



## **ΗΛΥΣΙΑΚΟΣ Α.Ο.**

ΕΤΟΣ ΙΔΡΥΣΗΣ 1927

### ΔΙΕΥΘΥΝΣΗ ΕΠΙΚΟΙΝΩΝΙΑΣ

Εηρογιάννη 63-65  
15771 Ζωγράφου  
Τηλ : 210-77 77 410

### ΔΙΕΥΘΥΝΣΗ ΚΟΛΥΜΒΗΤΗΡΙΟΥ

Ταξίλου 42, Αθήνα 11528  
210 77 74 455 (16.00-21.00)  
ilisiakoskolimvisi@gmail.com

### Τμήματα :

Ποδόσφαιρο

Μπάσκετ

Βόλεϊ

### **Κολύμβηση**

Υδατοσφαίριση

Χειροσφαίριση

Ξιφασκία

Τοξοβολία

Μποξ – Kick boxing

### **Προς :**

κ. Πρόεδρο Κ.Ο.Ε.

Περιφερειακή Επιτροπή

Μηχανοργάνωση

Σωματεία που ανήκουν στη

Δύναμη της Κ.Ο.Ε.

### **Θέμα :**

5<sup>ο</sup> ΗΛΥΣΙΑΚΟΣ SWIMMING  
FAMILY CUP

ΑΓΩΝΕΣ ΑΓΩΝΙΣΤΙΚΩΝ  
ΚΑΤΗΓΟΡΙΩΝ

ΑΓΩΝΕΣ ΠΡΟΑΓΩΝΙΣΤΙΚΩΝ  
ΚΑΤΗΓΟΡΙΩΝ

ΑΓΩΝΕΣ ΜΙΝΙ ΚΑΤΗΓΟΡΙΩΝ

ΑΓΩΝΕΣ ΒΕΤΕΡΑΝΩΝ  
(MASTERS)

Αθήνα, 2 Μαρτίου 2026

Ο ΗΛΥΣΙΑΚΟΣ Α.Ο ΤΜΗΜΑ ΥΓΡΟΥ ΣΤΙΒΟΥ διοργανώνει σε συνεργασία με το Δήμο Ζωγράφου, στο Ανοιχτό Κολυμβητήριο του Αθλητικού Κέντρου Ιλισίων "Αντώνης Φώτσης", την κολυμβητική συνάντηση των εξής κατηγοριών :

- ΑΓΩΝΙΣΤΙΚΗΣ
- ΠΡΟΑΓΩΝΙΣΤΙΚΗΣ
- ΜΙΝΙ
- ΒΕΤΕΡΑΝΩΝ (MASTERS)

με την επωνυμία **5<sup>ο</sup> ΗΛΥΣΙΑΚΟΣ SWIMMING FAMILY CUP** Λαμβάνοντας όλα τα απαραίτητα μέτρα και προφυλάξεις υγιεινής και ασφάλειας των αθλητών / αθλητριών και των παρευρισκόμενων, οι αγώνες Κολύμβησης θα διεξαχθούν υπό την παρουσία ιατρού, καθώς και με ναυαγοσωστική κάλυψη καθ' όλη τη διάρκεια της διοργάνωσης, σε κολυμβητήριο το οποίο διαθέτει άδεια λειτουργίας αθλητικής εγκατάστασης εν ισχύ.

Η τέλεση των αγώνων θα γίνει σύμφωνα με τον Κώδικα Ακεραιότητας (**Integrity Code**) και τους ισχύοντες κανονισμούς της **WORLD AQUATICS** για το άθλημα της κολύμβησης, τους κανονισμούς της Κ.Ο.Ε., καθώς και με την παρούσα προκήρυξη.

- **Τόπος διεξαγωγής:** Ανοιχτό Κολυμβητήριο του Αθλητικού Κέντρου Ιλισίων "Αντώνης Φώτσης" Ταξίλου 42, Ζωγράφου <https://maps.app.goo.gl/EtqpfEXurTmBPunh9>
- **Κολυμβητήριο:** 50 μέτρων, 10 διαδρομών, χρήση βατήρων, θερμοκρασία νερού 27°C, χωρητικότητα 1.254 θέσεων
- **Πρόθεση συμμετοχής :** έως και την Παρασκευή 03 Απριλίου 2026 στο email του Συλλόγου [ilisiakoskolimvisi@gmail.com](mailto:ilisiakoskolimvisi@gmail.com)

- **Δικαίωμα συμμετοχής:** Όλοι οι Σύλλογοι που είναι εγγεγραμμένα μέλη της Κολυμβητικής Ομοσπονδίας Ελλάδας. Όλοι οι συμμετέχοντες στους ανωτέρω αγώνες, κατά την περίοδο υποβολής δηλώσεων συμμετοχής και διεξαγωγής τους, θα πρέπει να έχουν κάρτες υγείας και διαπίστευσης σε ισχύ. Δεν θα υπάρξει δικαίωμα συμμετοχής εκτός συναγωνισμού
- **Δηλώσεις συμμετοχής :** έως και την Παρασκευή 17 Απριλίου 2026 στην πλατφόρμα της Κ.Ο.Ε. [https://clubs.koe.org.gr/KOEWebEntries\\_PROD/](https://clubs.koe.org.gr/KOEWebEntries_PROD/) (Σε περίπτωση μεγάλης συμμετοχής πέραν του ορίου συμμετοχών που προσδιορίζει η Κ.Ο.Ε., θα αξιολογηθεί πρώτα η ύπαρξη της Πρόθεσης.)
- **Χρονομέτρηση:** Ισχύουν οι γενικοί κανονισμοί με επίσημη και ηλεκτρονική χρονομέτρηση υπό την αιγίδα της Κ.Ο.Ε.
- **Κόστος συμμετοχής:** Με βάση τις δηλώσεις συμμετοχής του συλλόγου, το κόστος συμμετοχής ανά αθλητή/τρια ανέρχεται στα 22 € σε όλες τις κατηγορίες, πλην της κατηγορίας MINI, το κόστος της οποίας θα είναι 18 €. Σύμφωνα με την υπ' αριθ. πρωτ. 622/ε 30/1/18 απόφαση της Κ.Ο.Ε. τα 5 € της συμμετοχής αποδίδονται στην Κολυμβητική Ομοσπονδία. Οι αθλητές και οι αθλήτριες της Εθνικής Ομάδας θα αγωνισθούν δωρεάν. Το ποσό που αναλογεί σε κάθε σύλλογο, πλην των 5€ ανά αθλητή/τρια που αποδίδονται στην Κ.Ο.Ε., πρέπει να καταβάλλεται στη γραμματεία του τμήματος και τον υπεύθυνο οικονομικής διαχείρισης, οι οποίοι θα βρίσκονται στη γραμματεία των αγώνων, πριν την έναρξη αυτών.

Έως την Τετάρτη 21 Απριλίου 2026 και ώρα 14.00, θα πρέπει να υποβληθεί ηλεκτρονικά στην πλατφόρμα της ΚΟΕ → Entries → FinancialControl, το αντίγραφο του καταθετηρίου πληρωμής του παράβολου των 5€ ανά συμμετέχοντα αθλητή/τρια από κάθε Σωματείο. Σε άλλη περίπτωση, οι δηλώσεις δεν θα περιλαμβάνονται στο φύλλο αγώνα και η συμμετοχή των αθλητών/τριών στον αγώνα δεν θα είναι δυνατή.

*Τραπεζικοί λογαριασμοί Κολυμβητικής Ομοσπονδίας Ελλάδος*

1. Εθνική Τράπεζα - IBAN: GR66 0110 0800 0000 0804 8090 172
2. Eurobank - IBAN: GR82 0260 2770 0007 0020 1520 045
3. Alpha Bank - IBAN: GR15 0140 1470 1470 0232 0003 260
4. Piraeus Bank - IBAN: GR91 0171 7270 0067 2716 3708 450

- **Δικαίωμα τροποποίησης του προγράμματος:** Η διοργανώτρια αρχή διατηρεί το δικαίωμα τροποποίησης του προγράμματος, των σειρών, των ωρών έναρξης ή και επιμέρους όρων της παρούσας προκήρυξης, εφόσον αυτό καταστεί αναγκαίο για λόγους ομαλής και ασφαλούς διεξαγωγής των αγώνων ή λόγω αυξημένου αριθμού συμμετοχών



- **Υπεύθυνος Τμήματος Υγρού Στίβου :** Μάρκος Κορελόπουλος

**Πληροφορίες:**

- Γραμματεία Υγρού Στίβου 210 7774455
- Καπενής Βασίλης (Υπεύθυνος αγωνιστικής ομάδας) 6936842293
- Λεπατατζή Βάσια (Υπεύθυνη Προαγωνιστικής / Mini Κατηγορίας) 6943026645
- Άρης Λοϊζος (Υπεύθυνος ομάδας MASTERS) 6943026645
- Τσιλογιάννης Γιώργος(6945292481)
- Ξυδάς Δημήτρης (6944769819)
- Κολοβέας Νίκος (6974949930)



# ΠΡΟΚΗΡΥΞΗ ΑΓΩΝΩΝ – 5<sup>ο</sup> ΗΛΥΣΙΑΚΟΣ SWIMMING FAMILY CUP

Διοργανωτής: ΗΛΥΣΙΑΚΟΣ Α.Ο ΤΜΗΜΑ ΥΓΡΟΥ ΣΤΙΒΟΥ

## ΑΓΩΝΙΣΤΙΚΕΣ ΚΑΤΗΓΟΡΙΕΣ

Πρόγραμμα- Ώρες έναρξης:

1. Παρασκευή, 24 Απριλίου 2026, 16:30
2. Σάββατο, 25 Απριλίου 2026, 16:30
3. Κυριακή, 26 Απριλίου 2026, 16:30

## ΟΡΟΙ ΣΥΜΜΕΤΟΧΗΣ

- Η ημερίδα θα είναι με μορφή Ανοικτής κατηγορίας, δηλαδή οι κολυμβητές και οι κολυμβήτριες θα τοποθετούνται στις σειρές βάσει του χρόνου και ανεξάρτητα από την ηλικία τους, η δε κατάταξή τους θα γίνεται ξεχωριστά για κάθε κατηγορία.
- Ο κάθε αθλητής - αθλήτρια μπορεί να συμμετέχει το πολύ σε τέσσερα (4) αγωνίσματα.
- Σειρές – κατάταξη: Οι σειρές των αγώνων θα διεξαχθούν σε τελικές σειρές βάσει χρόνου. Η κατάταξη στα αποτελέσματα θα γίνεται ανά κατηγορία.
- Κάθε Σύλλογος έχει δικαίωμα να συμμετάσχει με απεριόριστο αριθμό κολυμβητών και κολυμβητριών σε κάθε αγώνισμα.
- Βραβεύσεις, μετάλλια και διπλώματα θα απονεμηθούν στους τρεις (3) πρώτους νικητές ανά κατηγορία. Θα απονεμηθεί τιμητικό κύπελλο στον πολυνίκη Σύλλογο.
- Στα αγωνίσματα των 1500m και 800m Ελεύθερο ΑΝΔΡΩΝ-ΓΥΝΑΙΚΩΝ θα γίνουν απο 2 σειρές των 10 αθλητών - αθλητριών. Θα γίνουν δεκτοί οι 20 πρώτοι χρόνοι μετά την ολοκλήρωση των δηλώσεων συμμετοχής.
- Στον/στην αθλητή/αθλήτρια που θα συγκεντρώσει την υψηλότερη βαθμολογία βάσει του συστήματος *World Aquatics Points*, καθώς και σε όποιον/α επιτύχει νέο Πανελλήνιο Ρεκόρ, θα απονεμηθεί χρηματικό έπαθλο **150€**.  
Το χρηματικό έπαθλο απονέμεται στη μνήμη της εφόρου του Ηλυσιακού **Γεωργίας Καλογεροπούλου**.
- **Τελετή Έναρξης:** Η τελετή έναρξης του 5<sup>ου</sup> ΗΛΥΣΙΑΚΟΣ SWIMMING FAMILY CUP θα γίνει το Σάββατο, 25 Απριλίου 2026, πριν την επίσημη έναρξη των αγώνων για 15 λεπτά.
- **Τεχνική Σύσκεψη:** Η Τεχνική σύσκεψη των αγώνων του 5<sup>ου</sup> ΗΛΥΣΙΑΚΟΣ SWIMMING FAMILY CUP θα πραγματοποιηθεί πριν την έναρξη της 1<sup>ης</sup> Αγωνιστικής Ενότητας στο χώρο της πισίνας του κολυμβητηρίου "ΊΛΙΣΙΟ ΚΟΛΥΜΒΗΤΗΡΙΟ".



Πρόγραμμα αγώνων Αγωνιστικών κατηγοριών:

1 <sup>η</sup> Αγωνιστική		Απόγευμα
Παρασκευή, 24 Απριλίου		
Προθέρμανση: από 15:30		Έναρξη 16:30
α/α	Αγώνισμα	Κατηγορία
1	200m Ελεύθερο	Ανδρών
2	200m Ελεύθερο	Γυναικών
3	50m Ύπτιο	Ανδρών
4	50m Ύπτιο	Γυναικών
5	50m Πρόσθιο	Ανδρών
6	50m Πρόσθιο	Γυναικών
7	100m Πεταλούδα	Ανδρών
8	100m Πεταλούδα	Γυναικών
9	200m Μικτή Ατομική	Ανδρών
10	200m Μικτή Ατομική	Γυναικών
11	1.500m Ελεύθερο	Ανδρών
12	800m Ελεύθερο	Γυναικών

2 <sup>η</sup> Αγωνιστική		Απόγευμα
Σάββατο, 25 Απριλίου		
Προθέρμανση: από 15:30		έναρξη 16:30
α/α	Αγώνισμα	Κατηγορία
1	50m Ελεύθερο	Γυναικών
2	50m Ελεύθερο	Ανδρών
3	200m Πεταλούδα	Γυναικών
4	200m Πεταλούδα	Ανδρών
5	200m Πρόσθιο	Γυναικών
6	200m Πρόσθιο	Ανδρών
7	400m Ελεύθερο	Γυναικών
8	400m Ελεύθερο	Ανδρών
9	100m Ύπτιο	Γυναικών
10	100m Ύπτιο	Ανδρών
11	1.500m Ελεύθερο	Γυναικών



3<sup>η</sup> Αγωνιστική Απόγευμα  
Κυριακή, 26 Απριλίου  
Προθέρμανση: από 15:30 Έναρξη 16:30

α/α	Αγώνισμα	Κατηγορία
1	100m Ελεύθερο	Ανδρών
2	100m Ελεύθερο	Γυναικών
3	400m Μικτή Ατομική	Ανδρών
4	400m Μικτή Ατομική	Γυναικών
5	200m Ύπτιο	Ανδρών
6	200m Ύπτιο	Γυναικών
7	50m Πεταλούδα	Ανδρών
8	50m Πεταλούδα	Γυναικών
9	100m Πρόσθιο	Ανδρών
10	100m Πρόσθιο	Γυναικών
11	800m Ελεύθερο	Ανδρών



**5<sup>ο</sup> ΗΛΥΣΙΑΚΟΣ**  
**SWIMMING FAMILY CUP**  
**— CELEBRATING 99 YEARS —**

## ΠΡΟΑΓΩΝΙΣΤΙΚΕΣ ΚΑΙ ΜΙΝΙ ΚΑΤΗΓΟΡΙΕΣ

Πρόγραμμα- Ώρες έναρξης:

1. **Σάββατο, 25 Απριλίου 2026, 09.00**
2. **Κυριακή, 26 Απριλίου 2026, 09.00**

### ΟΡΟΙ ΣΥΜΜΕΤΟΧΗΣ

- Η ημερίδα των ΜΙΝΙ και ΠΡΟΑΓΩΝΙΣΤΙΚΩΝ ΚΑΤΗΓΟΡΙΩΝ **δεν** θα είναι με τη μορφή Ανοικτής κατηγορίας αλλά ηλικιακά, δηλαδή θα τοποθετούνται στις σειρές ηλικιακά και η κατάταξή τους θα γίνεται ξεχωριστά για κάθε κατηγορία.
- Το σύνολο των ατομικών αγωνισμάτων για κάθε αθλητή - αθλήτρια 10-11-12 ετών δεν μπορεί να υπερβαίνει τα (3) αγωνίσματα στο σύνολο της διοργάνωσης και οσαδήποτε ομαδικά.
- Το σύνολο των ατομικών αγωνισμάτων για κάθε αθλητή - αθλήτρια 8-9 ετών δεν μπορεί να υπερβαίνει τα (3) αγωνίσματα στο σύνολο της διοργάνωσης
- Όλοι οι κολυμβητές-τριες μπορούν να συμμετέχουν σε έως δύο (2) αγωνίσματα ανά αγωνιστική ενότητα.
- Κάθε Σωματείο ή Σύλλογος, έχει δικαίωμα συμμετοχής με 1 ομάδα σε κάθε ομαδικό αγώνισμα.
- Κάθε Σύλλογος έχει δικαίωμα να συμμετάσχει με απεριόριστο αριθμό κολυμβητών και κολυμβητριών σε κάθε αγώνισμα.
- Βραβεύσεις, μετάλλια και διπλώματα θα απονεμηθούν στους τρεις (3) πρώτους νικητές ανά κατηγορία. Σε όλους τους αθλητές και τις αθλήτριες της κατηγορίας ΜΙΝΙ θα δοθούν διπλώματα και αναμνηστικά μετάλλια για τη συμμετοχή τους.



1<sup>η</sup> Αγωνιστική Πρωί  
Σάββατο, 25 Απριλίου  
Προθέρμανση: από 07:45 Έναρξη 09:00

α/α	Αγώνισμα	Κατηγορία
1	50m Ελεύθερο	Κορίτσια 8 – 9 ετών
2	50m Ελεύθερο	Αγόρια 8 – 9 ετών
3	50m Πρόσθιο	Κορίτσια 8 – 9 ετών
4	50m Πρόσθιο	Αγόρια 8 – 9 ετών
5	4x50 Μικτή Ομαδική mixed	2 Αγόρια / 2 Κορίτσια 8 ετών
6	4x50 Μικτή Ομαδική mixed	2 Αγόρια / 2 Κορίτσια 9 ετών

2<sup>η</sup> Αγωνιστική Πρωί  
Κυριακή, 26 Απριλίου  
Προθέρμανση: από 07:45 Έναρξη 09:00

α/α	Αγώνισμα	Κατηγορία
1	50m Ύπτιο	Αγόρια 8 – 9 ετών
2	50m Ύπτιο	Κορίτσια 8 – 9 ετών
3	100m Ελεύθερο	Αγόρια 9 ετών
4	100m Ελεύθερο	Κορίτσια 9 ετών
5	50m Πεταλούδα	Αγόρια 8 – 9 ετών
6	50m Πεταλούδα	Κορίτσια 8 – 9 ετών
7	4x50 Ελεύθερο mixed	2 Αγόρια / 2 Κορίτσια 8 ετών
8	4x50 Ελεύθερο mixed	2 Αγόρια / 2 Κορίτσια 9 ετών



1<sup>η</sup> Αγωνιστική Πρωί  
 Σάββατο, 25 Απριλίου Έναρξη αμέσως μετά την  
 Προθέρμανση: \* κατηγορία MINI

α/α	Αγώνισμα	Κατηγορία
1	50m Ελεύθερο	Κορίτσια 10-11-12ετών
2	50m Ελεύθερο	Αγόρια 10-11-12 ετών
3	50m Πρόσθιο	Κορίτσια 10-11-12ετών
4	50m Πρόσθιο	Αγόρια 10-11-12 ετών
5	100m Πεταλούδα	Κορίτσια 11-12ετών
6	100m Πεταλούδα	Αγόρια 11-12 ετών
7	100m Ύπτιο	Κορίτσια 10-11-12ετών
8	100m Ύπτιο	Αγόρια 10-11-12 ετών
9	200m Ελεύθερο	Κορίτσια 10-11-12ετών
10	200m Ελεύθερο	Αγόρια 10-11-12 ετών
11	200m Πρόσθιο	Κορίτσια 11-12ετών
12	200m Πρόσθιο	Αγόρια 11-12 ετών
13	4x50m Μικτή Ομαδική mixed	2 Αγόρια / 2 Κορίτσια 10 ετών
14	4x50m Μικτή Ομαδική mixed	2 Αγόρια / 2 Κορίτσια 11 ετών
15	4x50m Μικτή Ομαδική mixed	2 Αγόρια / 2 Κορίτσια 12 ετών

\* Για την προαγωνιστική κατηγορία θα πραγματοποιηθεί προθέρμανση διάρκειας 20 λεπτών. Η ακριβής ώρα θα ανακοινωθεί μετά την ολοκλήρωση υποβολής των δηλώσεων συμμετοχής



2<sup>η</sup> Αγωνιστική Πρωί  
Κυριακή, 26 Απριλίου Έναρξη αμέσως μετά την  
Προθέρμανση: \*\* κατηγορία MINI

α/α	Αγώνισμα	Κατηγορία
1	50m Ύπτιο	Κορίτσια 10-11-12ετών
2	50m Ύπτιο	Αγόρια 10-11-12 ετών
3	50m Πεταλούδα	Κορίτσια 10-11-12ετών
4	50m Πεταλούδα	Αγόρια 10-11-12 ετών
5	100m Ελεύθερο	Κορίτσια 10-11-12ετών
6	100m Ελεύθερο	Αγόρια 10-11-12 ετών
7	100m Πρόσθιο	Κορίτσια 10-11-12ετών
8	100m Πρόσθιο	Αγόρια 10-11-12 ετών
9	200m Ύπτιο	Κορίτσια 11-12ετών
10	200m Ύπτιο	Αγόρια 11-12 ετών
11	200m Μικτή Ατομική	Κορίτσια 10-11-12ετών
12	200m Μικτή Ατομική	Αγόρια 10-11-12 ετών
13	400m Ελεύθερο	Κορίτσια 11-12ετών
14	400m Ελεύθερο	Αγόρια 11-12 ετών
15	4x50m Ελεύθερο mixed	2 Αγόρια / 2 Κορίτσια 10 ετών
16	4x50m Ελεύθερο mixed	2 Αγόρια / 2 Κορίτσια 11 ετών
17	4x50m Ελεύθερο mixed	2 Αγόρια / 2 Κορίτσια 12 ετών

\*\* Για την προαγωνιστική κατηγορία θα πραγματοποιηθεί προθέρμανση διάρκειας 20 λεπτών. Η ακριβής ώρα θα ανακοινωθεί μετά την ολοκλήρωση υποβολής των δηλώσεων συμμετοχής



## ΚΑΤΗΓΟΡΙΕΣ ΒΕΤΕΡΑΝΩΝ (MASTERS)

### Πρόγραμμα- Ώρες έναρξης:

1. **Σάββατο, 25 Απριλίου 2026, 13.00**
2. **Κυριακή, 26 Απριλίου 2026, 13.00**

### ΟΡΟΙ ΣΥΜΜΕΤΟΧΗΣ

- Η ημερίδα θα είναι με μορφή Ανοικτής κατηγορίας, δηλαδή οι κολυμβητές και οι κολυμβήτριες θα τοποθετούνται στις σειρές βάσει του χρόνου και ανεξάρτητα από την ηλικία τους, η δε κατάταξή τους θα γίνεται ξεχωριστά για κάθε κατηγορία.
- Ο κάθε αθλητής μπορεί να συμμετέχει το πολύ σε τρία (3) αγώνισματα.
- Σειρές – κατάταξη: Οι σειρές των αγώνων θα διεξαχθούν σε τελικές σειρές βάσει χρόνου. Η κατάταξη στα αποτελέσματα θα γίνεται ανά κατηγορία.
- Κάθε Σύλλογος έχει δικαίωμα να συμμετάσχει με απεριόριστο αριθμό κολυμβητών και κολυμβητριών σε κάθε αγώνισμα.
- Βραβεύσεις, μετάλλια και διπλώματα θα απονεμηθούν στους 3 πρώτους νικητές ανά κατηγορία. Θα απονεμηθεί τιμητικό κύπελλο στον πολυνίκη Σύλλογο
- Στο αγώνισμα των 800m Ελεύθερο ΑΝΔΡΩΝ-ΓΥΝΑΙΚΩΝ θα γίνουν από 2 σειρές των 10 αθλητών - αθλητριών. Θα γίνουν δεκτοί οι 20 πρώτοι χρόνοι μετά την ολοκλήρωση των δηλώσεων συμμετοχής.



Οι ηλικιακές κατηγορίες Βετεράνων (MASTERS) κολυμβητών και κολυμβητριών, για τα ατομικά αγωνίσματα σε άνδρες και γυναίκες το 2026 είναι οι ακόλουθες:

Κατηγορία	Ηλικία ***	Έτος Γέννησης
Α'	25 - 29	2001 - 1997
Β'	30 - 34	1996 - 1992
Γ'	35 - 39	1991 - 1987
Δ'	40 - 44	1986 - 1982
Ε'	45 - 49	1981- 1977
ΣΤ'	50 - 54	1976 - 1972
Ζ'	55 - 59	1971 - 1967
Η'	60 - 64	1966 - 1962
Θ'	65 - 69	1961 - 1957
Ι'	70 - 74	1956 - 1952
Κ'	75 - 79	1951 - 1947
Λ'	80 - 84	1948 - 1942
Μ'	85 - 89	1941 - 1937
Ν'	90 - 94	1936 – 1932

\*\*\* Η ηλικία υπολογίζεται με βάση το έτος γέννησης (31.12.2026)



Πρόγραμμα αγώνων Βετεράνων (MASTERS):

1 <sup>η</sup> Αγωνιστική		Πρωί
Σάββατο, 25 Απριλίου		
Προθέρμανση: από 12:00		Έναρξη 13:00
α/α	Αγώνισμα	Κατηγορία
1	50m Ύπτιο	Ανδρών
2	50m Ύπτιο	Γυναικών
3	50m Πεταλούδα	Ανδρών
4	50m Πεταλούδα	Γυναικών
5	200m Ελεύθερο	Ανδρών
6	200m Ελεύθερο	Γυναικών
7	100m Πρόσθιο	Ανδρών
8	100m Πρόσθιο	Γυναικών
9	200m Ύπτιο	Ανδρών
10	200m Ύπτιο	Γυναικών
11	200m Πεταλούδα	Ανδρών
12	200m Πεταλούδα	Γυναικών
13	200m Μικτή Ατομική	Ανδρών
14	200m Μικτή Ατομική	Γυναικών
15	400m Ελεύθερο	Ανδρών
16	400m Ελεύθερο	Γυναικών



2<sup>η</sup> Αγωνιστική Πρωί  
Κυριακή, 26 Απριλίου  
Προθέρμανση: από 12:00 Έναρξη 13:00

α/α	Αγώνισμα	Κατηγορία
1	50m Ελεύθερο	Γυναικών
2	50m Ελεύθερο	Ανδρών
3	50m Πρόσθιο	Γυναικών
4	50m Πρόσθιο	Ανδρών
5	100m Πεταλούδα	Γυναικών
6	100m Πεταλούδα	Ανδρών
7	100m Ύπτιο	Γυναικών
8	100m Ύπτιο	Ανδρών
9	100m Ελεύθερο	Γυναικών
10	100m Ελεύθερο	Ανδρών
11	200m Πρόσθιο	Γυναικών
12	200m Πρόσθιο	Ανδρών
13	400m Μικτή Ατομική	Γυναικών
14	400m Μικτή Ατομική	Ανδρών
15	800m Ελεύθερο	Γυναικών
16	800m Ελεύθερο	Ανδρών

Θα πραγματοποιηθούν και σκυτάλες, οι οποίες θα ανακοινωθούν αργότερα.



**5<sup>ο</sup> ΗΛΛΗΣΙΑΚΟΣ**  
**SWIMMING FAMILY CUP**  
**— CELEBRATING 99 YEARS —**