|  |
| --- |
| IMG_256 **ΧΡΥΣΑ ΜΕΤΑΛΛΙΑ ΧΕΙΜΕΡΙΝΩΝ ΑΓΩΝΩΝ ΝΟΤΙΟΥ ΕΛΛΑΔΟΣ ΚΟΡΑΣΙΔΩΝ Β** |
| **50μ. ΕΛΕΥΘΕΡΟ** |
| **ΕΤΟΣ** | **ΚΟΛΥΜΒΗΤΡΙΑ** | **ΣΥΛΛΟΓΟΣ** | **ΕΠΙΔΟΣΗ** |
| 1995 | ΚΑΒΑΡΝΟΥ ΕΙΡΗΝΗ | Γ.Α.Σ.ΛΕΣΒΟΥ | 28.40 |
| **1994** | **ΜΕΛΑΧΡΟΙΝΟΥ ΖΑΜΠΙΑ** | **Γ.Ν.Ο.ΑΡΗΣ ΝΙΚΑΙΑΣ** | **28.19** |
| 1993 | ΓΟΥΝΟΠΟΥΛΟΥ ΟΥΡΑΝΙΑ | ΕΘΝΙΚΟΣ Ο.Φ.Π.Φ. | 29.08 |
| 1992 | ΧΑΤΖΗΔΑΚΗ ΙΦΙΓΕΝΕΙΑ | Ν.Ο.ΧΑΝΙΩΝ | 29.30 |
| 1991 | ΚΩΣΤΑΡΟΓΛΟΥ ΑΡΓΥΡΩ | ΟΛΥΜΠΙΑΚΟΣ ΠΕΙΡΑΙΩΣ | 29.42 |
| 1990 | ΜΗΤΣΟΥ ΟΛΓΑ | Α.Ν.Ο.ΓΛΥΦΑΔΑΣ | 28.39 |
| 1989 | ΑΝΑΒΑΛΟΓΛΟΥ ΘΑΛΕΙΑ | ΗΛΥΣΙΑΚΟΣ Α.Ο. | 28.61 |
| 1988 | ΣΟΥΜΑΚΗ ΕΛΛΗ | Ν.Ο.ΑΓΙΟΥ ΝΙΚΟΛΑΟΥ | 28.58 |
| **100μ. ΕΛΕΥΘΕΡΟ** |
| **ΕΤΟΣ** | **ΚΟΛΥΜΒΗΤΡΙΑ** | **ΣΥΛΛΟΓΟΣ** | **ΕΠΙΔΟΣΗ** |
| 1995 | ΓΑΛΑΝΗ ΕΛΕΝΗ | ΑΡΙΩΝ ΓΛΥΦΑΔΑΣ | 1:01.68 |
| **1994** | **ΜΕΛΑΧΡΟΙΝΟΥ ΖΑΜΠΙΑ** | **Γ.Ν.Ο.ΑΡΗΣ ΝΙΚΑΙΑΣ** | **1:00.35** |
| 1993 | ΓΕΡΟΓΙΑΝΝΗ ΟΛΓΑ | Γ.Ν.Ο.ΑΡΗΣ ΝΙΚΑΙΑΣ | 1:03.71 |
| 1992 | ΣΟΥΛΤΗ ΑΘΗΝΑ | ΕΘΝΙΚΟΣ Γ.Σ. | 1:03.36 |
| 1991 | ΒΛΑΒΙΑΝΟΥ ΧΡΙΣΤΙΝΑ | ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΟΣ Γ.Σ. | 1:04.75 |
| 1990 | ΜΩΡΑΪΤΙΔΟΥ ΕΥΑΓΓΕΛΙΑ | Α.Ν.Ο.ΓΛΥΦΑΔΑΣ | 1:01.39 |
| 1989 | ΣΑΡΑΝΤΟΠΟΥΛΟΥ ΑΙΚΑΤΕΡΙΝΗ | ΠΑΝΙΩΝΙΟΣ Γ.Σ.Σ. | 1:02.31 |
| 1988 | ΣΟΥΜΑΚΗ ΕΛΛΗ | Ν.Ο.ΑΓΙΟΥ ΝΙΚΟΛΑΟΥ | 1:02.29 |
| **200μ. ΕΛΕΥΘΕΡΟ** |
| **ΕΤΟΣ** | **ΚΟΛΥΜΒΗΤΡΙΑ** | **ΣΥΛΛΟΓΟΣ** | **ΕΠΙΔΟΣΗ** |
| **1995** | **ΧΡΗΣΤΙΔΗ ΙΩΑΝΝΑ** | **Α.Σ.ΠΕΡΑ** | **2:09.63** |
| 1994 | ΛΙΟΣΗ ΚΥΡΙΑΚΗ | ΕΘΝΙΚΟΣ Γ.Σ. | 2:11.72 |
| 1993 | ΤΣΕΚΟΥΡΑ ΕΛΕΝΗ | ΕΘΝΙΚΟΣ Γ.Σ. | 2:13.99 |
| 1992 | ΠΑΠΑΣΤΑΜΑΤΗ ΕΛΕΝΗ | Γ.Σ.ΑΙΓΑΛΕΩ | 2:15.95 |
| 1991 | ΚΑΡΥΣΤΙΝΟΥ ΜΑΡΙΝΑ | ΠΑΝΙΩΝΙΟΣ Γ.Σ.Σ. | 2:17.72 |
| 1990 | ΠΑΝΤΟΥ ΔΗΜΗΤΡΑ | ΕΘΝΙΚΟΣ Γ.Σ. | 2:13.00 |
| 1989 | ΣΑΡΑΝΤΟΠΟΥΛΟΥ ΑΙΚΑΤΕΡΙΝΗ | ΠΑΝΙΩΝΙΟΣ Γ.Σ.Σ. | 2:11.35 |
| 1988 | ΛΕΛΟΥΔΑ ΦΡΑΝΤΖΕΣΚΑ | ΗΛΥΣΙΑΚΟΣ Α.Ο. | 2:14.17 |
| **400μ. ΕΛΕΥΘΕΡΟ** |
| **ΕΤΟΣ** | **ΚΟΛΥΜΒΗΤΡΙΑ** | **ΣΥΛΛΟΓΟΣ** | **ΕΠΙΔΟΣΗ** |
| **1995** | **ΧΡΗΣΤΙΔΗ ΙΩΑΝΝΑ** | **Α.Σ.ΠΕΡΑ** | **4:34.00** |
| 1994 | ΧΩΡΙΑΝΟΠΟΥΛΟΥ ΑΜΑΛΙΑ | Α.Ο.ΙΩΝΙΚΟΣ | 4:35.02 |
| 1993 | ΤΣΕΚΟΥΡΑ ΕΛΕΝΗ | ΕΘΝΙΚΟΣ Γ.Σ. | 4:39.97 |
| 1992 | ΣΟΥΛΤΗ ΑΘΗΝΑ | ΕΘΝΙΚΟΣ Γ.Σ. | 4:41.29 |
| 1991 | ΚΑΛΦΑΔΟΠΟΥΛΟΥ ΦΩΤΕΙΝΗ | ΕΘΝΙΚΟΣ Γ.Σ. | 4:48.10 |
| 1990 | ΠΑΝΤΟΥ ΔΗΜΗΤΡΑ | ΕΘΝΙΚΟΣ Γ.Σ. | 4:40.26 |
| 1989 | ΣΑΡΑΝΤΟΠΟΥΛΟΥ ΑΙΚΑΤΕΡΙΝΗ | ΠΑΝΙΩΝΙΟΣ Γ.Σ.Σ. | 4:36.28 |
| 1988 | ΛΕΛΟΥΔΑ ΦΡΑΝΤΖΕΣΚΑ | ΗΛΥΣΙΑΚΟΣ Α.Ο. | 4:37.74 |
| **800μ. ΕΛΕΥΘΕΡΟ** |
| **ΕΤΟΣ** | **ΚΟΛΥΜΒΗΤΡΙΑ** | **ΣΥΛΛΟΓΟΣ** | **ΕΠΙΔΟΣΗ** |
| **1995** | **ΧΡΗΣΤΙΔΗ ΙΩΑΝΝΑ** | **Α.Σ.ΠΕΡΑ** | **9:21.90** |
| 1994 | ΧΩΡΙΑΝΟΠΟΥΛΟΥ ΑΜΑΛΙΑ | Α.Ο.ΙΩΝΙΚΟΣ | 9:25.35 |
| 1993 | ΦΩΤΙΑΔΟΥ ΒΑΣΙΛΙΚΗ | ΗΛΥΣΙΑΚΟΣ Α.Ο. | 9:41.93 |
| 1992 | ΠΟΥΛΗΜΕΝΟΥ ΒΑΣΙΛΙΚΗ | ΟΛΥΜΠΙΑΚΟΣ ΠΕΙΡΑΙΩΣ | 10:08.35 |
| 1991 | ΚΑΛΦΑΔΟΠΟΥΛΟΥ ΦΩΤΕΙΝΗ | ΕΘΝΙΚΟΣ Γ.Σ. | 9:58.01 |
| 1990 | ΠΑΝΤΟΥ ΔΗΜΗΤΡΑ | ΕΘΝΙΚΟΣ Γ.Σ. | 9:30.01 |
| 1989 | ΒΟΓΙΑΚΗ ΕΛΕΝΗ | ΠΑΝΑΘΗΝΑΪΚΟΣ Α.Ο. | 9:31.62 |
| 1988 | ΜΑΡΓΙΟΛΑΚΗ ΑΙΚΑΤΕΡΙΝΗ | ΕΘΝΙΚΟΣ Γ.Σ. | 9:32.49 |
| **100μ. ΥΠΤΙΟ** |
| **ΕΤΟΣ** | **ΚΟΛΥΜΒΗΤΡΙΑ** | **ΣΥΛΛΟΓΟΣ** | **ΕΠΙΔΟΣΗ** |
| **1995** | **ΓΑΛΑΝΗ ΕΛΕΝΗ** | **ΑΡΙΩΝ ΓΛΥΦΑΔΑΣ** | **1:06.99** |
| 1994 | ΛΥΜΠΕΡΤΑ ΜΑΡΙΑΝΝΑ | Α.Ν.Ο.ΓΛΥΦΑΔΑΣ | 1:11.14 |
| 1993 | ΦΩΤΙΑΔΟΥ ΒΑΣΙΛΙΚΗ | ΗΛΥΣΙΑΚΟΣ Α.Ο. | 1:10.20 |
| 1992 | ΠΡΟΓΑΚΗ ΕΥΓΕΝΙΑ | ΕΘΝΙΚΟΣ Ο.Φ.Π.Φ. | 1:10.11 |
| 1991 | ΚΑΡΑΜΠΕΛΑ ΒΑΣΙΛΙΚΗ | ΗΛΥΣΙΑΚΟΣ Α.Ο. | 1:13.05 |
| 1990 | ΜΠΕΚΑ ΜΑΡΙΝΑ | ΠΑΝΙΩΝΙΟΣ Γ.Σ.Σ. | 1:09.82 |
| 1989 | ΜΑΡΑΓΚΟΥ ΟΛΓΑ-ΑΙΚΑΤΕΡΙΝΗ | ΑΡΙΩΝ ΓΛΥΦΑΔΑΣ | 1:08.71 |
| 1988 | ΣΟΥΜΑΚΗ ΕΛΛΗ | Ν.Ο.ΑΓΙΟΥ ΝΙΚΟΛΑΟΥ | 1:09.78 |
| **200μ. ΥΠΤΙΟ** |
| **ΕΤΟΣ** | **ΚΟΛΥΜΒΗΤΡΙΑ** | **ΣΥΛΛΟΓΟΣ** | **ΕΠΙΔΟΣΗ** |
| 1995 | ΠΑΤΕΡΟΥ ΑΜΑΛΙΑ | ΕΘΝΙΚΟΣ Ο.Φ.Π.Φ. | 2:33.28 |
| 1994 | ΧΩΡΙΑΝΟΠΟΥΛΟΥ ΑΜΑΛΙΑ | Α.Ο.ΙΩΝΙΚΟΣ | 2:35.28 |
| 1993 | ΦΩΤΙΑΔΟΥ ΒΑΣΙΛΙΚΗ | ΗΛΥΣΙΑΚΟΣ Α.Ο. | 2:28.89 |
| 1992 | ΠΡΟΓΑΚΗ ΕΥΓΕΝΙΑ | ΕΘΝΙΚΟΣ Ο.Φ.Π.Φ. | 2:30.03 |
| 1991 | ΚΑΡΑΜΠΕΛΑ ΒΑΣΙΛΙΚΗ | ΗΛΥΣΙΑΚΟΣ Α.Ο. | 2:38.74 |
| 1990 | ΑΡΓΥΡΟΥ ΜΑΡΙΛΕΝΑ | ΕΘΝΙΚΟΣ Ο.Φ.Π.Φ. | 2:32.08 |
| **1989** | **ΜΕΪΝΤΑΝΗ ΓΕΩΡΓΙΑ** | **ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΟΣ Γ.Σ.** | **2:27.73** |
| 1988 | ΖΑΦΟΛΙΑ ΑΛΕΞΑΝΔΡΑ | ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΟΣ Γ.Σ. | 2:43.15 |
| **100μ. ΠΕΤΑΛΟΥΔΑ** |
| **ΕΤΟΣ** | **ΚΟΛΥΜΒΗΤΡΙΑ** | **ΣΥΛΛΟΓΟΣ** | **ΕΠΙΔΟΣΗ** |
| 1995 | ΚΑΒΑΡΝΟΥ ΕΙΡΗΝΗ | Γ.Α.Σ.ΛΕΣΒΟΥ | 1:08.05 |
| 1994 | ΚΑΡΑΜΠΕΛΑ ΔΕΣΠΟΙΝΑ | Α.Ν.Ο.ΓΛΥΦΑΔΑΣ | 1:09.16 |
| 1993 | ΤΣΕΚΟΥΡΑ ΕΛΕΝΗ | ΕΘΝΙΚΟΣ Γ.Σ. | 1:10.29 |
| 1992 | ΚΑΝΕΛΛΟΠΟΥΛΟΥ ΜΑΡΙΑ-ΓΕΩΡΓΙΑ | ΠΑΝΙΩΝΙΟΣ Γ.Σ.Σ. | 1:12.80 |
| 1991 | ΚΑΡΥΣΤΙΝΟΥ ΜΑΡΙΝΑ | ΠΑΝΙΩΝΙΟΣ Γ.Σ.Σ. | 1:09.09 |
| **1990** | **ΜΠΙΟΝΤΙΝΙ ΜΑΡΙΑ** | **ΗΛΥΣΙΑΚΟΣ Α.Ο.** | **1:07.38** |
| 1989 | ΤΣΙΛΑΛΗ ΠΕΛΑΓΙΑ | ΑΡΙΩΝ ΓΛΥΦΑΔΑΣ | 1:11.98 |
| 1988 | ΑΛΕΞΑΝΔΡΟΠΟΥΛΟΥ ΜΑΡΙΑ | Ν.Ο.ΠΑΤΡΩΝ | 1:10.54 |
| **200μ. ΠΕΤΑΛΟΥΔΑ** |
| **ΕΤΟΣ** | **ΚΟΛΥΜΒΗΤΡΙΑ** | **ΣΥΛΛΟΓΟΣ** | **ΕΠΙΔΟΣΗ** |
| 1995 | ΓΡΟΥΜΠΑ ΜΑΡΙΑ | ΑΡΙΩΝ ΓΛΥΦΑΔΑΣ | 2:30.52 |
| 1994 | ΚΑΡΑΜΠΕΛΑ ΔΕΣΠΟΙΝΑ | Α.Ν.Ο.ΓΛΥΦΑΔΑΣ | 2:31.08 |
| 1993 | ΣΤΑΜΑΤΟΠΟΥΛΟΥ ΑΝΘΟΥΛΑ | Α.Ν.Ο.ΓΛΥΦΑΔΑΣ | 2:33.78 |
| 1992 | ΠΑΠΑΣΤΑΜΑΤΗ ΕΛΕΝΗ | Γ.Σ.ΑΙΓΑΛΕΩ | 2:34.47 |
| 1991 | ΚΑΡΥΣΤΙΝΟΥ ΜΑΡΙΝΑ | ΠΑΝΙΩΝΙΟΣ Γ.Σ.Σ. | 2:28.58 |
| **1990** | **ΜΠΙΟΝΤΙΝΙ ΜΑΡΙΑ** | **ΗΛΥΣΙΑΚΟΣ Α.Ο.** | **2:28.08** |
| 1989 | ΜΠΑΚΟΥΣΗ ΒΑΣΙΛΕΙΑ | Ε.Γ.Ο.ΗΡΑΚΛΕΙΟΥ | 2:35.52 |
| 1988 | ΜΟΒΣΕΣΙΑΝ ΑΖΑΔΟΥΧΙ | ΕΝΩΣΗ ΑΡΜΕΝΙΩΝ | 2:38.54 |
| **100μ. ΠΡΟΣΘΙΟ** |
| **ΕΤΟΣ** | **ΚΟΛΥΜΒΗΤΡΙΑ** | **ΣΥΛΛΟΓΟΣ** | **ΕΠΙΔΟΣΗ** |
| 1995 | ΨΑΡΡΑ ΔΕΣΠΟΙΝΑ | Π.Ε.Κ.Ε.ΒΟΝΤΑΔΩΝ ΧΙΟΥ | 1:19.54 |
| 1994 | ΝΙΚΟΛΙΝΑΚΟΥ ΚΩΝΣΤΑΝΤΙΝΑ | ΕΘΝΙΚΟΣ Ο.Φ.Π.Φ. | 1:18.60 |
| 1993 | ΓΡΑΜΜΑΤΙΚΟΠΟΥΛΟΥ ΑΝΑΣΤΑΣΙΑ | ΠΑΝΙΩΝΙΟΣ Γ.Σ.Σ. | 1:19.60 |
| 1992 | ΜΑΣΟΥΡΑ ΔΟΜΝΙΚΗ | ΑΡΙΩΝ ΓΛΥΦΑΔΑΣ | 1:24.34 |
| 1991 | ΜΕΝΔΡΙΝΟΥ ΝΙΚΟΛΕΤΤΑ | ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΟΣ Γ.Σ. | 1:19.52 |
| 1990 | ΙΩΑΝΝΙΔΟΥ ΓΑΛΑΤΕΙΑ | ΗΛΥΣΙΑΚΟΣ Α.Ο. | 1:17.06 |
| **1989** | **ΑΡΔΑΒΑΝΗ ΣΟΦΙΑ** | **ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΟΣ Γ.Σ.** | **1:15.51** |
| 1988 | ΓΑΒΡΙΗΛ ΘΕΟΔΩΡΑ | ΗΛΥΣΙΑΚΟΣ Α.Ο. | 1:17.84 |
| **200μ. ΠΡΟΣΘΙΟ** |
| **ΕΤΟΣ** | **ΚΟΛΥΜΒΗΤΡΙΑ** | **ΣΥΛΛΟΓΟΣ** | **ΕΠΙΔΟΣΗ** |
| 1995 | ΝΙΚΟΛΑΪΔΗ ΧΡΙΣΤΙΝΑ | Ν.Ε.ΠΑΤΡΩΝ | 2:51.62 |
| 1994 | ΝΙΚΟΛΙΝΑΚΟΥ ΚΩΝΣΤΑΝΤΙΝΑ | ΕΘΝΙΚΟΣ Ο.Φ.Π.Φ. | 2:51.93 |
| 1993 | ΓΡΑΜΜΑΤΙΚΟΠΟΥΛΟΥ ΑΝΑΣΤΑΣΙΑ | ΠΑΝΙΩΝΙΟΣ Γ.Σ.Σ. | 2:47.91 |
| 1992 | ΣΑΡΑΚΑΤΣΑΝΗ ΑΙΚΑΤΕΡΙΝΗ | ΑΡΙΩΝ ΓΛΥΦΑΔΑΣ | 2:49.76 |
| 1991 | ΜΕΝΔΡΙΝΟΥ ΝΙΚΟΛΕΤΤΑ | ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΟΣ Γ.Σ. | 2:50.81 |
| 1990 | ΘΩΜΑ ΑΓΓΕΛΙΚΗ | ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΟΣ Γ.Σ. | 2:47.03 |
| **1989** | **ΑΡΔΑΒΑΝΗ ΣΟΦΙΑ** | **ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΟΣ Γ.Σ.** | **2:42.20** |
| 1988 | ΖΑΠΠΑ ΕΙΡΗΝΗ | ΠΑΝΑΘΗΝΑΪΚΟΣ Α.Ο. | 2:48.79 |
| **200μ. ΜΙΚΤΗ ΑΤΟΜΙΚΗ** |
| **ΕΤΟΣ** | **ΚΟΛΥΜΒΗΤΡΙΑ** | **ΣΥΛΛΟΓΟΣ** | **ΕΠΙΔΟΣΗ** |
| 1995 | ΓΕΝΝΗΜΑΤΑ ΘΕΟΔΩΡΑ | ΟΛΥΜΠΙΑΚΟΣ ΠΕΙΡΑΙΩΣ | 2:30.41 |
| 1994 | ΜΠΟΝΑΡΟΥ ΑΛΙΚΗ | ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΟΣ Γ.Σ. | 2:35.01 |
| 1993 | ΓΟΥΝΟΠΟΥΛΟΥ ΟΥΡΑΝΙΑ | ΕΘΝΙΚΟΣ Ο.Φ.Π.Φ. | 2:31.20 |
| 1992 | ΣΑΡΑΚΑΤΣΑΝΗ ΑΙΚΑΤΕΡΙΝΗ | ΑΡΙΩΝ ΓΛΥΦΑΔΑΣ | 2:33.26 |
| 1991 | ΜΕΝΔΡΙΝΟΥ ΝΙΚΟΛΕΤΤΑ | ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΟΣ Γ.Σ. | 2:33.82 |
| 1990 | ΙΩΑΝΝΙΔΟΥ ΓΑΛΑΤΕΙΑ | ΗΛΥΣΙΑΚΟΣ Α.Ο. | 2:33.61 |
| **1989** | **ΣΚΟΡΔΑ ΜΑΡΙΑ-ΙΩΑΝΝΑ** | **ΕΘΝΙΚΟΣ Γ.Σ.** | **2:28.88** |
| 1988 | ΖΑΠΠΑ ΕΙΡΗΝΗ | ΠΑΝΑΘΗΝΑΪΚΟΣ Α.Ο. | 2:38.66 |
| **400μ. ΜΙΚΤΗ ΑΤΟΜΙΚΗ** |
| **ΕΤΟΣ** | **ΚΟΛΥΜΒΗΤΡΙΑ** | **ΣΥΛΛΟΓΟΣ** | **ΕΠΙΔΟΣΗ** |
| 1995 | ΓΕΝΝΗΜΑΤΑ ΘΕΟΔΩΡΑ | ΟΛΥΜΠΙΑΚΟΣ ΠΕΙΡΑΙΩΣ | 5:13.79 |
| 1994 | ΜΠΟΝΑΡΟΥ ΑΛΙΚΗ | ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΟΣ Γ.Σ. | 5:27.26 |
| 1993 | ΓΟΥΝΟΠΟΥΛΟΥ ΟΥΡΑΝΙΑ | ΕΘΝΙΚΟΣ Ο.Φ.Π.Φ. | 5:23.66 |
| 1992 | ΣΑΡΑΚΑΤΣΑΝΗ ΑΙΚΑΤΕΡΙΝΗ | ΑΡΙΩΝ ΓΛΥΦΑΔΑΣ | 5:20.18 |
| 1991 | ΚΑΚΟΓΙΑΝΝΑΚΗ ΓΕΩΡΓΙΑ | ΟΛΥΜΠΙΑΚΟΣ ΠΕΙΡΑΙΩΣ | 5:32.86 |
| 1990 | ΣΤΕΦΑΝΟΥ ΜΑΡΘΑ | ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΟΣ Γ.Σ. | 5:20.70 |
| **1989** | **ΣΚΟΡΔΑ ΜΑΡΙΑ-ΙΩΑΝΝΑ** | **ΕΘΝΙΚΟΣ Γ.Σ.** | **5:13.28** |
| 1988 | ΜΟΒΣΕΣΙΑΝ ΑΖΑΔΟΥΧΙ | ΕΝΩΣΗ ΑΡΜΕΝΙΩΝ | 5:33.61 |