



ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΔΗΜΟΚΡΑΤΙΑ
ΥΠΟΥΡΓΕΙΟ ΠΑΙΔΕΙΑΣ, ΚΑΙ ΘΡΗΣΚΕΥΜΑΤΩΝ
ΠΕΡΙΦΕΡΕΙΑΚΗ Δ/ΝΣΗ Π/ΘΜΙΑΣ & Δ/ΘΜΙΑΣ
ΕΚΠ/ΣΗΣ ΑΤΤΙΚΗΣ
Δ/ΝΣΗ Β' ΘΜΙΑΣ ΕΚΠ/ΣΗΣ Γ' ΑΘΗΝΑΣ
ΦΥΣΙΚΗ ΑΓΩΓΗ

Ταχ. Δ/ση: Σουλίου & Σίφνου
Τ.Κ. – Πόλη: 122 44 Αιγάλεω
Πληροφορίες: Καραγεώργος Γεωργ.
Τηλέφωνο: 210-5310215,
e-mail: fysagogi@dide-g-ath.att.sch.gr

Περιστέρι, 16-5-2023.
Αρ. Πρωτ.:11145

ΠΡΟΣ: ΟΛΑ ΤΑ ΓΕ.Λ.- ΕΠΑ.Λ.
(Δημόσια & Ιδιωτικά)
των Δ/ΝΣΕΩΝ Δ.Ε. Γ' ΑΘΗΝΑΣ
ΔΥΤ.ΑΤΤΙΚΗΣ – Ν.ΕΥΒΟΙΑΣ
Ν. ΒΟΙΩΤΙΑΣ-Ν.ΚΟΡΙΝΘΙΑΣ
Ν.ΑΤΤΙΚΗΣ

**ΘΕΜΑ: «ΔΙΚΑΙΟΛΟΓΗΤΙΚΑ ΥΠΟΨΗΦΙΩΝ ΓΙΑ ΤΑ Τ.Ε.Φ.Α.Α. ΑΚΑΔΗΜΑΪΚΟΥ ΕΤΟΥΣ 2023-2024
-ΟΔΗΓΙΕΣ ΠΡΟΣ ΤΟΥΣ ΥΠΟΨΗΦΙΟΥΣ ΚΑΙ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΕΞΕΤΑΣΕΩΝ »**

Σύμφωνα με την απόφαση του Υπουργείου Παιδείας και Θρησκευμάτων, η Υγειονομική Εξέταση και Πρακτική Δοκιμασία (Αγωνίσματα) των υποψηφίων για τα Τ.Ε.Φ.Α.Α., ακαδ. έτους 2023-2024, θα διεξαχθούν από την **Τετάρτη 14 Ιουνίου 2023** μέχρι και την **Τρίτη 27 Ιουνίου 2023**. Κατά τη διάρκεια του τρέχοντος σχολικού έτους 2022-2023 οι μαθητές της τελευταίας τάξης, των ΓΕΛ. και ΕΠΑΛ καθώς και οι απόφοιτοι των Λυκείων που επιθυμούν να είναι υποψήφιοι για τα Τ.Ε.Φ.Α.Α. κατέθεσαν αίτηση – δήλωση στο Λύκειό τους για συμμετοχή στις πρακτικές δοκιμασίες, προκειμένου να δημιουργηθεί ένα αρχείο υποψηφίων για τα Τ.Ε.Φ.Α.Α..

Οι υποψήφιοι που δεν δήλωσαν συμμετοχή στις πρακτικές δοκιμασίες για τα Τ.Ε.Φ.Α.Α. ΔΕΝ μπορούν να συμμετάσχουν στις δοκιμασίες αυτές (Αγωνίσματα) κατά τις ημέρες διεξαγωγής των εξετάσεων στα αγωνίσματα, διότι η αίτηση δήλωση είναι δεσμευτική.

Όσοι απόφοιτοι διεκδικούν την εισαγωγή τους στα ΤΕΦΑΑ με την διαδικασία του **10% των θέσεων εισακτέων, χωρίς νέα εξέταση**, συμμετέχουν στην διαδικασία επιλογής με βάση την βαθμολογία της τελευταία εξέτασής τους στα Πανελλαδικώς εξεταζόμενα μαθήματα και πρακτικές δοκιμασίες. Οι υποψήφιοι αυτοί δεν έχουν την δυνατότητα ή δικαίωμα να εξεταστούν ξανά στις πρακτικές δοκιμασίες των Τ.Ε.Φ.Α.Α..

Οι υποψήφιοι της **Επιτροπής της Δ.Δ.Ε. Γ' Αθήνας** κατά την προσέλευσή τους στην Επιτροπή Υγειονομικής Εξέτασης θα πρέπει να είναι εφοδιασμένοι με τα παρακάτω δικαιολογητικά:

1. Αστυνομική ταυτότητα. ή Διαβατήριο ή άλλο αποδεικτικό της ταυτότητας έγγραφο
2. Ταυτότητα Υποψηφίου Πανελληνίων Εξετάσεων.
3. Δύο (2) μικρές πρόσφατες φωτογραφίες.
4. **ΥΠΟΧΡΕΩΤΙΚΑ Ατομικό Στυλό για υπογραφές και συμπλήρωση των δικαιολογητικών .**

ΙΑΤΡΙΚΕΣ ΕΞΕΤΑΣΕΙΣ

1. Ακτινογραφία Θώρακα με σχετική γνωμάτευση
2. Καρδιογράφημα, με σχετική γνωμάτευση
3. Βεβαίωση Οπτικής Οξύτητας

Η Ακτινογραφία Θώρακα, το Καρδιογράφημα, η Βεβαίωση Οπτικής Οξύτητας

πρέπει να είναι από νοσηλευτικό ίδρυμα του δημοσίου ή ΝΠΔΔ ή ιατρό του δημοσίου ή ιδιώτη ιατρό.

Όσοι μαθητές –μαθήτριες έχουν αντίγραφο δελτίου Υγειονομικής εξέτασης ή βεβαίωση ικανότητας (εφόσον υπάρχουν) στα οποία αναγράφεται ότι ο υποψήφιος έχει κριθεί κατάλληλος από τις αρμόδιες Υγειονομικές Επιτροπές των Στρατιωτικών σχολών ή των Αστυνομικών Σχολών ή των Σχολών Πυροσβεστικής Ακαδημίας ή των Σχολών Λιμενικού Σώματος Ελληνικής Ακτοφυλακής, μπορούν να μας προσκομίσουν αυτό το αντίγραφο χωρίς να υποβληθούν σε νέες εξετάσεις.

Τα αγωνίσματα είναι:

- α) Σφαιροβολία (βάρος σφαίρας 6 kg για τα αγόρια και 4 kg για τα κορίτσια)
- β) Άλμα σε Μήκος
- γ) Δρόμος 400 μέτρα για τα Αγόρια και 200 μέτρα για τα Κορίτσια.
- δ) Κολύμβηση (50 μέτρα Ελεύθερο)

Οι υποψήφιοι δηλώνουν κατά την εγγραφή τους τρία (3) από τα τέσσερα (4) παραπάνω αναγραφόμενα αγωνίσματα στα οποία θέλουν να δοκιμαστούν.

Οι υποψήφιοι αξιολογούνται για κάθε ένα αγώνισμα με βάση την επίδοσή τους ως εξής :

ΘΗΛΕΩΝ

ΒΑΘΜΟΙ ΔΡΟΜΟΣ 200μ

ΑΛΜΑ ΣΕ ΜΗΚΟΣ

ΣΦΑΙΡΟΒΟΛΙΑ

ΚΟΛΥΜΒΗΣΗ

(βάρ. σφαίρ.: 4 κ.)

(50 μ. ελεύθερο)

ΒΑΘΜΟΙ	ΔΡΟΜΟΣ 200μ	ΑΛΜΑ ΣΕ ΜΗΚΟΣ	ΣΦΑΙΡΟΒΟΛΙΑ (βάρ. σφαίρ.: 4 κ.)	ΚΟΛΥΜΒΗΣΗ (50 μ. ελεύθερο)
20	Μέχρι 29''	5,15 μ. και άνω	11,00 μ. και άνω	έως 31''
19	29''01 – 29''50	5,14 μ. – 5,00 μ.	10,99 μ. – 10,60 μ.	31''01 – 32''00
18	29''51 – 30''00	4,99 μ. – 4,85 μ.	10,59 μ. – 10,20 μ.	32''01 – 33''00
17	30''01 – 30''50	4,84 μ. – 4,70 μ.	10,19 μ. - 9,80 μ.	33''01 – 34''00
16	30''51 – 31''00	4,69 μ. – 4,55 μ.	9,79 μ. - 9,40 μ.	34''01 – 35''00
15	31''01 – 31''50	4,54 μ. – 4,40 μ.	9,39 μ. - 9,00 μ.	35''01 – 36''00
14	31''51 – 32''00''	4,39 μ. – 4,25 μ.	8,99 μ. - 8,60 μ.	36''01 – 37''00
13	32''01 – 32''50''	4,24 μ. – 4,10 μ.	8,59 μ. - 8,20 μ.	37''01 – 38''00
12	32''51 – 33''00	4,09 μ. – 3,95 μ.	8,19 μ. - 7,80 μ.	38''01 – 39''00
11	33''01 – 33''50	3,94 μ. – 3,80 μ.	7,79 μ.- 7,40 μ.	39''01 - 40''00
10	33''51 – 34''00	3,79 μ. – 3,65 μ.	7,39 μ.- 7,00 μ.	40''01 – 41''00
9	34''01 – 34''50	3,64 μ. – 3,50 μ.	6,99 μ. - 6,60 μ.	41''01 – 42''00
8	34''51 – 35''00	3,49 μ. – 3,35 μ.	6,59 μ. - 6,20 μ.	42''01 – 43''00
7	35''01 – 35''50	3,34 μ. – 3,20 μ.	6,19 μ. - 5,80 μ.	43''01 – 44''00
6	35''51 – 36''00	3,19 μ. – 3,05 μ.	5,79 μ. - 5,40 μ.	44''01 – 45''00
5	36''01 – 36''50	3,04 μ. – 2,90 μ.	5,39 μ. - 5,00 μ.	45''01 – 46''00
4	36''51 – 37''00	2,89 μ. – 2,75 μ.	4,99 μ. - 4,60 μ.	46''01 – 47''00
3	37''01 – 37''50	2,74 μ. – 2,60 μ.	4,59 μ. - 4,20 μ.	47''01 – 48''00
2	37''51 – 38''00	2,59 μ. – 2,45 μ.	4,19 μ. - 3,80 μ.	48''01 – 49''00
1	38''01 – 38''50	2,44 μ. – 2,30 μ.	3,79 μ. - 3,40 μ.	49''01 – 50''00
0	38''51 και άνω	2,29 μ. και κάτω	3'39 μ. και κάτω	50''01 και άνω

ΑΡΡΕΝΩΝ

ΒΑΘΜΟΙ	ΔΡΟΜΟΣ 400μ.	ΑΛΜΑ ΣΕ ΜΗΚΟΣ	ΣΦΑΙΡΟΒΟΛΙΑ (βάρος σφαίρ. 6 κ.)	ΚΟΛΥΜΒΗΣΗ (50μ. ελεύθερο)
20	Μέχρι 55''	6,20 και άνω	14 μ. και άνω	έως 29''
19	55''01 – 55''50	6,19μ. – 6,05 μ.	13,99 μ. – 13,60 μ.	29''01 – 30''00
18	55''51 – 56''00	6,04 μ. – 5,90 μ.	13,59 μ. – 13,20 μ.	30''01 – 31''00
17	56''01 – 56''50	5,89 μ. – 5,75 μ.	13,19 μ. – 12,80 μ.	31''01 – 32''00
16	56''51 – 57''00	5,74 μ. – 5,60 μ.	12,79 μ. – 12,40 μ.	32''01 – 33''00
15	57''01 – 57''50	5,59 μ. – 5,45 μ.	12,39 μ. – 12,00 μ.	33''01 – 34''00
14	57''51 – 58''00	5,44 μ. – 5,30 μ.	11,99 μ. – 11,60 μ.	34''01 – 35''00
13	58''01 – 58''50	5,29 μ. – 5,15 μ.	11,59 μ. – 11,20 μ.	35''01 – 36''00
12	58''51 – 59''00	5,14 μ. – 5,00 μ.	11,19 μ. – 10,80 μ.	36''01 – 37''00
11	59''01 – 59''50	4,99 μ. – 4,85 μ.	10,79 μ. – 10,40 μ.	37''01 – 38''00
10	59''51 – 60''00	4,84 μ. – 4,70 μ.	10,39 μ. – 10,00 μ.	38''01 – 39''00
9	60''01 – 60''50	4,69 μ. – 4,55 μ.	9,99 μ. – 9,60 μ.	39''01 – 40''00
8	60''51 – 61''00	4,54 μ. – 4,40 μ.	9,59 μ. – 9,20 μ.	40''01 – 41''00
7	61''01 – 61''50	4,39 μ. – 4,25 μ.	9,19 μ. – 8,80 μ.	41''01 – 42''00
6	61''51 – 62''00	4,24 μ. – 4,10 μ.	8,79 μ. – 8,40 μ.	42''01 – 43''00
5	62''01 – 62''50	4,09 μ. – 3,95 μ.	8,39 μ. – 8,00 μ.	43''01 – 44''00
4	62''51 – 63''00	3,94 μ. – 3,80 μ.	7,99 μ. – 7,60 μ.	44''01 – 45''00
3	63''01 – 63''50	3,79 μ. – 3,65 μ.	7,59 μ. – 7,20 μ.	45''01 – 46''00
2	63''51 – 64''00	3,64 μ. – 3,50 μ.	7,19 μ. – 6,80 μ.	46''01 – 47''00
1	64''01 – 64''50	3,49 μ. – 3,35 μ.	6,79 μ. – 6,40 μ.	47''01 – 48''00
0	64''51 και άνω	3,34 μ. και κάτω	6,39 μ. και κάτω	48''01 και άνω

•Οι πρακτικές δοκιμασίες θα γίνουν όπως ορίζουν οι Διεθνείς Κανονισμοί.
Ο υποψήφιος βαθμολογείται στις πρακτικές δοκιμασίες, μόνο εφόσον έλαβε μέρος τουλάχιστον σε ένα από τα αγωνίσματα τα οποία δήλωσε. Υποψήφιος που δεν λαμβάνει μέρος σε κανένα αγώνισμα αποκλείεται από τη διαδικασία επιλογής των εισαγομένων στα Τ.Ε.Φ.Α.Α.

ΟΔΗΓΙΕΣ ΠΡΟΣ ΤΟΥΣ ΥΠΟΨΗΦΙΟΥΣ ΤΩΝ Τ.Ε.Φ.Α.Α.

Αγαπητοί υποψήφιοι,

Οι οδηγίες που θα διαβάσετε αφορούν τη διαδικασία Υγειονομικής Εξέτασης και Πρακτικής σας Δοκιμασίας.

Για λόγους διευκόλυνσης των διαδικασιών, προσέρχεται προς Υγειονομική Εξέταση σύμφωνα με το πρόγραμμα που έχει αποσταλεί στο σχολείο σας.

Στη συνέχεια οδηγείστε με μέριμνα της Γραμματειακής Επιτροπής στο χώρο κατάθεσης των δικαιολογητικών για την **Επιτροπή της Δ.Δ.Ε. Γ' Αθήνας** μαθητές - μαθήτριες που προέρχονται από τα σχολεία των περιοχών : Αιγάλεω – Χαϊδαρίου – Αγ. Βαρβάρας – Περιστερίου – Ιλίου - Αγ. Αναργύρων - Καματερού - Πετρούπολης – Δυτ. Αττικής - Ν. Βοιωτίας- Ν. Εύβοιας και άλλων Δ.Δ.Ε. στο **Δημοτικό Αθλητικό Κέντρο Δ.Α.Κ. Αιγάλεω (Σουλίου & Σίφνου)**, όπου θα γίνει η ηλεκτρονική καταχώρηση των στοιχείων σας.

Εκεί δηλώνετε τρία από τα τέσσερα αγωνίσματα.

Η δήλωση αυτή είναι οριστική και δεν μπορεί να ανακληθεί κατά τη διάρκεια διεξαγωγής των αγωνισμάτων.

Κατόπιν θα οδηγηθείτε για υγειονομική εξέταση στα Γραφεία των ιατρών της Υγειονομικής Επιτροπής η οποία κρίνει αν είστε ικανοί να λάβετε μέρος στις πρακτικές δοκιμασίες.

ΠΡΟΣΟΧΗ!!!

1. **ΑΠΑΓΟΡΕΥΕΤΑΙ** η είσοδος στο στίβο και στις κερκίδες σε άτομα που δεν συμμετέχουν στην επιτροπή ή δεν είναι υποψήφιοι.

2. **Οι υποψήφιοι έχουν υποχρέωση κόσμιας συμπεριφοράς και πιστής τήρησης των συστάσεων των Μελών της Επιτροπής. Στην περίπτωση που ο υποψήφιος θα διαπράξει πειθαρχικό αδίκημα η Επιτροπή θα προβεί σε κυρώσεις σύμφωνα με την ισχύουσα νομοθεσία.**

3. **Κανένας υποψήφιος δεν περνά από πρακτικές δοκιμασίες αν δεν περάσει πρώτα από ην υγειονομική επιτροπή.**

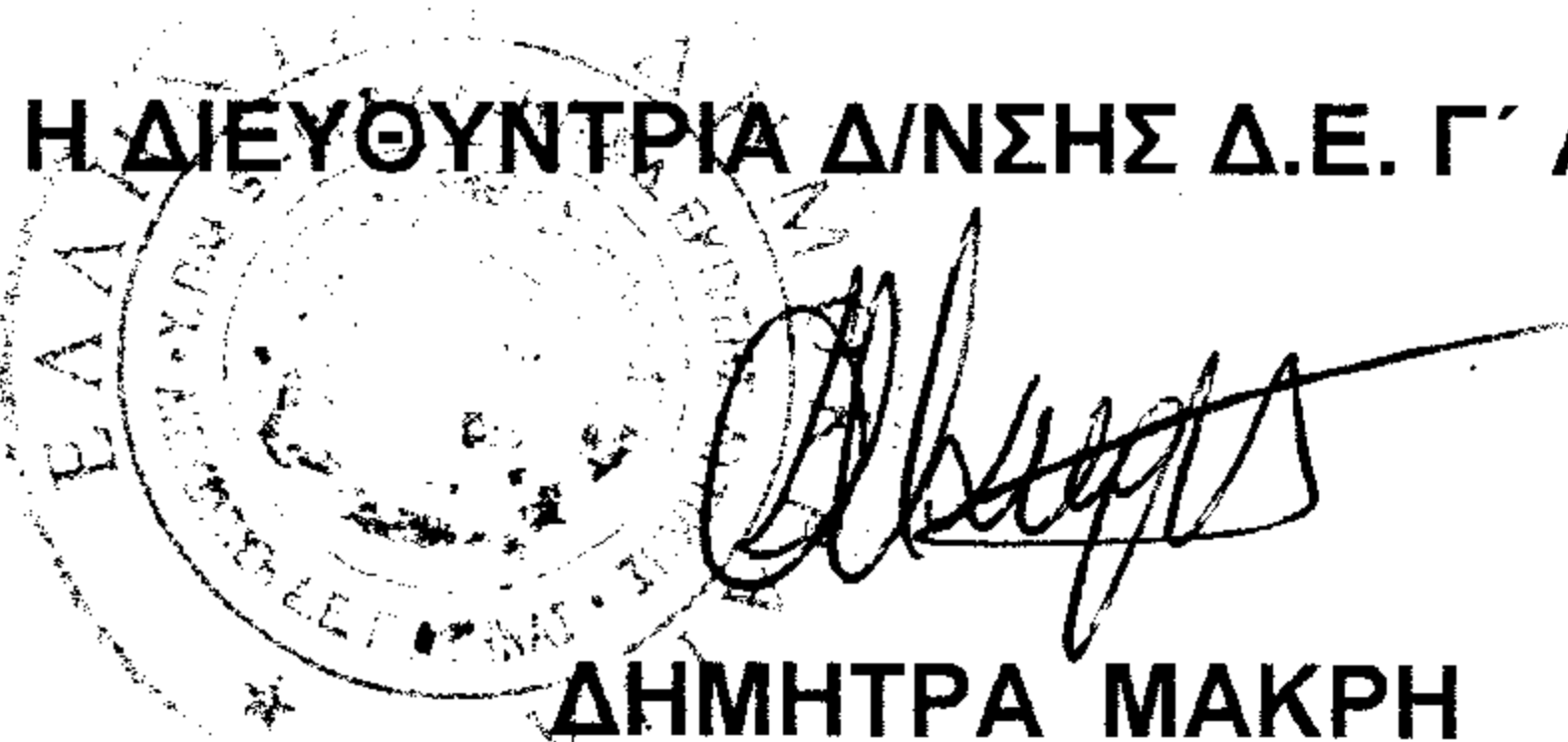
4. Σε περίπτωση που κάποιος έχει σοβαρό λόγο απουσίας (εξετάσεις σχολικών μαθημάτων, λόγοι υγείας, υπηρεσίας ή απουσίας στο εξωτερικό), θα προσκομίζει τα δικαιολογητικά της απουσίας του στη γραμματεία, θα εξετάζεται υγειονομικά και στη συνέχεια θα αγωνίζεται στα αγωνίσματα που επέλεξε, κατ' εξαίρεση τις τελευταίες ημέρες, σύμφωνα με το πρόγραμμα.

5. Θα γίνει αυστηρή τήρηση των αναγραφόμενων ημερομηνιών καθώς και του ωραρίου τέλεσης του προγράμματος εξετάσεων.

Τονίζεται ότι δεν επιτρέπεται η εξέταση του υποψηφίου σε περισσότερες από μια επιτροπές.

Σας επισυνάπτουμε το πρόγραμμα των εξετάσεων Τ.Ε.Φ.Α.Α. της Δ/σης Δ.Ε. Γ' Αθήνας.

Η ΔΙΕΥΘΥΝΤΡΙΑ Δ/ΝΣΗΣ Δ.Ε. Γ' ΑΘΗΝΑΣ



ΔΗΜΗΤΡΑ ΜΑΚΡΗ

Περιστέρι, 16-5-2023.

ΕΠΙΤΡΟΠΗ ΔΙΕΥΘΥΝΣΗΣ Δ.Ε. Γ' ΑΘΗΝΑΣ

ΑΚΑΔ. ΕΤΟΣ : 2023-2024

ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΥΓΕΙΟΝΟΜΙΚΗΣ ΕΞΕΤΑΣΗΣ ΚΑΙ ΠΡΑΚΤΙΚΗΣ ΔΟΚΙΜΑΣΙΑΣ ΤΩΝ ΥΠΟΨΗΦΙΩΝ ΓΙΑ ΤΑ Τ.Ε.Φ.Α.Α. ΑΚΑΔΗΜΑΪΚΟΥ ΕΤΟΥΣ 2023-2024 ΕΠΙΤΡΟΠΗΣ Δ.Δ.Ε. Γ' ΑΘΗΝΑΣ ΣΧΟΛΕΙΑ : ΑΙΓΑΛΕΩ -ΑΓ.ΒΑΡΒΑΡΑΣ-ΧΑΪΔΑΡΙΟΥ-ΠΕΡΙΣΤΕΡΙΟΥ-ΙΛΙΟΥ-ΠΕΤΡΟΥΠΟΛΗΣ-ΑΓ.ΑΝΑΡΓΥΡΩΝ - ΚΑΜΑΤΕΡΟΥ - ΔΥΤ. ΑΤΤΙΚΗΣ - ΕΥΒΟΙΑΣ - ΒΟΙΩΤΙΑΣ- ΚΟΡΙΝΘΙΑΣ ΚΑΙ ΛΟΙΠΩΝ ΔΙΕΥΘΥΝΣΕΩΝ Δ.Ε. ΥΠΟΧΡΕΩΤΙΚΑ ΤΕΤΑΡΤΗ 14-6-2023 ΟΙ ΜΑΘΗΤΕΣ & ΠΕΜΠΤΗ 15-6-2023 ΟΙ ΜΑΘΗΤΡΙΕΣ ΤΗΣ Δ/ΝΣΗΣ ΔΕΥΤΕΡΟΒΑΘΜΙΑΣ ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗΣ Γ' ΑΘΗΝΑΣ ΘΑ ΠΕΡΑΣΟΥΝ ΑΠΟ ΥΓΕΙΟΝΟΜΙΚΗ ΕΞΕΤΑΣΗ.

Υποψήφιοι ή υποψήφιες που λόγω συμμετοχής τους σε εξέταση ειδικών μαθημάτων δεν μπορούν να προσέλθουν τις παραπάνω ημέρες για την υγειονομική εξέταση θα μπορέσουν να εξεταστούν έως και την Δυτέρα 19 Ιουνίου 2023 και ώρα 07:30 π.μ. στον ίδιο χώρο. Όσοι υποψήφιοι-ες που για λόγους υγείας (που αιτιολογούνται) δεν μπόρεσαν να προσέλθουν στις 14 και 15 Ιουνίου 2023 μπορούν να προσέλθουν όποια μέρα επιθυμούν για εξέταση σύμφωνα με το πρόγραμμα. Οι υποψήφιοι-ες από την ΕΠΑΡΧΙΑ θα μπορούν να προσέλθουν για Υγειονομική Εξέταση την ίδια ημέρα που θα δώσουν το πρώτο αγώνισμα όπως αναφέρεται στο πρόγραμμα με βάση τα αγωνίσματα.

ΤΕΤΑΡΤΗ 14 /6/2023 - ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΥΓΕΙΟΝΟΜΙΚΗΣ ΕΞΕΤΑΣΗΣ ΑΡΡΕΝΩΝ

Οι υποψήφιοι πρέπει να παρουσιαστούν στις **07:30** στο Αθλητικό Κέντρο ΔΑΚ ΑΙΓΑΛΕΩ Σουλίου & Σίφνου για την κατάθεση των δικαιολογητικών. Στη συνέχεια θα καταθέσουν τα δικαιολογητικά τους στην γραμματεία της Επιτροπής. Η επιτροπή θα βρίσκεται στο Γραφείο φυσικής αγωγής. Μετά την κατάθεση των δικαιολογητικών, θα οδηγούνται για τις υγειονομικές εξετάσεις στα Γραφεία των Ιατρών. Μετά το πέρας της κατάθεσης των δικαιολογητικών και της υγειονομικής εξέτασης είναι ελεύθεροι. **ΥΠΟΧΡΕΩΤΙΚΑ ΟΛΟΙ ΟΙ ΜΑΘΗΤΕΣ ΝΑ ΕΧΟΥΝ ΜΑΖΙ ΤΟΥΣ ΕΝΑ ΣΤΥΛΟ.**

ΠΕΜΠΤΗ 15 /6/2023 - ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΥΓΕΙΟΝΟΜΙΚΗΣ ΕΞΕΤΑΣΗΣ ΘΗΛΕΩΝ

Οι υποψήφιες πρέπει να παρουσιαστούν στις **07:30** στο Αθλητικό Κέντρο ΔΑΚ ΑΙΓΑΛΕΩ Σουλίου & Σίφνου για την κατάθεση των δικαιολογητικών. Στη συνέχεια θα καταθέσουν τα δικαιολογητικά τους στην γραμματεία της Επιτροπής. Η επιτροπή θα βρίσκεται στο Γραφείο Φυσικής Αγωγής. Μετά την κατάθεση των δικαιολογητικών, θα οδηγούνται για τις υγειονομικές εξετάσεις στα Γραφεία των Ιατρών. Μετά το πέρας της κατάθεσης των δικαιολογητικών και της υγειονομικής εξέτασης είναι ελεύθερες. **ΥΠΟΧΡΕΩΤΙΚΑ ΟΛΕΣ ΟΙ ΜΑΘΗΤΡΙΕΣ ΝΑ ΕΧΟΥΝ ΜΑΖΙ ΤΟΥΣ ΕΝΑ ΣΤΥΛΟ.**

ΤΑ ΑΓΩΝΙΣΜΑΤΑ ΤΩΝ ΔΡΟΜΩΝ (200Μ, 400Μ) ΘΑ ΔΙΕΞΑΧΘΟΥΝ ΣΤΟ ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΣΤΑΔΙΟ ΧΑΪΔΑΡΙΟΥ (ΗΡΩΩΝ ΠΟΛΥΤΕΧΝΕΙΟΥ & Γ' ΣΕΠΤΕΜΒΡΙΟΥ ΔΑΣΟΣ ΧΑΪΔΑΡΙΟΥ). ΤΟ ΑΓΩΝΙΣΜΑ ΤΗΣ ΚΟΛΥΜΒΗΣΗΣ ΘΑ ΔΙΕΞΑΧΘΕΙ ΣΤΟ ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΚΟΛΥΜΒΗΤΗΡΙΟ ΧΑΪΔΑΡΙΟΥ (Λεωφόρος Αθηνών & Αγωνιστών Στρατοπέδου Χαϊδαρίου) ΤΑ ΑΓΩΝΙΣΜΑΤΑ ΑΛΜΑ ΣΕ ΜΗΚΟΣ ΚΑΙ ΣΦΑΙΡΟΒΟΛΙΑ ΘΑ ΔΙΕΞΑΧΘΟΥΝ ΣΤΟ ΑΘΛΗΤΙΚΟ ΚΕΝΤΡΟ Δ.Α.Κ. ΑΙΓΑΛΕΩ (Σουλίου & Σίφνου Αιγάλεω) τηλ. 210-5310215.

ΟΙ ΥΠΟΨΗΦΙΟΙ-ΕΣ ΟΦΕΙΛΟΥΝ ΝΑ ΠΑΡΟΥΣΙΑΖΟΝΤΑΙ ΜΙΣΗ ΩΡΑ ΠΡΟ ΤΟΥ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΟΣ ΤΩΝ ΠΡΑΚΤΙΚΩΝ ΔΟΚΙΜΑΣΙΩΝ ΤΩΝ ΑΓΩΝΙΣΜΑΤΩΝ ΓΙΑ ΤΗΝ ΠΡΟΘΕΡΜΑΝΣΗ.

ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ 16/6/2023 - ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΔΟΚΙΜΑΣΙΩΝ ΑΡΡΕΝΩΝ

ΩΡΑ ΔΟΚΙΜΑΣΙΩΝ	ΑΓΩΝΙΣΜΑ
07:30 π.μ-12:30μ.μ	ΣΦΑΙΡΟΒΟΛΙΑ (ΑΡΡΕΝΩΝ) - Δ.Α.Κ. ΑΙΓΑΛΕΩ
07:30 π.μ-12:30μ.μ	ΑΛΜΑ ΣΕ ΜΗΚΟΣ (ΑΡΡΕΝΩΝ) - Δ.Α.Κ. ΑΙΓΑΛΕΩ

ΔΕΥΤΕΡΑ 19/6/2023 - ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΔΟΚΙΜΑΣΙΩΝ ΘΗΛΕΩΝ

ΩΡΑ ΔΟΚΙΜΑΣΙΩΝ	ΑΓΩΝΙΣΜΑ
07:30 π.μ-12:30μ.μ	ΑΛΜΑ ΣΕ ΜΗΚΟΣ (ΘΗΛΕΩΝ) - Δ.Α.Κ. ΑΙΓΑΛΕΩ
07:30 π.μ-12:30μ.μ	ΣΦΑΙΡΟΒΟΛΙΑ (ΘΗΛΕΩΝ)- Δ.Α.Κ. ΑΙΓΑΛΕΩ

ΤΡΙΤΗ 20/6/2023 - ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΔΟΚΙΜΑΣΙΩΝ ΑΡΡΕΝΩΝ

ΩΡΑ ΔΟΚΙΜΑΣΙΩΝ	ΑΓΩΝΙΣΜΑ
07:30 π.μ -12:30 μ.μ	ΣΦΑΙΡΟΒΟΛΙΑ (ΑΡΡΕΝΩΝ) - Δ.Α.Κ. ΑΙΓΑΛΕΩ
07:30 π.μ -12:30 μ.μ	ΑΛΜΑ ΣΕ ΜΗΚΟΣ (ΑΡΡΕΝΩΝ) - Δ.Α.Κ. ΑΙΓΑΛΕΩ

ΤΕΤΑΡΤΗ 21 /6/2023 - ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΔΟΚΙΜΑΣΙΩΝ ΘΗΛΕΩΝ

ΩΡΑ ΔΟΚΙΜΑΣΙΩΝ	ΑΓΩΝΙΣΜΑ
07:30 π.μ-12:30 μ.μ	ΑΛΜΑ ΣΕ ΜΗΚΟΣ (ΘΗΛΕΩΝ) - Δ.Α.Κ. ΑΙΓΑΛΕΩ
07:30 π.μ-12:30 μ.μ	ΣΦΑΙΡΟΒΟΛΙΑ (ΘΗΛΕΩΝ)- Δ.Α.Κ. ΑΙΓΑΛΕΩ

ΠΕΜΠΤΗ 22 /6/2023 - ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΔΟΚΙΜΑΣΙΩΝ ΑΡΡΕΝΩΝ - ΘΗΛΕΩΝ

ΩΡΑ ΔΟΚΙΜΑΣΙΩΝ	ΑΓΩΝΙΣΜΑ
07:30 π.μ - 10:00 π.μ	ΔΡΟΜΟΣ 400 Μ (ΑΡΡΕΝΩΝ) - ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΣΤΑΔΙΟ ΧΑΪΔΑΡΙΟΥ

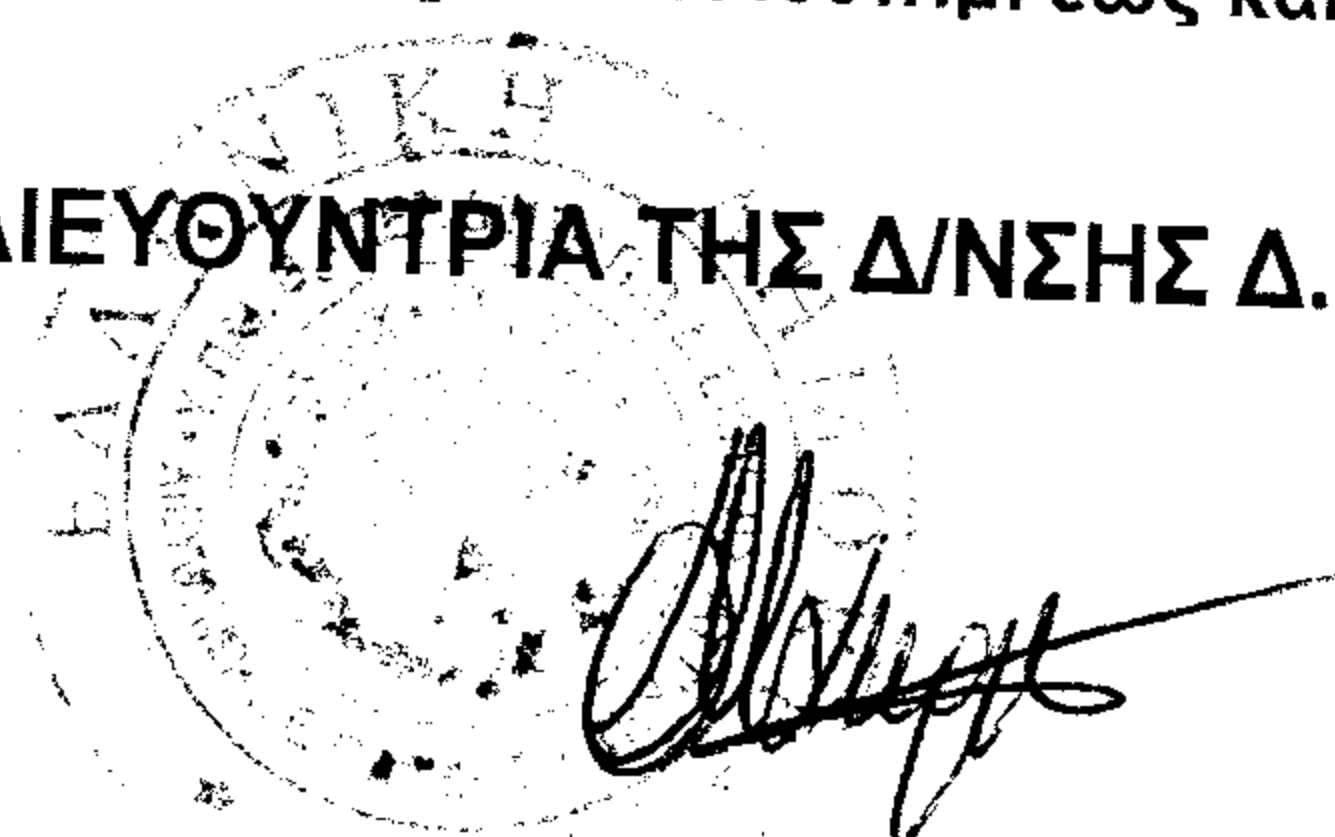
10:00 π.μ - 11:30 π.μ	ΔΡΟΜΟΣ 200 Μ (ΘΗΛΕΩΝ) - ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΣΤΑΔΙΟ ΧΑΪΔΑΡΙΟΥ
-----------------------	---

ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ 23/6/2023 - ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΔΟΚΙΜΑΣΙΩΝ ΑΡΡΕΝΩΝ - ΘΗΛΕΩΝ	
ΩΡΑ ΔΟΚΙΜΑΣΙΩΝ	ΑΓΩΝΙΣΜΑ
09:30 π.μ - 11:30 π.μ	ΚΟΛΥΜΒΗΣΗ (ΑΡΡΕΝΩΝ) - (ΘΗΛΕΩΝ) - ΚΟΛΥΜΒΗΤΗΡΙΟ ΧΑΪΔΑΡΙΟΥ

ΔΕΥΤΕΡΑ 26 /6/2023 - ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΔΟΚΙΜΑΣΙΩΝ ΑΡΡΕΝΩΝ - ΘΗΛΕΩΝ	
ΩΡΑ ΔΟΚΙΜΑΣΙΩΝ	ΑΓΩΝΙΣΜΑ
07:30π.μ - 10:00 π.μ	ΔΡΟΜΟΣ 400 Μ (ΑΡΡΕΝΩΝ) - ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΣΤΑΔΙΟ ΧΑΪΔΑΡΙΟΥ
10:00 π.μ - 11:30 π.μ	ΔΡΟΜΟΣ 200 Μ (ΘΗΛΕΩΝ) - ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΣΤΑΔΙΟ ΧΑΪΔΑΡΙΟΥ
ΤΡΙΤΗ 27 /6/2023 - ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΔΟΚΙΜΑΣΙΩΝ ΑΡΡΕΝΩΝ - ΘΗΛΕΩΝ	
ΩΡΑ ΔΟΚΙΜΑΣΙΩΝ	ΑΓΩΝΙΣΜΑ
09:30π.μ - 11:00 π.μ	ΚΟΛΥΜΒΗΣΗ (ΑΡΡΕΝΩΝ) -(ΘΗΛΕΩΝ) - ΚΟΛΥΜΒΗΤΗΡΙΟ ΧΑΪΔΑΡΙΟΥ

Η Επιτροπή Υγειονομικής εξέτασης καθώς & η Επιτροπή Εξέτασης Πρακτικών Δοκιμασιών θα βρίσκονται καθημερινά στους προκαθορισμένους Αθλητικούς Χώρους από 07:30π.μ. έως και 12:30μ.μ

Η ΔΙΕΥΘΥΝΤΡΙΑ ΤΗΣ Δ/ΝΣΗΣ Δ.Ε. Γ' ΑΘΗΝΑΣ



ΔΗΜΗΤΡΑ ΜΑΚΡΗ