.67 |
| 2019 | ΠΑΥΛΙΔΟΥ ΜΑΡΙΑ-ΔΕΣΠΟΙΝΑ | Κ.Ο.ΔΡΑΜΑΣ | 4:48.83 |
| 2018 | ΛΑΦΑΡΑ ΧΡΙΣΤΙΝΑ | Ο.Κ.ΝΑΟΥΣΑ | 4:51.13 |
| 2017 | ΤΣΑΛΟΥΧΟΥ ΧΑΡΟΥΛΑ | ΝΙΚΗ ΒΟΛΟΥ | 4:41.80 |
| 2016 | ΧΡΙΣΤΟΔΟΥΛΟΥ ΣΤΥΛΙΑΝΗ | ΠΟΣΕΙΔΩΝΑΣ ΙΩΑΝΝΙΝΩΝ | 4:47.73 |
| 2015 | ΚΙΩΣΙΑ ΑΛΕΞΙΑ | ΝΙΚΗ ΒΟΛΟΥ | 4:50.02 |
| 2014 | ΚΟΚΚΑΛΗ ΕΛΕΟΝΩΡΑ | Κ.Ο.ΙΩΑΝΝΙΝΩΝ | 4:49.41 |
| 2013 | ΔΗΜΑΡΑΚΗ ΔΗΜΗΤΡΑ | Κ.Ο.ΔΡΑΜΑΣ | 4:59.58 |
| 2012 | ΚΡΗΤΙΚΟΥ ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ | Α.Γ.Σ.ΠΟΣΕΙΔΩΝΑΣ ΚΑΛΑΜΑΡΙΑΣ | 4:44.68 |
| 2011 | ΒΑΣΙΟΥ ΜΑΡΙΑΝΝΑ | Χ.Α.Ν.ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗΣ | 4:48.28 |
| 2010 | ΖΩΓΡΑΦΟΥ ΓΕΩΡΓΙΑ | ΠΑΟΚ | 4:52.13 |
| 2009 | ΚΛΩΝΑΡΗ ΔΑΝΑΗ | ΕΝΩΣΗ ΣΥΚΕΩΝ ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗΣ | 4:55.62 |
| 2008 | ΛΙΟΥΠΗ ΑΡΤΕΜΙΣ | Ο.Ε.Α.Ν.Α.ΒΟΛΟΥ | 4:55.22 |
| 2007 | ΣΤΑΥΡΙΔΟΥ ΝΙΚΗ | Ν.Ο.ΚΑΒΑΛΑΣ | 4:53.65 |
| 2006 | ΔΟΒΛΕΤΟΓΛΟΥ ΕΥΘΥΜΙΑ | ΔΙΑΣ ΚΑΤΕΡΙΝΗΣ | 4:52.95 |
| 2005 | ΑΘΑΝΑΣΙΑΔΟΥ ΑΝΑΣΤΑΣΙΑ | ΔΙΑΣ ΚΑΤΕΡΙΝΗΣ | 5:05.33 |
| 2004 | ΚΙΟΥΡΚΑ ΖΩΗ | ΠΑΟΚ | 4:58.49 |
| 2003 | ΑΝΔΡΙΩΤΗ ΜΕΡΟΠΗ | Ν.Ο.ΚΑΒΑΛΑΣ | 5:09.33 |
| 2002 | ΜΠΛΕΤΣΑ ΑΝΔΡΟΜΑΧΗ | ΠΟΣΕΙΔΩΝΑΣ ΙΩΑΝΝΙΝΩΝ | 4:53.91 |
| 2001 | ΜΑΚΑΡΙΤΟΥ ΕΛΕΝΗ | Ν.Ο.ΚΑΒΑΛΑΣ | 5:03.01 |
| 2000 | ΣΤΑΘΟΠΟΥΛΟΥ ΑΝΝΑ | ΠΑΝΣΕΡΡΑΪΚΟΣ | 5:04.12 |
| 1999 | ΚΟΠΑΝΑ ΝΙΚΗ | ΗΡΑΚΛΗΣ | 5:00.24 |
| 1998 | ΣΤΙΚΟΥΔΗ ΑΙΚΑΤΕΡΙΝΗ | ΠΑΟΚ | 5:06.42 |
| 1997 | ΜΠΟΥΡΟΥΤΖΗ ΑΝΝΥ | ΝΗΡΕΑΣ ΑΛΕΞΑΝΔΡΟΥΠΟΛΗΣ | 4:57.06 |
| 1996 | ΠΑΠΑΔΟΠΟΥΛΟΥ ΜΑΡΙΑ | ΑΕΡΩΠΟΣ ΕΔΕΣΣΑΣ | 5:06.36 |
| 1995 | ΦΩΤΟΠΟΥΛΟΥ ΜΑΡΙΑ | Α.Κ.Α.ΚΑΡΔΙΤΣΑΣ | 4:47.14 |
| 1994 | ΣΙΑΤΗΡΑ ΒΑΪΑ | Α.Κ.Α.ΚΑΡΔΙΤΣΑΣ | 5:06.50 |
| 1993 | ΔΙΒΑΝΙΔΟΥ ΕΛΕΥΘΕΡΙΑ | ΑΛΜΠΑΤΡΟΣ ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗΣ | 5:02.29 |
| 1992 | ΠΑΠΑΡΝΑΚΗ ΑΙΚΑΤΕΡΙΝΗ | ΑΛΜΠΑΤΡΟΣ ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗΣ | 4:56.94 |
| 1991 | ΑΘΑΝΑΣΙΑΔΗ ΜΑΡΙΑ | Ν.Ο.ΚΑΒΑΛΑΣ | 5:04.43 |
| 1990 | ΣΕΡΓΚΑΝΗ ΠΟΛΥΞΕΝΗ | Χ.Α.Ν.ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗΣ | 5:00.79 |
| **1989** | **ΣΙΔΗΡΟΠΟΥΛΟΥ ΚΥΡΙΑΚΗ** | **Κ.Ο.ΣΕΡΡΩΝ** | **4:39.12** |
| 1988 | ΓΑΛΑΝΟΠΟΥΛΟΥ ΘΕΟΔΩΡΑ | Κ.Ο.ΚΑΡΔΙΤΣΑΣ | 5:04.72 |
| **800μ. ΕΛΕΥΘΕΡΟ** | | | |
| **ΕΤΟΣ** | **ΚΟΛΥΜΒΗΤΡΙΑ** | **ΣΥΛΛΟΓΟΣ** | **ΕΠΙΔΟΣΗ** |
| 2025 |  |  |  |
| 2024 | ΘΕΟΔΩΡΟΥ ΝΕΦΕΛΗ | ΠΑΣ ΓΙΑΝΝΙΝΑ | 10:14.17 |
| 2023 | ΑΛΛΑ ΤΕΪΣΙΝΤΑ | Ν.Ο.Θ.Α.ΚΑΒΑΛΑΣ | 10:18.66 |
| 2022 | ΛΙΑΚΟΥ ΖΩΗ | Ν.Ο.ΛΑΡΙΣΑΣ | 10:22.47 |
| 2021 | - | - | - |
| 2020 | ΠΑΠΑΝΙΚΟΛΗ ΧΡΙΣΤΙΝΑ | ΑΘΛΗΤΙΚΗ ΑΚΑΔΗΜΙΑ ΑΣΤΕΡΙΑ | 9:46.05 |
| 2019 | ΠΑΥΛΙΔΟΥ ΜΑΡΙΑ-ΔΕΣΠΟΙΝΑ | Κ.Ο.ΔΡΑΜΑΣ | 9:54.37 |
| 2018 | ΝΤΑΛΛΑ ΕΜΜΑΝΟΥΕΛΑ | Κ.Ε.ΚΟΖΑΝΗΣ | 10:05.16 |
| 2017 | ΧΑΤΖΗΕΦΡΑΙΜΙΔΟΥ ΜΑΡΙΝΑ | ΝΙΚΗ ΒΟΛΟΥ | 9:47.51 |
| 2016 | ΧΡΙΣΤΟΔΟΥΛΟΥ ΣΤΥΛΙΑΝΗ | ΠΟΣΕΙΔΩΝΑΣ ΙΩΑΝΝΙΝΩΝ | 9:50.79 |
| **2015** | **ΚΙΩΣΙΑ ΑΛΕΞΙΑ** | **ΝΙΚΗ ΒΟΛΟΥ** | **9:44.80** |
| 2014 | ΚΟΚΚΑΛΗ ΕΛΕΟΝΩΡΑ | Κ.Ο.ΙΩΑΝΝΙΝΩΝ | 9:55.05 |
| 2013 | ΜΠΟΜΠΟΥΓΙΑΝΝΗ ΕΥΑΓΓΕΛΙΑ | ΝΗΡΕΑΣ ΙΩΑΝΝΙΝΩΝ | 10:05.36 |
| 2012 | ΚΑΪΣΑΡΛΗ ΝΙΚΟΛΕΤΤΑ | Ν.Ο.ΒΟΛΟΥ ΑΡΓΟΝΑΥΤΕΣ | 9:57.08 |
| 2011 | ΒΑΣΙΟΥ ΜΑΡΙΑΝΝΑ | Χ.Α.Ν.ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗΣ | 9:48.37 |
| 2010 | ΑΠΛΑΝΤΗ ΣΤΥΛΙΑΝΗ-ΕΛΕΥΘΕΡΙΑ | Ο.Ε.Α.Ν.Α.ΒΟΛΟΥ | 10:15.02 |
| 2009 | ΚΛΩΝΑΡΗ ΔΑΝΑΗ | ΕΝΩΣΗ ΣΥΚΕΩΝ ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗΣ | 9:52.72 |
| 2008 | ΛΙΟΥΠΗ ΑΡΤΕΜΙΣ | Ο.Ε.Α.Ν.Α.ΒΟΛΟΥ | 10:04.64 |
| 2007 | ΣΤΑΥΡΙΔΟΥ ΝΙΚΗ | Ν.Ο.ΚΑΒΑΛΑΣ | 10:01.83 |
| 2006 | ΔΟΒΛΕΤΟΓΛΟΥ ΕΥΘΥΜΙΑ | ΔΙΑΣ ΚΑΤΕΡΙΝΗΣ | 10:11.32 |
| 2005 | ΑΘΑΝΑΣΙΑΔΟΥ ΑΝΑΣΤΑΣΙΑ | ΔΙΑΣ ΚΑΤΕΡΙΝΗΣ | 10:25.30 |
| 2004 | ΚΙΟΥΡΚΑ ΖΩΗ | ΠΑΟΚ | 10:18.08 |
| 2003 | ΑΝΔΡΙΩΤΗ ΜΕΡΟΠΗ | Ν.Ο.ΚΑΒΑΛΑΣ | 10:31.07 |
| 2002 | ΜΠΛΕΤΣΑ ΑΝΔΡΟΜΑΧΗ | ΠΟΣΕΙΔΩΝΑΣ ΙΩΑΝΝΙΝΩΝ | 10:09.13 |
| 2001 | ΖΑΧΑΡΟΠΟΥΛΟΥ ΦΩΤΕΙΝΗ | ΗΡΑΚΛΗΣ | 10:20.76 |
| 2000 | ΣΤΑΘΟΠΟΥΛΟΥ ΑΝΝΑ | ΠΑΝΣΕΡΡΑΪΚΟΣ | 10:36.18 |
| 1999 | ΜΠΑΖΟΥΚΑ ΖΩΗ | ΑΡΗΣ | 10:11.37 |
| 1998 | ΖΕΡΒΑ ΑΠΟΣΤΟΛΙΑ | Ν.Ο.ΒΟΛΟΥ ΑΡΓΟΝΑΥΤΕΣ | 10:35.36 |
| 1997 | ΜΠΟΥΡΟΥΤΖΗ ΑΝΝΥ | ΝΗΡΕΑΣ ΑΛΕΞΑΝΔΡΟΥΠΟΛΗΣ | 10:24.63 |
| 1996 | ΣΤΒΟΡΑ ΑΓΚΝΙΕΣΚΑ | Ο.Ε.Α.Ν.Α.ΒΟΛΟΥ | 10:18.48 |
| 1995 | ΦΩΤΟΠΟΥΛΟΥ ΜΑΡΙΑ | Α.Κ.Α.ΚΑΡΔΙΤΣΑΣ | 9:45.33 |
| 1994 | ΣΙΑΤΗΡΑ ΒΑΪΑ | Α.Κ.Α.ΚΑΡΔΙΤΣΑΣ | 10:21.14 |
| 1993 | ΔΙΒΑΝΙΔΟΥ ΕΛΕΥΘΕΡΙΑ | ΑΛΜΠΑΤΡΟΣ ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗΣ | 10:10.42 |
| 1992 | ΠΑΠΑΡΝΑΚΗ ΑΙΚΑΤΕΡΙΝΗ | ΑΛΜΠΑΤΡΟΣ ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗΣ | 10:24.91 |
| 1991 | ΚΑΠΟΥΡΝΙΩΤΟΥ ΣΟΦΙΑ | Ο.Ε.Α.Ν.Α.ΒΟΛΟΥ | 10:27.15 |
| 1990 | ΜΠΟΥΣΤΑΝΤΖΗ ΠΑΓΩΝΑ-ΣΟΦΙΑ | Α.Κ.Ο.ΤΡΙΚΑΛΩΝ | 10:17.78 |
| 1989 | ΧΑΤΖΗΓΕΩΡΓΙΟΥ ΓΕΩΡΓΙΑ | ΑΡΗΣ | 10:11.90 |
| 1988 | ΓΑΛΑΝΟΠΟΥΛΟΥ ΘΕΟΔΩΡΑ | Κ.Ο.ΚΑΡΔΙΤΣΑΣ | 10:50.54 |
| **1500μ. ΕΛΕΥΘΕΡΟ** | | | |
| **ΕΤΟΣ** | **ΚΟΛΥΜΒΗΤΡΙΑ** | **ΣΥΛΛΟΓΟΣ** | **ΕΠΙΔΟΣΗ** |
| 2025 |  |  |  |
| 2024 | ΧΑΣΑΝΙΔΟΥ ΕΙΡΗΝΗ | ΝΗΡΕΑΣ ΟΡΕΣΤΙΑΔΑΣ | 19:41.27 |
| 2023 | ΑΛΛΑ ΤΕΪΣΙΝΤΑ | Ν.Ο.Θ.Α.ΚΑΒΑΛΑΣ | 19:50.70 |
| 2022 | ΝΙΣΥΡΙΟΥ ΝΕΦΕΛΗ | Ν.Ο.ΛΑΡΙΣΑΣ | 20:00.34 |
| 2021 | - | - | - |
| 2020 | ΓΚΟΥΝΤΟΥΛΑ ΑΡΕΤΗ | ΝΙΚΗ ΒΟΛΟΥ | 19:15.82 |
| **2019** | **ΖΑΡΚΑΔΑ ΑΣΠΑΣΙΑ** | **ΠΑΣ ΓΙΑΝΝΙΝΑ** | **19:14.80** |
| 2018 | ΝΤΑΛΛΑ ΕΜΜΑΝΟΥΕΛΑ | Κ.Ε.ΚΟΖΑΝΗΣ | 19:25.64 |
| **50μ. ΥΠΤΙΟ** | | | |
| **ΕΤΟΣ** | **ΚΟΛΥΜΒΗΤΡΙΑ** | **ΣΥΛΛΟΓΟΣ** | **ΕΠΙΔΟΣΗ** |
| 2025 |  |  |  |
| 2024 | ΖΑΜΠΡΟΥ ΥΒΟΝΝΗ | Κ.Ε.ΚΟΖΑΝΗΣ | 34.07 |
| **2023** | **ΚΟΛΤΣΙΔΑ ΒΑΣΙΛΙΚΗ** | **Ν.Ο.Θ.Α.ΚΑΒΑΛΑΣ** | **32.33** |
| 2022 | ΤΖΑΝΑΚΟΥΛΗ ΚΛΕΟΝΙΚΗ | Ν.Ο.ΛΑΡΙΣΑΣ | 33.15 |
| 2021 | - | - | - |
| 2020 | ΜΑΡΒΑΚΗ ΕΙΡΗΝΗ | ΠΑΝΣΕΡΡΑΪΚΟΣ | 32.83 |
| 2019 | ΜΙΣΑΗΛΙΔΗ ΕΛΙΣΣΑΒΕΤ | ΝΗΡΕΑΣ ΙΩΑΝΝΙΝΩΝ | 33.49 |
|  | & ΠΡΟΒΙΔΑ ΠΗΝΕΛΟΠΗ-ΚΩΝΣΤΑΝΤΙΝΑ | Ο.Ε.Α.Ν.Α.ΒΟΛΟΥ | 33.49 |
| 2018 | ΠΑΝΑΓΙΩΤΙΔΟΥ ΙΩΑΝΝΑ | ΑΘΛΗΤΙΚΗ ΑΚΑΔΗΜΙΑ ΑΣΤΕΡΙΑ | 33.11 |
| 2017 | ΚΑΡΓΑ ΜΑΡΙΑ-ΡΑΦΑΕΛΑ | Ο.Φ.ΘΑΛΑΣΣΗΣ | 32.51 |
| 2016 | ΓΚΟΒΤΖΙΑ ΒΑΣΙΛΙΚΗ | ΔΕΛΦΙΝΙΑ ΠΤΟΛΕΜΑΪΔΑΣ | 33.02 |
| 2015 | ΚΙΡΤΣΟΓΛΟΥ ΒΑΣΙΛΙΚΗ-ΜΑΡΙΑ | ΑΡΗΣ | 33.21 |
| 2014 | ΣΙΠΠΟΠΟΥΛΟΥ ΑΜΑΛΙΑ | ΑΡΗΣ | 34.16 |
| **100μ. ΥΠΤΙΟ** | | | |
| **ΕΤΟΣ** | **ΚΟΛΥΜΒΗΤΡΙΑ** | **ΣΥΛΛΟΓΟΣ** | **ΕΠΙΔΟΣΗ** |
| 2025 |  |  |  |
| 2024 | ΖΑΜΠΡΟΥ ΥΒΟΝΝΗ | Κ.Ε.ΚΟΖΑΝΗΣ | 1:14.27 |
| 2023 | ΠΑΠΠΑ ΔΗΜΗΤΡΑ | ΑΤΛΑΣ ΙΩΑΝΝΙΝΩΝ | 1:11.60 |
| 2022 | ΤΖΑΝΑΚΟΥΛΗ ΚΛΕΟΝΙΚΗ | Ν.Ο.ΛΑΡΙΣΑΣ | 1:11.85 |
| 2021 | - | - | - |
| 2020 | ΜΑΓΚΩΤΣΙΟΥ ΗΛΕΚΤΡΑ | ΑΘΛΗΤΙΚΗ ΑΚΑΔΗΜΙΑ ΑΣΤΕΡΙΑ | 1:08.95 |
| 2019 | ΜΙΣΑΗΛΙΔΗ ΕΛΙΣΣΑΒΕΤ | ΝΗΡΕΑΣ ΙΩΑΝΝΙΝΩΝ | 1:12.05 |
| **2018** | **ΙΩΑΝΝΙΔΗ ΕΥΤΥΧΙΑ** | **ΝΙΚΗ ΒΟΛΟΥ** | **1:07.94** |
| 2017 | ΚΑΡΓΑ ΜΑΡΙΑ-ΡΑΦΑΕΛΑ | Ο.Φ.ΘΑΛΑΣΣΗΣ | 1:11.38 |
| 2016 | ΓΚΟΓΚΑΚΗ ΒΑΣΙΛΙΚΗ-ΜΑΡΙΑ | ΟΛΥΜΠΙΑΔΑ ΙΩΑΝΝΙΝΩΝ | 1:11.04 |
| 2015 | ΠΑΠΑΔΙΑ ΕΛΕΝΗ | ΝΗΡΕΑΣ ΙΩΑΝΝΙΝΩΝ | 1:12.89 |
| 2014 | ΣΙΠΠΟΠΟΥΛΟΥ ΑΜΑΛΙΑ | ΑΡΗΣ | 1:13.37 |
| 2013 | ΚΑΤΑΡΑΧΙΑ ΕΥΑΓΓΕΛΙΑ | Ν.Ο.ΛΑΡΙΣΑΣ | 1:11.12 |
| 2012 | ΑΝΔΡΕΟΥ ΗΛΙΑΝΑ-ΑΣΠΑΣΙΑ | Κ.Α.ΔΙΑΣ ΙΩΑΝΝΙΝΩΝ | 1:10.84 |
| 2011 | ΕΥΑΓΓΕΛΟΠΟΥΛΟΥ ΜΑΓΔΑΛΗΝΗ | ΑΤΛΑΣ ΚΟΖΑΝΗΣ | 1:11.37 |
| 2010 | ΕΥΑΓΓΕΛΟΠΟΥΛΟΥ ΕΛΕΝΗ | Ο.Ε.Α.Ν.Α.ΒΟΛΟΥ | 1:11.00 |
| 2009 | ΠΑΝΤΗ ΕΛΙΣΑΒΕΤ | Χ.Α.Ν.ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗΣ | 1:10.72 |
| 2008 | ΠΑΝΙΣΚΑΚΗ ΓΙΑΣΕΜΗ-ΝΑΤΑΛΙΑ | ΗΡΑΚΛΗΣ | 1:15.96 |
| 2007 | ΜΠΑΞΕΒΑΝΗ ΚΛΕΙΩ | Κ.Ο.ΔΡΑΜΑΣ | 1:11.31 |
| 2006 | ΚΟΝΣΑΛΑΚΗ ΧΡΙΣΤΙΝΑ | Ο.Φ.Θ.ΑΛΕΞΑΝΔΡΟΥΠΟΛΗΣ | 1:09.75 |
| 2005 | ΠΕΤΡΑΔΑΚΗ ΑΣΠΑΣΙΑ | ΑΡΗΣ | 1:10.48 |
| 2004 | ΙΩΑΝΝΙΔΟΥ ΔΩΡΟΘΕΑ | Ο.Θ.Α.ΚΑΒΑΛΑΣ | 1:13.11 |
| 2003 | ΚΥΡΙΑΖΙΔΟΥ ΑΘΗΝΑ | Γ.Α.Σ.ΚΟΜΟΤΗΝΗΣ | 1:13.24 |
| 2002 | ΠΑΥΛΑΚΗ ΝΙΚΟΛΕΤΤΑ | Κ.Ο.ΔΡΑΜΑΣ | 1:11.43 |
| 2001 | ΣΙΝΑΠΙΔΟΥ ΑΝΑΣΤΑΣΙΑ | ΝΗΡΕΑΣ ΑΛΕΞΑΝΔΡΟΥΠΟΛΗΣ | 1:12.47 |
| 2000 | ΑΝΑΣΤΑΣΙΑΔΟΥ ΜΑΡΙΑ | ΠΑΟΚ | 1:13.41 |
| 1999 | ΒΑΣΙΛΟΠΟΥΛΟΥ ΔΕΣΠΟΙΝΑ | Ν.Ο.ΛΑΡΙΣΑΣ | 1:13.22 |
| 1998 | ΠΑΠΑΔΟΠΟΥΛΟΥ ΟΥΡΑΝΙΑ | ΠΟΣΕΙΔΩΝΑΣ ΚΟΖΑΝΗΣ | 1:14.46 |
| 1997 | ΓΕΩΡΓΑΚΗ ΒΑΡΒΑΡΑ | Ν.Ο.ΛΑΡΙΣΑΣ | 1:13.50 |
| 1996 | ΧΙΝΤΖΟΓΛΟΥ ΚΑΛΗ | ΑΛΜΠΑΤΡΟΣ ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗΣ | 1:13.45 |
| 1995 | ΜΠΛΙΑΜΟΥ ΑΙΚΑΤΕΡΙΝΗ | ΠΑΝΣΕΡΡΑΪΚΟΣ | 1:12.60 |
| 1994 | ΖΩΤΣΙΚΟΥ ΑΙΚΑΤΕΡΙΝΗ | Ο.Ε.Α.Ν.Α.ΒΟΛΟΥ | 1:15.13 |
| 1993 | ΧΑΤΖΗΧΡΗΣΤΟΥ ΕΥΜΟΡΦΙΑ | ΑΡΗΣ | 1:13.53 |
| 1992 | ΤΖΑΒΑΡΑ ΕΛΕΝΗ | Χ.Α.Ν.ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗΣ | 1:18.62 |
| 1991 | ΣΤΑΘΑΚΗ ΚΑΛΛΙΟΠΗ | ΑΛΜΠΑΤΡΟΣ ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗΣ | 1:14.75 |
| 1990 | ΠΑΠΑΔΟΠΟΥΛΟΥ ΕΛΕΝΗ | ΗΡΑΚΛΗΣ | 1:12.48 |
| 1989 | ΚΑΡΤΣΟΥΝΑ ΕΛΕΝΗ | Ο.Φ.ΘΑΛΑΣΣΗΣ | 1:16.15 |
| 1988 | ΤΕΛΙΔΟΥ ΘΑΛΕΙΑ | ΗΡΑΚΛΗΣ | 1:14.26 |
| **200μ. ΥΠΤΙΟ** | | | |
| **ΕΤΟΣ** | **ΚΟΛΥΜΒΗΤΡΙΑ** | **ΣΥΛΛΟΓΟΣ** | **ΕΠΙΔΟΣΗ** |
| 2025 |  |  |  |
| 2024 | ΖΑΜΠΡΟΥ ΥΒΟΝΝΗ | Κ.Ε.ΚΟΖΑΝΗΣ | 2:39.40 |
| 2023 | ΚΟΛΤΣΙΔΑ ΒΑΣΙΛΙΚΗ | Ν.Ο.Θ.Α.ΚΑΒΑΛΑΣ | 2:32.35 |
| 2022 | ΤΖΑΝΑΚΟΥΛΗ ΚΛΕΟΝΙΚΗ | Ν.Ο.ΛΑΡΙΣΑΣ | 2:35.66 |
| 2021 | - | - | - |
| 2020 | ΚΟΥΤΡΑ ΜΑΡΙΑ | Ν.Ο.ΚΑΒΑΛΑΣ ΑΡΓΟΝΑΥΤΕΣ | 2:35.69 |
| 2019 | ΜΙΣΑΗΛΙΔΗ ΕΛΙΣΣΑΒΕΤ | ΝΗΡΕΑΣ ΙΩΑΝΝΙΝΩΝ | 2:33.72 |
| **2018** | **ΙΩΑΝΝΙΔΗ ΕΥΤΥΧΙΑ** | **ΝΙΚΗ ΒΟΛΟΥ** | **2:24.98** |
| 2017 | ΚΑΡΓΑ ΜΑΡΙΑ-ΡΑΦΑΕΛΑ | Ο.Φ.ΘΑΛΑΣΣΗΣ | 2:34.74 |
| 2016 | ΜΕΡΙΣΤΟΥΔΗ ΒΑΪΑ | ΝΙΚΗ ΒΟΛΟΥ | 2:32.92 |
| 2015 | ΛΟΥΚΑΚΗ ΑΘΑΝΑΣΙΑ | ΝΙΚΗ ΒΟΛΟΥ | 2:38.30 |
| 2014 | ΣΙΠΠΟΠΟΥΛΟΥ ΑΜΑΛΙΑ | ΑΡΗΣ | 2:33.84 |
| 2013 | ΣΤΑΥΡΑΚΙΔΟΥ ΧΡΙΣΤΙΝΑ | Κ.Ο.ΔΡΑΜΑΣ | 2:34.67 |
| 2012 | ΑΝΔΡΕΟΥ ΗΛΙΑΝΑ-ΑΣΠΑΣΙΑ | Κ.Α.ΔΙΑΣ ΙΩΑΝΝΙΝΩΝ | 2:31.15 |
| 2011 | ΤΣΑΠΑΡΛΗ ΝΕΦΕΛΗ | ΟΛΥΜΠΙΑΔΑ ΙΩΑΝΝΙΝΩΝ | 2:35.52 |
| 2010 | ΖΩΓΡΑΦΟΥ ΓΕΩΡΓΙΑ | ΠΑΟΚ | 2:32.44 |
| 2009 | ΝΙΣΤΑ ΧΡΙΣΤΙΝΑ | Α.Κ.Ο.ΤΡΙΚΑΛΩΝ | 2:33.62 |
| 2008 | ΠΑΝΙΣΚΑΚΗ ΓΙΑΣΕΜΗ-ΝΑΤΑΛΙΑ | ΗΡΑΚΛΗΣ | 2:40.15 |
| 2007 | ΜΙΧΑΗΛΙΔΟΥ ΔΗΜΗΤΡΑ | Ο.Φ.Θ.ΑΛΕΞΑΝΔΡΟΥΠΟΛΗΣ | 2:34.31 |
| 2006 | ΠΡΕΖΙΟΥ ΑΘΑΝΑΣΙΑ | ΠΟΣΕΙΔΩΝΑΣ ΙΩΑΝΝΙΝΩΝ | 2:31.43 |
| 2005 | ΠΕΤΡΑΔΑΚΗ ΑΣΠΑΣΙΑ | ΑΡΗΣ | 2:32.86 |
| 2004 | ΠΕΤΡΑΔΑΚΗ ΑΣΠΑΣΙΑ | ΑΡΗΣ | 2:39.80 |
| 2003 | ΚΥΡΙΑΖΙΔΟΥ ΑΘΗΝΑ | Γ.Α.Σ.ΚΟΜΟΤΗΝΗΣ | 2:39.26 |
| 2002 | ΠΑΥΛΑΚΗ ΝΙΚΟΛΕΤΤΑ | Κ.Ο.ΔΡΑΜΑΣ | 2:33.80 |
| 2001 | ΣΙΝΑΠΙΔΟΥ ΑΝΑΣΤΑΣΙΑ | ΝΗΡΕΑΣ ΑΛΕΞΑΝΔΡΟΥΠΟΛΗΣ | 2:38.22 |
| 2000 | ΠΕΤΑΛΑ ΑΛΕΞΑΝΔΡΑ | ΠΑΟΚ | 2:40.20 |
| 1999 | ΒΑΣΙΛΟΠΟΥΛΟΥ ΔΕΣΠΟΙΝΑ | Ν.Ο.ΛΑΡΙΣΑΣ | 2:35.05 |
| 1998 | ΤΣΑΚΑΒΙΤΗ ΕΥΑΓΓΕΛΙΑ | ΛΑΡΙΣΑΪΚΟΣ ΤΙΤΑΝΕΣ | 2:39.03 |
| 1997 | ΜΠΟΥΛΟΓΙΑΝΝΗ ΕΛΕΝΗ | ΛΑΡΙΣΑΪΚΟΣ ΤΙΤΑΝΕΣ | 2:39.36 |
| 1996 | ΧΙΝΤΖΟΓΛΟΥ ΚΑΛΗ | ΑΛΜΠΑΤΡΟΣ ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗΣ | 2:37.84 |
| 1995 | ΤΣΙΑΚΑ ΑΙΚΑΤΕΡΙΝΗ | Α.Κ.Ο.ΤΡΙΚΑΛΩΝ | 2:34.65 |
| 1994 | ΧΑΣΙΩΤΗ ΕΙΡΗΝΗ | ΛΑΡΙΣΑΪΚΟΣ ΤΙΤΑΝΕΣ | 2:45.20 |
| 1993 | ΠΑΠΑΔΟΠΟΥΛΟΥ ΑΘΑΝΑΣΙΑ | Ν.Ο.ΑΛΕΞΑΝΔΡΟΥΠΟΛΗΣ | 2:38.85 |
| 1992 | ΚΑΛΑΣΙΔΟΥ ΑΝΝΑ | ΑΛΜΠΑΤΡΟΣ ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗΣ | 2:45.86 |
| 1991 | ΚΑΠΟΥΡΝΙΩΤΟΥ ΣΟΦΙΑ | Ο.Ε.Α.Ν.Α.ΒΟΛΟΥ | 2:40.11 |
| 1990 | ΠΑΠΑΔΟΠΟΥΛΟΥ ΕΛΕΝΗ | ΗΡΑΚΛΗΣ | 2:35.60 |
| 1989 | ΚΑΡΤΣΟΥΝΑ ΕΛΕΝΗ | Ο.Φ.ΘΑΛΑΣΣΗΣ | 2:42.97 |
| 1988 | ΙΩΑΝΝΟΥ ΙΩΑΝΝΑ | ΑΛΜΠΑΤΡΟΣ ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗΣ | 2:38.18 |
| **50μ. ΠΕΤΑΛΟΥΔΑ** | | | |
| **ΕΤΟΣ** | **ΚΟΛΥΜΒΗΤΡΙΑ** | **ΣΥΛΛΟΓΟΣ** | **ΕΠΙΔΟΣΗ** |
| 2025 |  |  |  |
| 2024 | ΖΥΓΟΜΑΝΗ ΑΙΚΑΤΕΡΙΝΗ | ΑΘΛΗΤΙΚΗ ΑΚΑΔΗΜΙΑ ΑΣΤΕΡΙΑ | 30.08 |
| 2023 | ΣΟΥΛΙΟΥ ΕΛΕΝΗ | ΠΟΣΕΙΔΩΝΑΣ ΙΩΑΝΝΙΝΩΝ | 31.66 |
| 2022 | ΤΟΥΜΠΑ ΑΘΗΝΑ | Κ.Α.ΝΑΟΥΣΑ | 31.71 |
| 2021 | - | - | - |
| **2020** | **ΜΑΓΚΩΤΣΙΟΥ ΗΛΕΚΤΡΑ** | **ΑΘΛΗΤΙΚΗ ΑΚΑΔΗΜΙΑ ΑΣΤΕΡΙΑ** | **29.44** |
| 2019 | ΧΑΛΚΙΔΟΥ ΒΑΣΙΛΙΚΗ-ΔΕΣΠΟΙΝΑ | ΜΑΚΕΔΟΝΙΚΟΣ | 30.97 |
| 2018 | ΚΟΤΑΝΙΔΟΥ ΚΩΝΣΤΑΝΤΙΝΑ | ΑΘΛΗΤΙΚΗ ΑΚΑΔΗΜΙΑ ΑΣΤΕΡΙΑ | 30.59 |
| 2017 | ΤΡΙΑΝΤΑΦΥΛΛΙΔΗ ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ | Ν.Ο.ΒΟΛΟΥ ΑΡΓΟΝΑΥΤΕΣ | 31.76 |
| 2016 | ΔΕΡΜΕΝΤΖΟΓΛΟΥ ΓΕΩΡΓΙΑ | ΗΡΑΚΛΗΣ | 29.73 |
| 2015 | ΧΑΤΖΗ ΞΑΝΘΗ | Α.Σ.ΑΛΜΠΑΤΡΟΣ ΙΩΑΝΝΙΝΩΝ | 31.97 |
| 2014 | ΚΑΛΤΣΟΥ ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ | Ν.Ε.ΡΟΔΟΠΗΣ | 31.90 |
| **100μ. ΠΕΤΑΛΟΥΔΑ** | | | |
| **ΕΤΟΣ** | **ΚΟΛΥΜΒΗΤΡΙΑ** | **ΣΥΛΛΟΓΟΣ** | **ΕΠΙΔΟΣΗ** |
| 2025 |  |  |  |
| 2024 | ΖΥΓΟΜΑΝΗ ΑΙΚΑΤΕΡΙΝΗ | ΑΘΛΗΤΙΚΗ ΑΚΑΔΗΜΙΑ ΑΣΤΕΡΙΑ | 1:08.85 |
| 2023 | ΣΟΥΛΙΟΥ ΕΛΕΝΗ | ΠΟΣΕΙΔΩΝΑΣ ΙΩΑΝΝΙΝΩΝ | 1:12.64 |
| 2022 | ΤΟΥΜΠΑ ΑΘΗΝΑ | Κ.Α.ΝΑΟΥΣΑ | 1:10.95 |
| 2021 | - | - | - |
| **2020** | **ΜΑΓΚΩΤΣΙΟΥ ΗΛΕΚΤΡΑ** | **ΑΘΛΗΤΙΚΗ ΑΚΑΔΗΜΙΑ ΑΣΤΕΡΙΑ** | **1:06.91** |
| 2019 | ΧΑΛΚΙΔΟΥ ΒΑΣΙΛΙΚΗ-ΔΕΣΠΟΙΝΑ | ΜΑΚΕΔΟΝΙΚΟΣ | 1:11.50 |
| 2018 | ΣΤΟΥΡΑ ΟΛΓΑ-ΔΗΜΗΤΡΑ | Ο.Φ.Θ.ΑΛΕΞΑΝΔΡΟΥΠΟΛΗΣ | 1:08.01 |
| 2017 | ΤΣΑΛΟΥΧΟΥ ΧΑΡΟΥΛΑ | ΝΙΚΗ ΒΟΛΟΥ | 1:09.38 |
| 2016 | ΔΕΡΜΕΝΤΖΟΓΛΟΥ ΓΕΩΡΓΙΑ | ΗΡΑΚΛΗΣ | 1:07.45 |
| 2015 | ΧΑΤΖΗ ΞΑΝΘΗ | Α.Σ.ΑΛΜΠΑΤΡΟΣ ΙΩΑΝΝΙΝΩΝ | 1:09.08 |
| 2014 | ΧΡΥΣΑΝΘΑΚΟΠΟΥΛΟΥ ΓΕΩΡΓΙΑ | Κ.Α.Ο.ΘΕΡΜΑΪΚΟΣ | 1:10.77 |
| 2013 | ΜΠΑΔΑΝΗ ΜΑΡΙΝΑ-ΞΑΝΘΗ | Ο.Φ.Θ.ΑΛΕΞΑΝΔΡΟΥΠΟΛΗΣ | 1:08.00 |
| 2012 | ΚΑΔΟΓΛΟΥ ΜΑΡΙΝΑ | Ο.Φ.Θ.ΑΛΕΞΑΝΔΡΟΥΠΟΛΗΣ | 1:09.03 |
| 2011 | ΜΠΑΡΗ ΔΟΜΙΝΙΚΗ | Ο.Φ.Θ.ΑΛΕΞΑΝΔΡΟΥΠΟΛΗΣ | 1:13.97 |
| 2010 | ΜΕΓΑΛΟΝΙΔΟΥ ΕΥΦΡΟΣΥΝΗ | ΝΗΡΕΑΣ ΒΕΡΟΙΑΣ | 1:10.33 |
| 2009 | ΑΡΓΥΡΙΟΥ ΔΗΜΗΤΡΑ | Ν.Ο.ΚΑΒΑΛΑΣ | 1:10.53 |
| 2008 | ΒΡΑΤΙΔΟΥ ΙΩΑΝΝΑ | ΗΡΑΚΛΗΣ | 1:11.28 |
| 2007 | ΒΑΪΤΣΑΚΗ ΔΗΜΗΤΡΑ | Ο.Φ.Θ.ΑΛΕΞΑΝΔΡΟΥΠΟΛΗΣ | 1:10.19 |
| 2006 | ΠΟΛΥΧΡΟΝΙΑΔΗ ΣΤΕΦΑΝΙΑ | Ε.Α.Τ.Ε.ΚΟΛΛΕΓΙΟ | 1:10.02 |
| 2005 | ΠΕΤΡΑΔΑΚΗ ΑΣΠΑΣΙΑ | ΑΡΗΣ | 1:13.21 |
| 2004 | ΡΟΠΟΥΛΟΥ ΑΛΕΞΙΑ-ΚΡΥΣΤΑΛΕΝΝΙΑ | Ν.Ο.ΑΛΕΞΑΝΔΡΟΥΠΟΛΗΣ | 1:14.27 |
| 2003 | ΒΑΜΒΑΚΕΡΟΥ ΒΑΣΙΛΕΙΑ | Ν.Ο.ΑΛΕΞΑΝΔΡΟΥΠΟΛΗΣ | 1:13.10 |
| 2002 | ΕΜΜΑΝΟΥΗΛΙΔΟΥ ΑΙΚΑΤΕΡΙΝΗ | Ν.Ο.ΑΛΕΞΑΝΔΡΟΥΠΟΛΗΣ | 1:12.75 |
| 2001 | ΜΑΡΓΑΡΗ ΕΡΙΚΕΤΗ | ΠΟΣΕΙΔΩΝΑΣ ΙΩΑΝΝΙΝΩΝ | 1:12.97 |
| 2000 | ΠΑΠΑΓΕΩΡΓΙΟΥ ΑΝΑΣΤΑΣΙΑ | Κ.Ο.ΔΡΑΜΑΣ | 1:13.48 |
| 1999 | ΤΣΑΡΟΥΧΗ ΚΕΡΑΣΑ | Ο.Θ.Α.ΚΑΒΑΛΑΣ | 1:13.83 |
| 1998 | ΣΗΦΑΚΗ ΕΙΡΗΝΗ | ΗΡΑΚΛΗΣ | 1:11.12 |
| 1997 | ΠΑΤΣΙΚΑ ΑΓΝΗ | ΕΘΝΙΚΟΣ ΚΟΖΑΝΗΣ | 1:15.90 |
| 1996 | ΣΚΕΥΑ ΑΙΚΑΤΕΡΙΝΗ | Ν.Ο.ΑΛΕΞΑΝΔΡΟΥΠΟΛΗΣ | 1:12.75 |
| 1995 | ΜΟΣΧΟΝΑ ΜΑΡΙΑ | ΟΛΥΜΠΙΑΚΟΣ ΒΟΛΟΥ | 1:16.71 |
| 1994 | ΣΠΥΡΟΠΟΥΛΟΥ ΑΛΕΞΑΝΔΡΑ | Α.Κ.Ο.ΤΡΙΚΑΛΩΝ | 1:18.92 |
| 1993 | ΒΙΑΡΟΥ ΜΑΡΙΑ | ΑΡΗΣ | 1:14.91 |
| 1992 | ΚΩΣΤΑ ΕΙΡΗΝΗ | ΑΡΗΣ | 1:13.44 |
| 1991 | ΜΑΛΙΔΟΥ ΧΡΙΣΤΙΝΑ | Ν.Ο.ΑΛΕΞΑΝΔΡΟΥΠΟΛΗΣ | 1:10.32 |
| 1990 | ΒΑΛΑΤΣΟΥ ΧΡΙΣΤΙΝΑ | Κ.Ο.ΚΑΡΔΙΤΣΑΣ | 1:14.86 |
| 1989 | ΧΑΤΖΗΓΕΩΡΓΙΟΥ ΓΕΩΡΓΙΑ | ΑΡΗΣ | 1:12.33 |
| 1988 | ΓΟΥΓΟΥΤΣΑ ΜΑΡΙΑ | ΠΑΟΚ | 1:09.14 |
| **200μ. ΠΕΤΑΛΟΥΔΑ** | | | |
| **ΕΤΟΣ** | **ΚΟΛΥΜΒΗΤΡΙΑ** | **ΣΥΛΛΟΓΟΣ** | **ΕΠΙΔΟΣΗ** |
| 2025 |  |  |  |
| 2024 | ΜΑΛΑΜΟΥ ΜΑΡΙΑ | ΠΑΣ ΓΙΑΝΝΙΝΑ | 2:46.43 |
| 2023 | ΛΕΚΚΑ ΙΩΑΝΝΑ | ΠΑΣ ΓΙΑΝΝΙΝΑ | 2:49.08 |
| 2022 | ΧΑΤΖΗΜΙΧΑΗΛ ΙΩΑΝΝΑ | Ο.Φ.Θ.ΑΛΕΞΑΝΔΡΟΥΠΟΛΗΣ | 2:49.44 |
| 2021 | - | - | - |
| 2020 | ΣΟΥΜΠΑΣΗ ΛΑΜΠΡΙΝΗ | ΝΙΚΗ ΒΟΛΟΥ | 2:35.22 |
| 2019 | ΜΑΧΑΙΡΑ ΣΩΤΗΡΙΑ | ΠΑΣ ΓΙΑΝΝΙΝΑ | 2:35.39 |
| 2018 | ΣΤΟΥΡΑ ΟΛΓΑ-ΔΗΜΗΤΡΑ | Ο.Φ.Θ.ΑΛΕΞΑΝΔΡΟΥΠΟΛΗΣ | 2:32.29 |
| 2017 | ΧΑΤΖΗΕΦΡΑΙΜΙΔΟΥ ΜΑΡΙΝΑ | ΝΙΚΗ ΒΟΛΟΥ | 2:33.92 |
| 2016 | ΔΕΡΜΕΝΤΖΟΓΛΟΥ ΓΕΩΡΓΙΑ | ΗΡΑΚΛΗΣ | 2:37.04 |
| 2015 | ΧΑΤΖΗ ΞΑΝΘΗ | Α.Σ.ΑΛΜΠΑΤΡΟΣ ΙΩΑΝΝΙΝΩΝ | 2:32.16 |
| 2014 | ΤΡΙΠΑΚΗ ΜΑΡΙΑ | Ο.Φ.Θ.ΑΛΕΞΑΝΔΡΟΥΠΟΛΗΣ | 2:36.81 |
| 2013 | ΜΠΑΔΑΝΗ ΜΑΡΙΝΑ-ΞΑΝΘΗ | Ο.Φ.Θ.ΑΛΕΞΑΝΔΡΟΥΠΟΛΗΣ | 2:33.35 |
| 2012 | ΚΑΔΟΓΛΟΥ ΜΑΡΙΝΑ | Ο.Φ.Θ.ΑΛΕΞΑΝΔΡΟΥΠΟΛΗΣ | 2:37.02 |
| 2011 | ΒΑΣΙΟΥ ΜΑΡΙΑΝΝΑ | Χ.Α.Ν.ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗΣ | 2:40.80 |
| 2010 | ΜΕΓΑΛΟΝΙΔΟΥ ΕΥΦΡΟΣΥΝΗ | ΝΗΡΕΑΣ ΒΕΡΟΙΑΣ | 2:39.80 |
| **2009** | **ΑΡΓΥΡΙΟΥ ΔΗΜΗΤΡΑ** | **Ν.Ο.ΚΑΒΑΛΑΣ** | **2:31.32** |
| 2008 | ΜΙΧΑΗΛΙΔΟΥ ΚΥΡΙΑΚΗ | Ν.Ο.ΚΑΒΑΛΑΣ | 2:37.71 |
| 2007 | ΒΑΪΤΣΑΚΗ ΔΗΜΗΤΡΑ | Ο.Φ.Θ.ΑΛΕΞΑΝΔΡΟΥΠΟΛΗΣ | 2:36.94 |
| 2006 | ΧΑΤΖΗ ΒΑΣΙΛΙΚΗ | Α.Σ.ΝΗΡΕΑΣ ΛΑΡΙΣΑΣ | 2:40.11 |
| 2005 | ΘΕΟΔΩΡΙΔΟΥ ΑΝΑΣΤΑΣΙΑ | Κ.Ο.ΔΡΑΜΑΣ | 2:44.43 |
| 2004 | ΚΑΡΑΜΟΥΖΑ ΧΡΥΣΟΥΛΑ | Κ.Ο.ΔΡΑΜΑΣ | 2:49.01 |
| 2003 | ΒΑΜΒΑΚΕΡΟΥ ΒΑΣΙΛΕΙΑ | Ν.Ο.ΑΛΕΞΑΝΔΡΟΥΠΟΛΗΣ | 2:50.12 |
| 2002 | ΕΜΜΑΝΟΥΗΛΙΔΟΥ ΑΙΚΑΤΕΡΙΝΗ | Ν.Ο.ΑΛΕΞΑΝΔΡΟΥΠΟΛΗΣ | 2:41.59 |
| 2001 | ΜΑΡΓΑΡΗ ΕΡΙΚΕΤΗ | ΠΟΣΕΙΔΩΝΑΣ ΙΩΑΝΝΙΝΩΝ | 2:48.10 |
| 2000 | ΛΕΚΚΑ ΕΥΓΕΝΙΑ-ΜΑΡΙΑ | ΠΟΣΕΙΔΩΝΑΣ ΚΟΖΑΝΗΣ | 2:51.13 |
| 1999 | ΤΣΑΡΟΥΧΗ ΚΕΡΑΣΑ | Ο.Θ.Α.ΚΑΒΑΛΑΣ | 2:44.69 |
| 1998 | ΣΑΠΡΙΚΗ ΣΟΦΙΑ-ΕΥΣΤΑΘΙΑ | ΠΟΣΕΙΔΩΝΑΣ ΚΟΖΑΝΗΣ | 2:41.46 |
| 1997 | ΠΑΤΣΙΚΑ ΑΓΝΗ | ΕΘΝΙΚΟΣ ΚΟΖΑΝΗΣ | 2:48.30 |
| 1996 | ΠΑΡΑΣΧΟΥ ΠΑΝΑΓΙΩΤΑ | ΗΡΑΚΛΗΣ | 2:49.81 |
| 1995 | ΜΟΣΧΟΝΑ ΜΑΡΙΑ | ΟΛΥΜΠΙΑΚΟΣ ΒΟΛΟΥ | 2:44.14 |
| 1994 | ΧΑΛΚΙΑ ΑΙΚΑΤΕΡΙΝΗ | ΠΟΣΕΙΔΩΝΑΣ ΚΟΖΑΝΗΣ | 2:53.33 |
| 1993 | ΣΟΦΟΥΛΑΚΗ ΕΙΡΗΝΗ | ΟΛΥΜΠΙΑΚΟΣ ΒΟΛΟΥ | 2:42.43 |
| 1992 | - | - | - |
| 1991 | ΤΣΙΤΣΕ ΕΥΡΙΔΙΚΗ | Ο.Ε.Α.Ν.Α.ΒΟΛΟΥ | 2:39.84 |
| 1990 | ΜΑΝΑΚΙΤΣΑ ΕΥΘΥΜΙΑ | ΕΘΝΙΚΟΣ ΚΟΖΑΝΗΣ | 2:56.37 |
| 1989 | ΣΙΔΗΡΟΠΟΥΛΟΥ ΚΥΡΙΑΚΗ | Κ.Ο.ΣΕΡΡΩΝ | 2:34.41 |
| 1988 | ΓΟΥΓΟΥΤΣΑ ΜΑΡΙΑ | ΠΑΟΚ | 2:40.80 |
| **50μ. ΠΡΟΣΘΙΟ** | | | |
| **ΕΤΟΣ** | **ΚΟΛΥΜΒΗΤΡΙΑ** | **ΣΥΛΛΟΓΟΣ** | **ΕΠΙΔΟΣΗ** |
| 2025 |  |  |  |
| 2024 | ΠΟΠΩΛΗ ΜΙΧΑΕΛΑ | ΝΗΡΕΑΣ ΚΑΡΔΙΤΣΑΣ | 36.88 |
| 2023 | ΚΑΡΑΪΣΚΟΥ ΕΥΑΓΓΕΛΙΑ | Ο.Ε.Α.Ν.Α.ΒΟΛΟΥ | 36.54 |
| **2022** | **ΚΑΡΑΓΙΑΝΝΑΚΗ ΣΟΦΙΑ** | **Κ.Ε.ΚΟΖΑΝΗΣ** | **34.44** |
| 2021 | - | - | - |
| 2020 | ΚΩΝΣΤΑΝΤΟΥ ΜΑΡΓΑΡΙΤΑ | ΝΗΡΕΑΣ ΚΑΡΔΙΤΣΑΣ | 37.62 |
| 2019 | ΜΑΥΡΟΜΑΤΙΔΟΥ ΕΛΣΑ | ΔΕΛΦΙΝΙΑ ΠΤΟΛΕΜΑΪΔΑΣ | 37.01 |
| 2018 | ΣΜΙΛΙΑΝΗ ΑΝΑΣΤΑΣΙΑ | ΗΡΑΚΛΗΣ | 37.12 |
| 2017 | ΔΙΑΜΑΝΤΟΠΟΥΛΟΥ ΚΥΡΙΑΚΗ | ΝΗΡΕΑΣ ΒΕΡΟΙΑΣ | 37.40 |
| 2016 | ΒΟΓΙΑΝΤΖΟΓΛΟΥ ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ | ΠΑΟΚ | 37.02 |
| 2015 | ΧΑΤΖΗ ΜΑΡΙΑ | Α.Σ.ΑΛΜΠΑΤΡΟΣ ΙΩΑΝΝΙΝΩΝ | 36.23 |
| 2014 | ΚΕΜΕΚΕΝΙΔΟΥ ΣΥΜΕΛΑ-ΜΑΡΘΑ | Ν.Ο.ΚΑΒΑΛΑΣ | 36.91 |
| **100μ. ΠΡΟΣΘΙΟ** | | | |
| **ΕΤΟΣ** | **ΚΟΛΥΜΒΗΤΡΙΑ** | **ΣΥΛΛΟΓΟΣ** | **ΕΠΙΔΟΣΗ** |
| 2025 |  |  |  |
| 2024 | ΚΑΡΑΝΙΚΟΛΑ ΕΙΡΗΝΗ-ΧΡΥΣΟΒΑΛΑΝΤΩ | ΟΔΥΣΣΕΑΣ ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗΣ | 1:20.10 |
| 2023 | ΚΑΡΑΪΣΚΟΥ ΕΥΑΓΓΕΛΙΑ | Ο.Ε.Α.Ν.Α.ΒΟΛΟΥ | 1:21.12 |
| 2022 | ΚΑΡΑΓΙΑΝΝΑΚΗ ΣΟΦΙΑ | Κ.Ε.ΚΟΖΑΝΗΣ | 1:17.11 |
| 2021 | - | - | - |
| 2020 | ΔΙΝΙΝΑΚΗ ΑΛΕΞΑΝΔΡΑ | ΑΡΗΣ | 1:22.32 |
| 2019 | ΜΑΥΡΟΓΙΑΝΝΗ ΕΛΙΣΑΒΕΤ | Ο.Θ.Α.ΚΑΒΑΛΑΣ | 1:20.52 |
| 2018 | ΣΜΙΛΙΑΝΗ ΑΝΑΣΤΑΣΙΑ | ΗΡΑΚΛΗΣ | 1:19.32 |
| 2017 | ΤΡΥΠΑ ΣΟΦΙΑ-ΕΙΡΗΝΗ | ΟΛΥΜΠΙΑΚΟΣ ΒΟΛΟΥ | 1:21.11 |
| 2016 | ΒΟΓΙΑΝΤΖΟΓΛΟΥ ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ | ΠΑΟΚ | 1:23.84 |
| 2015 | ΧΑΤΖΗ ΜΑΡΙΑ | Α.Σ.ΑΛΜΠΑΤΡΟΣ ΙΩΑΝΝΙΝΩΝ | 1:19.93 |
| 2014 | ΚΟΥΡΓΙΑ ΛΕΥΚΟΘΕΑ | ΝΗΡΕΑΣ ΙΩΑΝΝΙΝΩΝ | 1:19.31 |
| 2013 | ΜΙΤΙΤΣ ΜΑΚΕΝΤΟΝΚΑ | ΛΑΡΙΣΑΪΚΟΣ ΤΙΤΑΝΕΣ | 1:22.08 |
| 2012 | ΙΣΜΥΡΛΗ ΑΝΑΣΤΑΣΙΑ | Κ.Ο.ΔΡΑΜΑΣ | 1:20.97 |
| 2011 | ΣΚΑΛΙΔΟΥ ΣΜΑΡΑΓΔΑ | ΠΑΟΚ | 1:18.22 |
| 2010 | ΣΙΑΤΕΡΛΗ ΒΑΡΒΑΡΑ | ΠΟΣΕΙΔΩΝΑΣ ΙΩΑΝΝΙΝΩΝ | 1:18.53 |
| 2009 | ΔΕΛΗΓΚΑΡΗ ΑΝΝΑ-ΜΑΡΙΑ | Χ.Α.Ν.ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗΣ | 1:21.72 |
| 2008 | ΠΑΠΑΔΟΠΟΥΛΟΥ ΑΡΓΥΡΗ | Κ.Ο.ΔΡΑΜΑΣ | 1:21.06 |
| 2007 | ΛΑΪΟΥ ΑΝΑΣΤΑΣΙΑ | Α.Κ.Α.ΚΑΡΔΙΤΣΑΣ | 1:21.08 |
| **2006** | **ΜΙΧΑΛΑΚΑ ΜΑΡΙΑ-ΓΕΩΡΓΙΑ** | **ΑΡΗΣ** | **1:16.24** |
| 2005 | ΠΑΠΑΣΤΑΘΗ ΙΩΑΝΝΑ | Α.Κ.Ο.ΤΡΙΚΑΛΩΝ | 1:21.15 |
| 2004 | ΜΑΚΑΡΙΤΟΥ ΕΛΙΣΑΒΕΤ | Ν.Ο.ΚΑΒΑΛΑΣ | 1:21.14 |
| 2003 | ΜΑΚΑΡΙΤΟΥ ΕΛΙΣΑΒΕΤ | Ν.Ο.ΚΑΒΑΛΑΣ | 1:21.42 |
| 2002 | ΚΙΟΥΡΚΑ ΑΝΝΑ | ΠΑΟΚ | 1:21.40 |
| 2001 | ΜΑΚΑΡΙΤΟΥ ΕΛΕΝΗ | Ν.Ο.ΚΑΒΑΛΑΣ | 1:23.65 |
| 2000 | ΚΥΠΡΙΑΝΙΔΟΥ ΣΕΒΑΣΤΗ | ΗΡΑΚΛΗΣ | 1:20.94 |
| 1999 | ΜΠΑΖΟΥΚΑ ΖΩΗ | ΑΡΗΣ | 1:24.41 |
| 1998 | ΕΞΑΡΧΟΥ ΑΓΓΕΛΙΚΗ | Α.Κ.Ο.ΤΡΙΚΑΛΩΝ | 1:21.94 |
| 1997 | ΓΕΩΡΓΑΚΗ ΒΑΡΒΑΡΑ | Ν.Ο.ΛΑΡΙΣΑΣ | 1:21.51 |
| 1996 | ΕΥΤΑΤΟΓΛΟΥ ΜΑΡΙΑ | ΑΛΜΠΑΤΡΟΣ ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗΣ | 1:27.69 |
| 1995 | ΚΟΡΜΠΕΤΗ ΚΕΡΑΣΙΑ | ΟΛΥΜΠΙΑΚΟΣ ΒΟΛΟΥ | 1:19.61 |
| 1994 | ΚΑΪΣΗ ΙΩΑΝΝΑ | ΑΛΜΠΑΤΡΟΣ ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗΣ | 1:21.61 |
| 1993 | ΚΥΡΙΑΖΑΚΗ ΜΑΡΙΑ | Κ.Ο.ΣΕΡΡΩΝ | 1:20.84 |
| 1992 | ΚΟΤΡΩΤΣΙΟΥ ΟΛΥΜΠΙΑ | ΑΛΜΠΑΤΡΟΣ ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗΣ | 1:23.99 |
| 1991 | ΚΑΛΙΓΑ ΚΟΡΝΗΛΙΑ | ΑΡΧΕΛΑΟΣ ΚΑΤΕΡΙΝΗΣ | 1:25.68 |
| 1990 | ΠΑΠΑΔΗΜΗΤΡΙΟΥ ΧΑΪΔΩ | Κ.Ο.ΔΡΑΜΑΣ | 1:20.27 |
| 1989 | ΚΑΜΠΟΥΚΟΥ ΕΥΓΕΝΙΑ | ΗΡΑΚΛΗΣ | 1:22.33 |
| 1988 | ΠΛΑΣΤΗΡΑ ΟΛΓΑ | Κ.Ο.ΚΑΡΔΙΤΣΑΣ | 1:21.15 |
| **200μ. ΠΡΟΣΘΙΟ** | | | |
| **ΕΤΟΣ** | **ΚΟΛΥΜΒΗΤΡΙΑ** | **ΣΥΛΛΟΓΟΣ** | **ΕΠΙΔΟΣΗ** |
| 2025 |  |  |  |
| 2024 | ΧΑΛΚΙΑ ΔΗΜΗΤΡΑ | Κ.Ε.ΚΟΖΑΝΗΣ | 2:52.47 |
| 2023 | ΚΑΡΑΪΣΚΟΥ ΕΥΑΓΓΕΛΙΑ | Ο.Ε.Α.Ν.Α.ΒΟΛΟΥ | 2:57.53 |
| 2022 | ΚΑΡΑΓΙΑΝΝΑΚΗ ΣΟΦΙΑ | Κ.Ε.ΚΟΖΑΝΗΣ | 2:48.38 |
| 2021 | - | - | - |
| 2020 | ΝΕΤΑ ΒΑΣΙΛΙΑ | Σ.Α.Π.Κ.ΝΕΑΠΟΛΗΣ | 2:53.33 |
| 2019 | ΖΑΜΠΡΟΥ ΑΝΝΑ | Κ.Ε.ΚΟΖΑΝΗΣ | 2:47.22 |
| 2018 | ΣΜΙΛΙΑΝΗ ΑΝΑΣΤΑΣΙΑ | ΗΡΑΚΛΗΣ | 2:47.75 |
| 2017 | ΤΡΥΠΑ ΣΟΦΙΑ-ΕΙΡΗΝΗ | ΟΛΥΜΠΙΑΚΟΣ ΒΟΛΟΥ | 2:55.78 |
| 2016 | ΠΟΛΥΖΗ ΕΛΕΝΗ | Κ.Α.ΝΑΟΥΣΑ | 3:02.01 |
| 2015 | ΧΑΤΖΗ ΜΑΡΙΑ | Α.Σ.ΑΛΜΠΑΤΡΟΣ ΙΩΑΝΝΙΝΩΝ | 2:54.35 |
| 2014 | ΚΟΥΡΓΙΑ ΛΕΥΚΟΘΕΑ | ΝΗΡΕΑΣ ΙΩΑΝΝΙΝΩΝ | 2:48.58 |
| 2013 | ΠΕΛΚΟΥΔΗ ΑΙΚΑΤΕΡΙΝΗ | ΗΡΑΚΛΗΣ | 2:55.99 |
| 2012 | ΑΣΠΡΑΓΚΑΘΟΥ ΑΝΑΣΤΑΣΙΑ | ΔΕΛΦΙΝΙΑ ΠΤΟΛΕΜΑΪΔΑΣ | 2:52.28 |
| 2011 | ΔΙΝΙΝΑΚΗ ΠΕΤΡΟΥΛΑ | ΕΝΩΣΗ ΣΥΚΕΩΝ ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗΣ | 2:48.53 |
| **2010** | **ΣΙΑΤΕΡΛΗ ΒΑΡΒΑΡΑ** | **ΠΟΣΕΙΔΩΝΑΣ ΙΩΑΝΝΙΝΩΝ** | **2:42.72** |
| 2009 | ΣΙΑΤΕΡΛΗ ΒΑΡΒΑΡΑ | ΠΟΣΕΙΔΩΝΑΣ ΙΩΑΝΝΙΝΩΝ | 2:58.20 |
| 2008 | ΠΑΠΑΔΟΠΟΥΛΟΥ ΑΡΓΥΡΗ | Κ.Ο.ΔΡΑΜΑΣ | 2:54.11 |
| 2007 | ΜΗΤΙΑ ΙΦΙΓΕΝΕΙΑ | ΠΟΣΕΙΔΩΝΑΣ ΚΟΖΑΝΗΣ | 2:56.92 |
| 2006 | ΜΙΧΑΛΑΚΑ ΜΑΡΙΑ-ΓΕΩΡΓΙΑ | ΑΡΗΣ | 2:46.23 |
| 2005 | ΠΑΠΑΣΤΑΘΗ ΙΩΑΝΝΑ | Α.Κ.Ο.ΤΡΙΚΑΛΩΝ | 2:56.03 |
| 2004 | ΜΑΚΑΡΙΤΟΥ ΕΛΙΣΑΒΕΤ | Ν.Ο.ΚΑΒΑΛΑΣ | 2:51.01 |
| 2003 | ΜΑΚΑΡΙΤΟΥ ΕΛΙΣΑΒΕΤ | Ν.Ο.ΚΑΒΑΛΑΣ | 2:54.07 |
| 2002 | ΚΙΟΥΡΚΑ ΑΝΝΑ | ΠΑΟΚ | 2:53.46 |
| 2001 | ΜΑΚΑΡΙΤΟΥ ΕΛΕΝΗ | Ν.Ο.ΚΑΒΑΛΑΣ | 2:59.08 |
| 2000 | ΚΥΠΡΙΑΝΙΔΟΥ ΣΕΒΑΣΤΗ | ΗΡΑΚΛΗΣ | 2:52.93 |
| 1999 | ΜΠΑΖΟΥΚΑ ΖΩΗ | ΑΡΗΣ | 2:56.65 |
| 1998 | ΕΞΑΡΧΟΥ ΑΓΓΕΛΙΚΗ | Α.Κ.Ο.ΤΡΙΚΑΛΩΝ | 2:58.71 |
| 1997 | ΣΠΑΝΙΔΟΥ ΕΥΡΩΠΗ | ΕΘΝΙΚΟΣ ΚΟΖΑΝΗΣ | 3:01.75 |
| 1996 | ΜΑΡΓΑΡΙΤΗ ΜΑΡΙΑ | Ο.Θ.Α.ΚΑΒΑΛΑΣ | 3:07.17 |
| 1995 | ΚΟΡΜΠΕΤΗ ΚΕΡΑΣΙΑ | ΟΛΥΜΠΙΑΚΟΣ ΒΟΛΟΥ | 2:50.76 |
| 1994 | ΚΑΪΣΗ ΙΩΑΝΝΑ | ΑΛΜΠΑΤΡΟΣ ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗΣ | 2:56.27 |
| 1993 | ΚΥΡΙΑΖΑΚΗ ΜΑΡΙΑ | Κ.Ο.ΣΕΡΡΩΝ | 2:51.79 |
| 1992 | ΚΟΤΡΩΤΣΙΟΥ ΟΛΥΜΠΙΑ | ΑΛΜΠΑΤΡΟΣ ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗΣ | 3:00.43 |
| 1991 | ΚΑΛΙΓΑ ΚΟΡΝΗΛΙΑ | ΑΡΧΕΛΑΟΣ ΚΑΤΕΡΙΝΗΣ | 3:04.00 |
| 1990 | ΚΑΜΠΟΥΚΟΥ ΣΟΦΙΑ | ΗΡΑΚΛΗΣ | 2:52.44 |
| 1989 | ΣΙΔΗΡΟΠΟΥΛΟΥ ΚΥΡΙΑΚΗ | Κ.Ο.ΣΕΡΡΩΝ | 2:46.92 |
| 1988 | ΠΛΑΣΤΗΡΑ ΟΛΓΑ | Κ.Ο.ΚΑΡΔΙΤΣΑΣ | 2:52.36 |
| **200μ. ΜΙΚΤΗ ΑΤΟΜΙΚΗ** | | | |
| **ΕΤΟΣ** | **ΚΟΛΥΜΒΗΤΡΙΑ** | **ΣΥΛΛΟΓΟΣ** | **ΕΠΙΔΟΣΗ** |
| 2025 |  |  |  |
| 2024 | ΧΑΛΚΙΑ ΔΗΜΗΤΡΑ | Κ.Ε.ΚΟΖΑΝΗΣ | 2:36.43 |
| 2023 | ΝΙΖΑΜΗ ΙΟΥΛΙΑ | Ο.Ε.Α.Ν.Α.ΒΟΛΟΥ | 2:37.82 |
| 2022 | ΤΣΑΟΥΣΙ ΔΑΝΑΗ | Ν.Ο.ΛΑΡΙΣΑΣ | 2:30.79 |
| 2021 | - | - | - |
| 2020 | ΑΛΕΞΑΚΗ ΚΥΡΙΑΚΗ | Ο.Φ.Θ.ΑΛΕΞΑΝΔΡΟΥΠΟΛΗΣ | 2:35.44 |
| 2019 | ΖΑΜΠΡΟΥ ΑΝΝΑ | Κ.Ε.ΚΟΖΑΝΗΣ | 2:32.30 |
| **2018** | **ΙΩΑΝΝΙΔΗ ΕΥΤΥΧΙΑ** | **ΝΙΚΗ ΒΟΛΟΥ** | **2:28.06** |
| 2017 | ΤΡΥΠΑ ΣΟΦΙΑ-ΕΙΡΗΝΗ | ΟΛΥΜΠΙΑΚΟΣ ΒΟΛΟΥ | 2:35.67 |
| 2016 | ΧΑΤΖΗΕΦΡΑΙΜΙΔΟΥ ΜΑΡΙΑ | ΝΙΚΗ ΒΟΛΟΥ | 2:32.53 |
| 2015 | ΚΩΝΣΤΑΝΤΙΝΙΔΟΥ ΦΩΤΕΙΝΗ | Κ.Ο.ΔΡΑΜΑΣ | 2:34.78 |
| 2014 | ΞΕΝΙΤΟΠΟΥΛΟΥ ΕΛΕΝΗ | Ν.Ο.ΑΛΕΞΑΝΔΡΟΥΠΟΛΗΣ | 2:42.29 |
| 2013 | ΠΕΛΚΟΥΔΗ ΑΙΚΑΤΕΡΙΝΗ | ΗΡΑΚΛΗΣ | 2:43.70 |
| 2012 | ΑΣΠΡΑΓΚΑΘΟΥ ΑΝΑΣΤΑΣΙΑ | ΔΕΛΦΙΝΙΑ ΠΤΟΛΕΜΑΪΔΑΣ | 2:40.26 |
| 2011 | ΣΚΑΛΙΔΟΥ ΣΜΑΡΑΓΔΑ | ΠΑΟΚ | 2:38.76 |
| 2010 | ΒΙΟΛΟΥ ΚΑΡΙΝΑ | Ο.Φ.Θ.ΑΛΕΞΑΝΔΡΟΥΠΟΛΗΣ | 2:44.12 |
| 2009 | ΤΖΙΝΤΡΟΥΔΗ-ΓΑΪΤΑΝΙΔΗ ΑΡΓΥΡΩ | Ν.Ο.ΒΟΛΟΥ ΑΡΓΟΝΑΥΤΕΣ | 2:34.86 |
| 2008 | ΠΑΠΑΔΟΠΟΥΛΟΥ ΑΡΓΥΡΗ | Κ.Ο.ΔΡΑΜΑΣ | 2:38.89 |
| 2007 | ΜΟΥΣΤΑΚΑ ΕΛΛΗ | Ο.Φ.Θ.ΑΛΕΞΑΝΔΡΟΥΠΟΛΗΣ | 2:42.59 |
| 2006 | ΠΑΠΑΣΤΑΘΗ ΙΩΑΝΝΑ | Α.Κ.Ο.ΤΡΙΚΑΛΩΝ | 2:36.26 |
| 2005 | ΚΑΠΑΝΤΑΗ ΕΛΕΝΗ | Ν.Ο.ΜΟΥΔΑΝΙΩΝ | 2:42.77 |
| 2004 | ΡΟΠΟΥΛΟΥ ΑΛΕΞΙΑ-ΚΡΥΣΤΑΛΕΝΝΙΑ | Ν.Ο.ΑΛΕΞΑΝΔΡΟΥΠΟΛΗΣ | 2:42.68 |
| 2003 | ΜΑΚΑΡΙΤΟΥ ΕΛΙΣΑΒΕΤ | Ν.Ο.ΚΑΒΑΛΑΣ | 2:44.04 |
| 2002 | ΜΠΛΕΤΣΑ ΑΝΔΡΟΜΑΧΗ | ΠΟΣΕΙΔΩΝΑΣ ΙΩΑΝΝΙΝΩΝ | 2:40.01 |
| 2001 | ΚΟΥΦΟΓΙΑΝΝΟΥ ΠΟΛΥΤΙΜΗ | Κ.Ο.ΔΡΑΜΑΣ | 2:46.21 |
| 2000 | ΚΥΠΡΙΑΝΙΔΟΥ ΣΕΒΑΣΤΗ | ΗΡΑΚΛΗΣ | 2:42.76 |
| 1999 | ΒΑΣΙΛΟΠΟΥΛΟΥ ΔΕΣΠΟΙΝΑ | Ν.Ο.ΛΑΡΙΣΑΣ | 2:45.44 |
| 1998 | ΟΙΚΟΝΟΜΟΥ ΕΛΕΝΗ | ΑΚΑΔΗΜΙΑ ΠΙΕΡΙΑΣ | 2:45.82 |
| 1997 | ΓΕΩΡΓΑΚΗ ΒΑΡΒΑΡΑ | Ν.Ο.ΛΑΡΙΣΑΣ | 2:45.53 |
| 1996 | ΣΤΒΟΡΑ ΑΓΚΝΙΕΣΚΑ | Ο.Ε.Α.Ν.Α.ΒΟΛΟΥ | 2:43.33 |
| 1995 | ΚΟΡΜΠΕΤΗ ΚΕΡΑΣΙΑ | ΟΛΥΜΠΙΑΚΟΣ ΒΟΛΟΥ | 2:41.32 |
| 1994 | ΚΑΪΣΗ ΙΩΑΝΝΑ | ΑΛΜΠΑΤΡΟΣ ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗΣ | 2:45.32 |
| 1993 | ΚΟΥΤΡΟΚΟΗ ΘΕΟΔΩΡΑ | ΑΛΜΠΑΤΡΟΣ ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗΣ | 2:39.85 |
| 1992 | ΚΑΡΑΛΗ ΜΑΡΙΑ | ΑΛΜΠΑΤΡΟΣ ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗΣ | 2:43.05 |
| 1991 | ΣΤΑΘΑΚΗ ΚΑΛΛΙΟΠΗ | ΑΛΜΠΑΤΡΟΣ ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗΣ | 2:43.83 |
| 1990 | ΠΑΠΑΔΗΜΗΤΡΙΟΥ ΧΑΪΔΩ | Κ.Ο.ΔΡΑΜΑΣ | 2:40.34 |
| 1989 | ΑΚΟΥΜΙΑΝΑΚΗ ΔΕΣΠΟΙΝΑ | ΗΡΑΚΛΗΣ | 2:44.16 |
| 1988 | ΤΕΛΙΔΟΥ ΘΑΛΕΙΑ | ΗΡΑΚΛΗΣ | 2:49.57 |
| **400μ. ΜΙΚΤΗ ΑΤΟΜΙΚΗ** | | | |
| **ΕΤΟΣ** | **ΚΟΛΥΜΒΗΤΡΙΑ** | **ΣΥΛΛΟΓΟΣ** | **ΕΠΙΔΟΣΗ** |
| 2025 |  |  |  |
| 2024 | ΧΑΛΚΙΑ ΔΗΜΗΤΡΑ | Κ.Ε.ΚΟΖΑΝΗΣ | 5:25.40 |
| 2023 | ΛΕΚΚΑ ΙΩΑΝΝΑ | ΠΑΣ ΓΙΑΝΝΙΝΑ | 5:45.86 |
| 2022 | ΤΣΑΟΥΣΙ ΔΑΝΑΗ | Ν.Ο.ΛΑΡΙΣΑΣ | 5:25.47 |
| 2021 | - | - | - |
| **2020** | **ΠΑΠΑΝΙΚΟΛΗ ΧΡΙΣΤΙΝΑ** | **ΑΘΛΗΤΙΚΗ ΑΚΑΔΗΜΙΑ ΑΣΤΕΡΙΑ** | **5:22.10** |
| 2019 | ΖΑΜΠΡΟΥ ΑΝΝΑ | Κ.Ε.ΚΟΖΑΝΗΣ | 5:24.25 |
| 2018 | ΚΩΝΣΤΑΝΤΙΝΙΔΟΥ ΧΡΥΣΑΝΘΗ | Ν.Ο.ΚΑΒΑΛΑΣ | 5:43.79 |
| 2017 | ΧΑΤΖΗΕΦΡΑΙΜΙΔΟΥ ΜΑΡΙΝΑ | ΝΙΚΗ ΒΟΛΟΥ | 5:31.16 |
| 2016 | ΑΠΟΣΤΟΛΙΔΟΥ ΡΑΦΑΕΛΑ | Κ.Ο.ΔΡΑΜΑΣ | 5:36.15 |
| 2015 | ΚΩΝΣΤΑΝΤΙΝΙΔΟΥ ΦΩΤΕΙΝΗ | Κ.Ο.ΔΡΑΜΑΣ | 5:31.52 |
| 2014 | ΚΟΚΚΑΛΗ ΕΛΕΟΝΩΡΑ | Κ.Ο.ΙΩΑΝΝΙΝΩΝ | 5:23.67 |
| 2013 | ΜΠΑΔΑΝΗ ΜΑΡΙΝΑ-ΞΑΝΘΗ | Ο.Φ.Θ.ΑΛΕΞΑΝΔΡΟΥΠΟΛΗΣ | 5:28.28 |
| 2012 | ΙΣΜΥΡΛΗ ΑΝΑΣΤΑΣΙΑ | Κ.Ο.ΔΡΑΜΑΣ | 5:32.19 |
| 2011 | ΧΑΛΙΑΜΠΑΛΙΑ ΒΑΣΙΛΙΚΗ-ΑΓΓΕΛΙΚΗ | Ν.Ο.ΛΑΡΙΣΑΣ | 5:39.30 |
| 2010 | ΣΙΑΤΕΡΛΗ ΒΑΡΒΑΡΑ | ΠΟΣΕΙΔΩΝΑΣ ΙΩΑΝΝΙΝΩΝ | 5:31.44 |
| 2009 | ΤΖΙΝΤΡΟΥΔΗ-ΓΑΪΤΑΝΙΔΗ ΑΡΓΥΡΩ | Ν.Ο.ΒΟΛΟΥ ΑΡΓΟΝΑΥΤΕΣ | 5:27.71 |
| 2008 | ΝΤΑΚΟΥΛΑ ΗΛΕΚΤΡΑ-ΧΡΙΣΤΙΝΑ | ΠΟΣΕΙΔΩΝΑΣ ΙΩΑΝΝΙΝΩΝ | 5:43.21 |
| 2007 | ΒΑΪΤΣΑΚΗ ΔΗΜΗΤΡΑ | Ο.Φ.Θ.ΑΛΕΞΑΝΔΡΟΥΠΟΛΗΣ | 5:40.19 |
| 2006 | ΚΟΥΣΑΡΗ ΕΥΓΕΝΙΑ | Ο.Φ.Θ.ΑΛΕΞΑΝΔΡΟΥΠΟΛΗΣ | 5:46.58 |
| 2005 | ΘΕΟΔΩΡΙΔΟΥ ΑΝΑΣΤΑΣΙΑ | Κ.Ο.ΔΡΑΜΑΣ | 5:46.59 |
| 2004 | ΜΑΚΑΡΙΤΟΥ ΕΛΙΣΑΒΕΤ | Ν.Ο.ΚΑΒΑΛΑΣ | 5:29.70 |
| 2003 | ΚΟΡΔΙΣΤΑ ΘΕΟΠΙΣΤΗ | Ν.Ο.ΛΑΡΙΣΑΣ | 5:50.28 |
| 2002 | ΕΜΜΑΝΟΥΗΛΙΔΟΥ ΑΙΚΑΤΕΡΙΝΗ | Ν.Ο.ΑΛΕΞΑΝΔΡΟΥΠΟΛΗΣ | 5:40.67 |
| 2001 | ΚΟΥΦΟΓΙΑΝΝΟΥ ΠΟΛΥΤΙΜΗ | Κ.Ο.ΔΡΑΜΑΣ | 5:50.43 |
| 2000 | ΤΣΟΥΤΣΑ ΕΙΡΗΝΗ | Ν.Ο.ΚΑΒΑΛΑΣ | 6:01.07 |
| 1999 | ΤΣΑΡΟΥΧΗ ΚΕΡΑΣΑ | Ο.Θ.Α.ΚΑΒΑΛΑΣ | 5:52.89 |
| 1998 | ΣΑΠΡΙΚΗ ΣΟΦΙΑ-ΕΥΣΤΑΘΙΑ | ΠΟΣΕΙΔΩΝΑΣ ΚΟΖΑΝΗΣ | 5:34.97 |
| 1997 | ΠΑΤΣΙΚΑ ΑΓΝΗ | ΕΘΝΙΚΟΣ ΚΟΖΑΝΗΣ | 5:59.30 |
| 1996 | ΣΤΒΟΡΑ ΑΓΚΝΙΕΣΚΑ | Ο.Ε.Α.Ν.Α.ΒΟΛΟΥ | 5:50.84 |
| 1995 | ΝΙΚΟΛΑΪΔΟΥ ΕΙΡΗΝΗ | Ν.Ο.ΚΑΒΑΛΑΣ | 5:43.59 |
| 1994 | ΧΑΛΚΙΑ ΑΙΚΑΤΕΡΙΝΗ | ΠΟΣΕΙΔΩΝΑΣ ΚΟΖΑΝΗΣ | 6:15.84 |
| 1993 | ΚΟΥΤΡΟΚΟΗ ΘΕΟΔΩΡΑ | ΑΛΜΠΑΤΡΟΣ ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗΣ | 5:41.55 |
| 1992 | ΚΩΣΤΑ ΕΙΡΗΝΗ | ΑΡΗΣ | 5:47.09 |
| 1991 | ΤΣΙΤΣΕ ΕΥΡΙΔΙΚΗ | Ο.Ε.Α.Ν.Α.ΒΟΛΟΥ | 5:32.58 |
| 1990 | ΧΑΣΙΩΤΗ ΕΥΜΟΡΦΙΑ | Ν.Ο.ΒΟΛΟΥ ΑΡΓΟΝΑΥΤΕΣ | 5:40.54 |
| 1989 | ΑΚΟΥΜΙΑΝΑΚΗ ΔΕΣΠΟΙΝΑ | ΗΡΑΚΛΗΣ | 5:39.12 |
| 1988 | ΠΑΪΣΗ ΒΑΣΙΛΙΚΗ | Κ.Ο.ΚΑΡΔΙΤΣΑΣ | 5:38.81 |