

Πανελλήνιο Πρωτάθλημα σε ανώμαλο έδαφος - Τρίκαλα 2026

Overall Results 2km<16 ΚΟΡΙΤΣΙΩΝ

Plac	Bib	Name	Time1k	Finish	Club	pace/k
2km<16 ΚΟΡΙΤΣΙΩΝ						
1.	1101	ΣΟΥΡΛΑ ΡΑΦΑΕΛΑ	03:48,3	07:51,4	ΓΣ ΠΡΩΤΕΑΣ	3:55
2.	1103	ΣΑΠΟΥΝΤΖΗ ΛΕΝΙΚΑ	03:49,7	07:52,9	ΣΑ ΚΟΛΛΕΓΙΟΥ ΑΘΗΝΩΝ	3:56
3.	1105	ΠΙΚΗ/ΤΣΑΡΟΥΧΗ ΚΟΡΙΝΑ	03:52,6	07:56,2	ΣΑ ΚΟΛΛΕΓΙΟΥ ΑΘΗΝΩΝ	3:58
4.	1195	ΒΟΛΙΩΝΙΤΑΚΗ ΣΟΦΙΑ	03:48,8	07:56,3	ΓΣ ΓΛΥΦΑΔΑΣ	3:58
5.	1210	ΛΑΜΠΡΑΚΗ ΠΑΝΑΓΙΩΤΑ	03:48,7	07:57,4	ΓΕ ΑΓΡΙΝΙΟΥ	3:58
6.	1219	ΓΚΟΥΝΤΡΑ ΜΑΡΙΑ		08:06,1	ΓΣ ΤΡΙΚΑΛΩΝ	4:03
7.	1116	ΜΕΣΣΗΝΗ ΜΑΥΡΑ	03:55,3	08:11,1	ΓΣ ΛΕΥΚΑΔΑΣ	4:05
8.	1104	ΒΑΒΙΛΗ ΦΩΤΕΙΝΗ	03:50,7	08:11,3	ΑΓΣ ΑΓ.ΣΤΕΦΑΝΟΥ ΤΟ ΟΙΟΝ	4:05
9.	1109	ΡΟΚΑ ΕΥΑ	03:54,1	08:12,8	ΠΑΝΙΩΝΙΟΣ ΓΣΣ	4:06
10.	1164	ΚΕΝΤΡΙΑΝΑΚΗ ΗΛΕΚΤΡΑ	03:49,8	08:13,1	ΑΓΙΟΣ ΝΙΚΟΛΑΟΣ ΓΣ	4:06
11.	1141	ΠΑΡΙΑΡΟΥ ΙΝΩ-ΔΗΜΗΤΡΑ	03:59,6	08:14,1	ΓΣ ΓΛΥΦΑΔΑΣ	4:07
12.	1102	ΠΑΤΣΟΥΡΑ ΜΑΡΙΑ-ΙΛΙΑ	03:49,0	08:20,2	ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΟΣ ΓΣ	4:10
13.	1107	ΠΙΣΣΑ ΜΑΡΙΑ	04:03,2	08:28,0	ΠΑΝΙΩΝΙΟΣ ΓΣΣ	4:14
14.	1265	ΤΑΣΙΟΥ ΑΙΚΑΤΕΡΙΝΗ-ΑΘΑΝΑΣΙΑ	04:04,1	08:33,3	ΑΣ ΚΑΣΤΟΡΙΑΣ	4:16
15.	1115	ΠΑΠΑΔΟΓΙΑΝΝΑΚΗ ΕΜΜΕΛΕΙΑ	04:03,7	08:35,9	ΓΣ ΓΛΥΦΑΔΑΣ	4:17
16.	1232	ΠΑΛΑΙΟΓΛΟΥ ΑΝΑΣΤΑΣΙΑ	04:04,0	08:37,7	ΟΚΑ ΚΑΒΑΛΑΣ	4:18
17.	1134	ΜΠΑΧΑΡΙ ΚΩΝΣΤΑΝΤΙΝΑ-ΕΛΕ	04:06,1	08:37,7	ΓΣ ΓΛΥΦΑΔΑΣ	4:18
18.	1181	ΓΡΑΜΜΕΝΟΥ ΕΛΙΣΑΒΕΤ	04:01,0	08:38,7	ΑΠΚ ΝΕΑΠΟΛΗΣ	4:19
19.	1127	ΧΑΛΚΙΑ ΑΝΑΣΤΑΣΙΑ-ΙΩΑΝΝ	04:04,8	08:41,6	ΣΑ ΚΟΛΛΕΓΙΟΥ ΑΘΗΝΩΝ	4:20
20.	1197	ΚΑΡΑΤΖΟΓΛΟΥ	04:05,8	08:42,2	ΓΣ ΕΔΕΣΣΑΣ	4:21
21.	1113	ΚΑΡΑΓΕΩΡΓΙΟΥ	04:08,0	08:44,5	ΣΑ ΚΟΛΛΕΓΙΟΥ ΑΘΗΝΩΝ	4:22
22.	1108	ΦΙΛΙΠΠΙΔΟΥ ΦΩΤΕΙΝΗ	04:02,2	08:44,9	ΑΠΚ ΝΕΑΠΟΛΗΣ	4:22
23.	1180	ΑΖΕΜΟΠΟΥΛΟΥ ΦΙΛΑΡΕΤΗ	04:08,0	08:45,6	ΑΠΚ ΝΕΑΠΟΛΗΣ	4:22
24.	1251	ΚΑΡΥΔΑΚΗ ΑΝΑΣΤΑΣΙΑ	04:07,7	08:45,9	ΣΑ ΚΟΛΛΕΓΙΟΥ ΑΘΗΝΩΝ	4:22
25.	1231	ΚΑΛΟΥΤΑ ΚΩΝΣΤΑΝΤΙΝΑ	03:59,6	08:47,6	ΝΑΟ ΚΕΚΡΟΥ	4:23
26.	1190	ΚΟΡΙΤΣΙΔΗ ΑΝΤΙΓΟΝΗ-ANNA	04:15,3	08:49,7	ΓΣ ΠΡΩΤΕΑΣ	4:24
27.	1125	ΕΥΘΥΜΙΟΥ ΕΛΕΝΗ	04:11,5	08:49,8	ΑΕ ΜΕΣΟΓΕΙΩΝ ΑΜΕΙΝΙΑΣ	4:24
28.	1248	ΔΟΒΛΕ ΝΙΚΟΛΕΤΤΑ	04:09,1	08:51,9	ΣΑ ΚΟΛΛΕΓΙΟΥ ΑΘΗΝΩΝ	4:25
29.	1106	ΚΑΛΟΥΤΑ ΕΙΡΗΝΗ	04:11,3	08:52,5	ΝΑΟ ΚΕΚΡΟΥ	4:26
30.	1128	ΠΑΝΑΓΙΩΤΟΠΟΥΛΟΥ ΜΑΡΙΝΑ	04:23,5	08:54,5	ΓΣ ΓΛΥΦΑΔΑΣ	4:27
31.	1221	ΛΕΦΑ ΒΑΣΙΛΙΚΗ-ΖΩΗ	04:18,2	08:54,5	ΓΣ ΤΡΙΚΑΛΩΝ	4:27
32.	1233	ΜΑΥΡΟΥ ΒΑΣΙΛΙΚΗ	04:13,3	08:54,6	ΟΦΚΑ Α.ΔΗΜΗΤΡΙΟΥ	4:27
33.	1124	ΚΥΡΙΑΖΙΔΗ ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ	04:13,1	08:55,7	ΑΓΣ ΑΤΛΑΣ ΠΑΤΡΩΝ 2020	4:27
34.	1176	ΟΙΚΟΝΟΜΟΥ ΑΙΚΑΤΕΡΙΝΗ	04:14,0	08:56,0	ΑΘΛΟΡΑΜΑ ΑΟ ΠΑΤΡΑΣ	4:28
35.	1119	ΨΑΡΡΟΥ ΑΡΤΕΜΙΣ	04:24,5	08:56,9	ΓΣ ΧΑΙΔΑΡΙΟΥ	4:28
36.	1184	ΜΩΡΟΥ ΝΕΦΕΛΗ	04:19,6	08:57,0	ΓΕ ΑΡΓΟΛΙΔΑΣ	4:28
37.	1202	ΣΤΕΡΓΙΟΥ ΖΩΗ	04:20,2	08:57,8	ΓΑΣ ΑΓΡΙΝΙΟΥ	4:28
38.	1120	ΜΠΟΥΖΑΝΗ ΙΣΜΗΝΗ	04:12,0	08:58,9	ΓΣ ΔΥΜΗΣ	4:29
39.	1151	ΑΞΙΟΤΟΠΟΥΛΟΥ ΗΛΙΑΝΑ	04:20,0	08:59,4	ΑΟ ΓΛΥΦΑΔΑΣ-ΠΑΝΘΗΡΕΣ	4:29
40.	1249	ΖΑΙΜΗ ΙΛΙΑ	04:05,5	09:00,7	ΣΑ ΚΟΛΛΕΓΙΟΥ ΑΘΗΝΩΝ	4:30
41.	1114	ΓΚΑΝΙΑΤΣΑ ΣΟΦΙΑ	04:04,9	09:00,9	ΑΓΣ ΙΩΑΝΝΙΝΩΝ	4:30
42.	1168	ΚΩΤΣΙΑΝΤΗ ΜΑΡΙΑ	04:16,2	09:03,2	ΑΕ ΟΛΥΜΠΙΑΣ ΠΑΤΡΩΝ	4:31
43.	1112	ΖΕΠΟΥ ΑΜΑΡΥΛΛΙΣ	04:19,3	09:03,8	ΣΑ ΚΟΛΛΕΓΙΟΥ ΑΘΗΝΩΝ	4:31
44.	1122	ΚΑΚΑΒΙΑ ΕΜΜΑΝΟΥΕΛΑ	04:19,6	09:06,1	ΑΠΣ ΚΑΡΠΕΝΗΣΙ 2002	4:33
45.	1111	ΛΙΑΡΟΥ ΤΡΙΑΝΤΑΦΥΛΛΙΑ	04:25,0	09:08,0	ΓΣ ΕΔΕΣΣΑΣ	4:34
46.	1144	ΚΑΡΑΙΣΚΟΥ ΕΛΠΙΝΙΚΗ	04:14,4	09:08,1	ΓΣ ΝΙΚΗ ΒΥΡΩΝΑ	4:34
47.	1166	ΑΣΠΡΟΥΛΙΑ ΧΡΙΣΤΙΑΝΑ	04:07,6	09:08,9	ΑΕ ΟΛΥΜΠΙΑΣ ΠΑΤΡΩΝ	4:34

Πανελλήνιο Πρωτάθλημα σε ανώμαλο έδαφος - Τρίκαλα 2026

Overall Results 2km<16 ΚΟΡΙΤΣΙΩΝ

Plac	Bib	Name	Time1k	Finish	Club	pace/k
48.	1169	ΣΠΑΡΑΚΗ ΜΑΡΙΑΝΘΗ-ΕΛΕΝΗ	04:18,6	09:09,6	ΑΕ ΟΛΥΜΠΙΑΣ ΠΑΤΡΩΝ	4:34
49.	1110	ΒΑΤΙΣΤΑ ΑΡΓΥΡΟΥΛΑ	04:08,6	09:10,9	ΓΣ ΗΛΙΟΥΠΟΛΗΣ	4:35
50.	1130	ΜΟΣΤΡΟΥ ΛΥΔΙΑ	04:26,4	09:13,3	ΠΑΝΙΩΝΙΟΣ ΓΣΣ	4:36
51.	1215	ΚΟΥΤΣΟΥΚΟΥ ΕΛΕΝΗ	04:23,7	09:15,3	ΓΣ ΠΙΝΔΑΡΟΣ ΘΗΒΩΝ	4:37
52.	1153	ΚΑΡΑΒΑΓΓΕΛΗ ΡΑΦΑΕΛΑ-ΚΩΝΣΤΑΝ	04:23,7	09:15,6	ΑΑ ΑΝΤΙΚΥΡΑΣ ΞΕΝΟΔΑΜΟΣ	4:37
53.	1252	ΚΟΥΠΑΤΣΙΑΡΗ ΧΡΙΣΤΙΝΑ	04:29,6	09:16,2	ΑΟ ΣΗΤΕΙΑΚΟΣ ΣΗΤΕΙΑΣ	4:38
54.	1179	ΜΑΡΚΟΥΛΗ ΣΤΑΥΡΟΥΛΑ	04:29,3	09:17,4	ΑΝΑΓ/ΣΗ ΣΤΙΒΟΥ ΣΑΛΑΜΙΝΑΣ	4:38
55.	1260	ΜΠΕΝΤΡΑΣΚΑ ΒΕΡΟΝΙΚΑ	04:22,1	09:18,5	ΑΟ ΜΥΚΟΝΟΥ	4:39
56.	1131	ΑΡΕΤΑΚΗ ΜΙΧΑΕΛΑ	04:17,2	09:19,9	ΑΝΟ ΧΑΝΙΩΝ "Ο ΚΥΔΩΝ"	4:39
57.	1191	ΚΩΝΣΤΑΝΤΙΝΟΥ ΧΡΙΣΤΙΝΑ	04:20,8	09:20,0	ΓΣ ΠΡΩΤΕΑΣ	4:39
58.	1152	ΑΡΓΥΡΙΟΥ ΔΗΜΗΤΡΑ	04:24,2	09:24,5	ΑΑ ΑΝΤΙΚΥΡΑΣ ΞΕΝΟΔΑΜΟΣ	4:42
59.	1117	ΚΑΛΛΙΑ ΑΜΕΛΑ	03:56,1	09:26,7	ΑΠΣ ΠΥΓΜΗ	4:43
60.	1145	ΚΕΝΤΡΙΑΝΑΚΗ ΝΕΦΕΛΗ	04:33,4	09:28,7	ΑΓΙΟΣ ΝΙΚΟΛΑΟΣ ΓΣ	4:44
61.	1177	ΟΙΚΟΝΟΜΟΥ ΑΡΙΣΤΕΑ	04:43,2	09:30,0	ΑΘΛΟΡΑΜΑ ΑΟ ΠΑΤΡΑΣ	4:45
62.	1178	ΜΑΛΛΗ ΕΛΕΥΘΕΡΙΑ	04:37,5	09:31,5	ΑΝΑΓ/ΣΗ ΣΤΙΒΟΥ ΣΑΛΑΜΙΝΑΣ	4:45
63.	1174	ΟΙΚΟΝΟΜΟΠΟΥΛΟΥ	04:37,2	09:31,7	ΑΣ ΦΥΛΗΣ ΑΡΙΩΝ	4:45
64.	1159	ΓΑΡΑΦΑ ΝΑΪΑΣ-ΥΑΚΙΝΘΗ	04:15,1	09:34,1	ΑΟ ΚΑΛΛΙΣΤΟΣ	4:47
65.	1118	ΣΟΥΚΑΝΤΟΥ ΜΑΡΚΕΛΛΑ	04:22,3	09:35,3	ΑΠΚ ΝΕΑΠΟΛΗΣ	4:47
66.	1263	ΚΟΤΣΑΛΑ ΜΑΡΓΑΡΙΤΑ	04:40,7	09:38,6	ΑΠΣ ΔΙΟΜΗΔΗΣ ΞΑΝΘΗΣ	4:49
67.	1212	ΑΝΑΓΝΩΣΤΑΚΗ ΝΙΚΗ-ΕΙΡΗΝΗ	04:34,7	09:40,1	ΓΣ ΒΙΤΣΕΝΤΖΟΣ ΚΟΡΝΑΡΟΣ	4:50
68.	1226	ΓΑΛΑΝΗ ΜΑΡΙΑ-ΙΟΥΛΙΑ	04:43,5	09:40,4	ΕΣΠΕΡΟΣ ΓΣ ΛΑΜΙΑΣ	4:50
69.	1213	ΚΙΟΥΣΗ ΜΕΛΙΤΙΝΗ	04:33,4	09:47,6	ΓΣ ΠΙΝΔΑΡΟΣ ΘΗΒΩΝ	4:53
70.	1182	ΦΩΤΙΑΔΟΥ ΣΟΦΙΑ	04:37,4	09:47,6	ΑΠΟΦΚΑ ΞΑΝΘΗΣ	4:53
71.	1218	ΣΑΝΤΑΤΖΟΓΛΟΥ ΜΑΡΚΕΛΛΑ	04:31,2	09:50,4	ΓΣ ΝΙΚΗ ΒΥΡΩΝΑ	4:55
72.	1204	ΙΩΑΝΝΙΔΟΥ ΕΥΑΓΓΕΛΙΑ-ΑΘΗΝΑ	04:38,6	09:52,6	ΓΑΣ ΕΟΡΔΑΙΑΣ	4:56
73.	1262	ΠΛΑΚΟΣΑ ΑΜΑΛΙΑ	04:40,3	09:54,2	ΑΠΣ ΔΙΟΜΗΔΗΣ ΞΑΝΘΗΣ	4:57
74.	1140	ΜΟΥΤΑΦΤΣΗ ΣΜΑΡΑΓΔΑ	04:38,3	09:54,4	ΟΦΚΑ ΣΕΡΡΕΣ	4:57
75.	1214	ΚΙΟΥΣΗ ΠΑΝΑΓΙΩΤΑ	04:54,6	09:55,7	ΓΣ ΠΙΝΔΑΡΟΣ ΘΗΒΩΝ	4:57
76.	1165	ΤΟΤΣΗ ΜΑΡΙΛΕΝΑ	04:41,0	09:56,5	ΑΓΙΟΣ ΝΙΚΟΛΑΟΣ ΓΣ	4:58
77.	1129	ΓΙΑΝΝΙΚΟΥ ΑΝΝΑ-ΕΛΕΝΗ	04:36,0	09:56,7	ΑΝΟ ΧΑΝΙΩΝ "Ο ΚΥΔΩΝ"	4:58
78.	1200	ΠΑΠΑΔΟΠΟΥΛΟΥ ΣΟΦΙΑ-ΙΩΑΝΝΑ	04:41,0	09:58,2	ΓΣ ΚΕΡΑΤΣΙΝΙΟΥ	4:59
79.	1201	ΚΟΛΟΝΕΛΟΥ ΚΩΝΣΤΑΝΤΙΝΑ	04:20,5	09:58,6	ΓΑΣ ΑΓΡΙΝΙΟΥ	4:59
80.	1143	ΚΟΥΡΔΗ ΜΕΛΙΤΙΝΗ-ΚΩΝΣΤΑ		09:59,1	ΩΡΙΩΝ ΑΣ ΚΑΡΔΙΤΣΑΣ	4:59
81.	1245	ΑΝΔΡΙΟΠΟΥΛΟΥ	04:42,4	09:59,9	ΑΟ ΠΕΛΟΨ	4:59
82.	1229	ΜΑΘΙΟΥ ΚΑΛΛΙΟΠΗ	04:37,3	10:00,7	ΜΕΣΣΗΝΙΑΚΟΣ ΓΣ 1888	5:00
83.	1203	ΓΙΑΝΝΙΩΤΗ ΑΠΟΣΤΟΛΙΑ	04:40,3	10:00,8	ΓΑΣ ΕΟΡΔΑΙΑΣ	5:00
84.	1250	ΚΑΡΡΑ ΕΦΗ	04:39,7	10:01,6	ΣΑ ΚΟΛΛΕΓΙΟΥ ΑΘΗΝΩΝ	5:00
85.	1150	ΓΕΩΡΓΙΟΥ ΕΥΑΓΓΕΛΙΑ	04:38,0	10:01,8	ΓΣ ΓΛΥΦΑΔΑΣ	5:00
86.	1264	ΗΛΙΟΥ ΒΑΣΙΛΙΚΗ	04:43,2	10:02,4	ΑΣ ΚΑΣΤΟΡΙΑΣ	5:01
87.	1149	ΚΙΤΣΑΤΗ ΝΕΦΕΛΗ	04:48,5	10:07,8	ΑΣ ΑΙΓΙΟΥ ΑΘΗΝΟΔΩΡΟΣ Ο	5:03
88.	1224	ΣΩΤΗΡΙΑΔΟΥ ΜΑΡΙΑ-ΕΛΕΝΗ	04:54,9	10:18,2	ΔΡΟΜΕΑΣ ΘΡΑΚΗΣ	5:09
89.	1171	ΙΩΑΚΕΙΜΙΔΗ ΝΑΙΑ	04:46,2	10:18,6	ΑΦ ΘΕΡΜΗΣ ΑΔΩΝΙΣ	5:09
90.	1136	ΑΚΤΥΠΗ ΒΑΣΙΛΙΚΗ	04:38,4	10:19,4	ΑΓΕ ΖΑΚΥΝΘΟΥ	5:09
91.	1148	ΓΙΑΝΝΗ ΕΡΙΦΥΛΛΗ	04:51,2	10:20,5	ΓΣ ΓΑΛΑΤΣΙΟΥ ΓΥΜΝΑΣΙΟΝ	5:10
92.	1163	ΜΑΡΚΟΥ ΧΡΙΣΤΙΝΑ	04:54,4	10:22,4	ΑΣ ΠΡΕΒΕΖΑΣ "ΕΥ ΖΗΝ"	5:11
93.	1173	ΣΤΡΑΤΙΩΤΗ ΜΑΡΙΑ	04:54,8	10:28,6	ΑΟ ΜΕΓΑΡΩΝ	5:14
94.	1147	ΦΡΑΓΚΙΑΔΑΚΗ ΚΑΛΛΙΟΠΗ	04:49,5	10:33,6	ΑΟ ΣΗΤΕΙΑΚΟΣ ΣΗΤΕΙΑΣ	5:16
95.	1222	ΠΑΠΑΖΑΦΕΙΡΗ ΝΙΚΟΛΕΤΑ	04:49,0	10:35,5	ΓΣ ΤΡΙΚΑΛΩΝ	5:17

Πανελλήνιο Πρωτάθλημα σε ανώμαλο έδαφος - Τρίκαλα 2026

Overall Results 2km<16 ΚΟΡΙΤΣΙΩΝ

Plac	Bib	Name	Time1k	Finish	Club	pace/k
96.	1138	ΛΑΖΑΡΑΚΗ ΜΑΡΙΑ	05:00,2	10:35,8	ΑΑ ΑΝΤΙΚΥΡΑΣ ΞΕΝΟΔΑΜΟΣ	5:17
97.	1256	ΡΑΔΟΓΚΟΣΛΗ ΝΕΦΕΛΗ	04:52,6	10:36,6	ΦΣ ΑΡΓΟΥΣ ΟΡΕΣΤΙΚΟΥ	5:18
98.	1244	ΞΕΝΑΚΗ ΖΑΧΑΡΟΥΛΑ	05:06,0	10:37,5	ΠΑΣ ΙΚΑΡΟΣ	5:18
99.	1243	ΚΥΡΙΑΚΟΥ ΣΤΑΜΑΤΙΝΑ	05:06,3	10:40,1	ΠΑΣ ΙΚΑΡΟΣ	5:20
100.	1216	ΠΑΛΤΑΔΑΚΗ ΘΕΟΔΩΡΑ-ΑΡΤΕΜΙΣ	05:02,6	10:42,8	ΓΣ ΣΤΥΛΙΔΑΣ ΤΑ ΦΑΛΑΡΑ	5:21
101.	1154	ΒΑΣΙΛΕΙΟΥ ΜΑΡΙΑ-ΕΛΕΝΗ	04:51,3	10:50,8	ΑΓΣ ΙΩΑΝΝΙΝΩΝ	5:25
102.	1162	ΜΑΝΟΥΣΟΥ ΖΩΗ	05:02,1	11:01,3	ΑΣ ΔΡΟΜΕΙΣ ΚΕΡΑΤΕΑΣ	5:30
103.	1170	ΤΑΓΚΑ ΑΝΔΡΙΑΝΑ	04:56,8	11:02,3	ΑΘΛΗΤΙΚΗ ΠΑΙΔΕΙΑ	5:31
104.	1161	ΧΡΙΣΤΟΠΟΥΛΟΥ ΜΑΡΙΑ	05:07,9	11:16,7	ΑΣ ΦΥΛΗΣ ΑΡΙΩΝ	5:38

Number of records: 104

Πανελλήνιο Πρωτάθλημα σε ανώμαλο έδαφος - Τρίκαλα 2026

Overall Results 3km<16 ΑΓΟΡΙΑ

Plac	Bib	Name	2k	Finish	Club	pace/k
3km<16 ΑΓΟΡΙΑ						
1.	101	ΒΑΡΒΑΡΟΣ ΛΕΩΝ-ΑΝΑΣΤΑΣΙΟΣ	06:35,0	09:59,4	ΑΣ ΣΧΟΛΗΣ ΜΩΡΑΙΤΗ	3:19
2.	103	ΣΥΡΜΑΚΕΣΗΣ ΦΟΙΒΟΣ	06:36,6	10:14,4	ΑΓΣ ΙΩΑΝΝΙΝΩΝ	3:24
3.	240	ΖΑΜΠΕΛΗΣ ΓΕΩΡΓΙΟΣ	06:36,6	10:29,6	ΟΑ ΚΟΥΡΟΣ ΑΙΓΙΝΑΣ	3:29
4.	141	ΑΝΑΓΝΩΣΤΟΠΟΥΛΟΣ ΧΡΗΣΤΟΣ	06:50,7	10:32,6	ΑΣ ΑΚΡΟΣ	3:30
5.	107	ΤΣΑΚΑΡΔΑΝΟΣ ΑΘΑΝΑΣΙΟΣ	06:50,6	10:32,7	ΓΑΣ ΑΓΡΙΝΙΟΥ	3:30
6.	106	ΤΖΑΝΕΤΟΣ ΜΑΞΙΜΟΣ	06:46,5	10:36,3	ΑΕ ΜΕΣΟΓΕΙΩΝ ΑΜΕΙΝΙΑΣ ΠΑΛ	3:32
7.	102	ΠΑΓΚΑΛΤΖΗΣ ΝΙΚΟΛΑΟΣ	06:39,6	10:41,2	ΑΠΚ ΝΕΑΠΟΛΗΣ	3:33
8.	200	ΓΡΗΓΟΡΙΑΔΗΣ ΑΝΔΡΕΑΣ	07:00,7	10:45,0	ΓΣ ΚΗΦΙΣΙΑΣ	3:35
9.	157	ΠΑΝΑΓΟΠΟΥΛΟΣ	07:08,1	10:55,6	ΑΘΛΟΡΑΜΑ ΑΟ ΠΑΤΡΑΣ	3:38
10.	111	ΡΟΥΣΑΚΗΣ ΜΙΧΑΗΛ	06:53,7	10:56,8	ΓΣ ΒΙΤΣΕΝΤΖΟΣ ΚΟΡΝΑΡΟΣ	3:38
11.	162	ΠΑΝΑΓΙΩΤΟΠΟΥΛΟΣ	07:03,2	11:01,5	ΑΟ ΣΠ.ΛΟΥΗΣ ΚΟΡΥΔΑΛΛΟΥ	3:40
12.	104	ΜΑΝΔΙΚΑΣ ΓΕΩΡΓΙΟΣ	07:09,5	11:02,2	ΑΝΟ ΧΑΝΙΩΝ "Ο ΚΥΔΩΝ"	3:40
13.	110	ΡΑΨΟΜΑΝΙΚΗΣ ΑΡΗΣ-ΒΑΣΙΛΕΙΟΣ	07:03,5	11:06,1	ΑΟ ΚΕΡΚΥΡΑΣ 2015	3:42
14.	154	ΑΠΟΚΗΣ ΝΙΚΟΛΑΟΣ	07:14,1	11:07,2	ΑΘΛΟΡΑΜΑ ΑΟ ΠΑΤΡΑΣ	3:42
15.	172	ΚΟΡΙΤΣΙΔΗΣ	07:17,7	11:11,7	ΓΣ ΠΡΩΤΕΑΣ ΗΓΟΥΜΕΝΙΤΣΑΣ	3:43
16.	105	ΙΩΑΝΝΟΥ ΛΕΩΝΙΔΑΣ	07:27,2	11:15,2	ΓΣ ΓΛΥΦΑΔΑΣ	3:45
17.	120	ΝΟΒΑΚΗΣ ΑΘΑΝΑΣΙΟΣ	07:11,4	11:15,4	ΟΚΑ ΒΙΚΕΛΑΣ ΒΕΡΟΙΑΣ	3:45
18.	209	ΑΡΣΕΝΙΑΔΗΣ ΠΛΑΤΩΝ	07:14,2	11:16,1	ΓΣ ΝΙΚΗ ΒΥΡΩΝΑ	3:45
19.	116	ΤΡΟΥΜΠΟΥΚΗΣ ΑΓΓΕΛΟΣ	07:12,0	11:18,4	ΠΕΛΑΣΓΟΣ ΑΣ ΛΑΡΙΣΑΣ	3:46
20.	145	ΠΑΠΑΔΟΠΟΥΛΟΣ ΔΗΜΗΤΡΙΟΣ	07:12,8	11:19,4	ΑΣ ΠΡΕΒΕΖΑΣ "ΕΥ ΖΗΝ"	3:46
21.	215	ΤΣΑΤΖΑΛΗΣ ΙΩΑΝΝΗΣ	07:16,9	11:21,7	ΕΣΠΕΡΟΣ ΓΣ ΛΑΜΙΑΣ	3:47
22.	160	ΚΟΚΟΓΙΑΝΝΑΚΗΣ ΙΩΑΝΝΗΣ	07:16,3	11:22,7	ΑΝΟ ΧΑΝΙΩΝ "Ο ΚΥΔΩΝ"	3:47
23.	241	ΠΑΠΑΔΑΚΟΣ ΔΙΟΝΥΣΙΟΣ	07:19,2	11:23,8	ΟΑ ΚΟΥΡΟΣ ΑΙΓΙΝΑΣ	3:47
24.	230	ΜΑΚΡΙΝΟΣ ΓΕΩΡΓΙΟΣ	07:15,1	11:24,3	ΣΑ ΚΟΛΛΕΓΙΟΥ ΑΘΗΝΩΝ	3:48
25.	197	ΔΡΕΤΑΚΗΣ ΔΗΜΗΤΡΙΟΣ	07:19,0	11:25,8	ΓΣ ΒΙΤΣΕΝΤΖΟΣ ΚΟΡΝΑΡΟΣ	3:48
26.	117	ΜΑΜΜΑΣΗΣ ΜΑΞΙΜΟΣ	07:25,8	11:27,4	ΑΕ ΜΕΣΟΓΕΙΩΝ ΑΜΕΙΝΙΑΣ ΠΑΛ	3:49
27.	114	ΜΠΑΖΙΚΑΛΟ ΔΙΟΝΥΣΙΟΣ	07:20,7	11:28,7	ΑΟ ΧΡΥΣΟΥΠΟΛΗΣ	3:49
28.	108	ΔΑΝΙΗΛ ΔΗΜΗΤΡΗΣ	07:36,6	11:28,9	ΓΣ ΓΛΥΦΑΔΑΣ	3:49
29.	180	ΛΑΥΚΑΣ ΔΗΜΗΤΡΙΟΣ	07:23,6	11:30,7	ΓΣ ΝΙΚΗ ΝΑΥΠΛΙΟΥ 2022	3:50
30.	121	ΛΙΤΣΟΣ ΕΥΣΤΑΘΙΟΣ	07:21,3	11:36,3	ΑΟ ΧΡΥΣΟΥΠΟΛΗΣ	3:52
31.	137	ΓΕΡΑΡΔΗΣ ΔΗΜΗΤΡΙΟΣ	07:27,2	11:37,1	ΑΟ ΚΑΛΛΙΣΤΟΣ	3:52
32.	119	ΣΑΒΒΑΚΟΣ ΧΡΗΣΤΟΣ	07:29,2	11:38,8	ΣΑ ΚΟΛΛΕΓΙΟΥ ΑΘΗΝΩΝ	3:52
33.	135	ΝΟΥΣΙΟΣ ΑΡΗΣ	07:34,3	11:39,8	ΑΕ ΜΕΣΟΓΕΙΩΝ ΑΜΕΙΝΙΑΣ ΠΑΛ	3:53
34.	219	ΒΛΑΧΟΣ ΓΕΩΡΓΙΟΣ	07:36,0	11:41,0	ΟΦΚΑ ΣΕΡΡΕΣ	3:53
35.	171	ΓΟΥΝΑΡΟΠΟΥΛΟΣ ΜΑΡΙΟΣ	07:32,6	11:41,8	ΓΣ ΚΕΡΚΥΡΑΣ 2018	3:53
36.	122	ΣΚΟΥΜΠΑΦΛΟΣ	07:35,7	11:42,6	ΑΑ ΑΝΤΙΚΥΡΑΣ ΞΕΝΟΔΑΜΟΣ	3:54
37.	169	ΨΙΑΝΟΣ ΑΡΓΥΡΙΟΣ	07:31,1	11:43,6	ΓΕ ΓΡΕΒΕΝΩΝ	3:54
38.	147	ΜΑΓΔΑΛΗΝΟΣ ΑΝΤΩΝΙΟΣ	07:29,5	11:46,3	ΑΓΕ ΖΑΚΥΝΘΟΥ	3:55
39.	234	ΘΕΟΧΑΡΗΣ ΣΠΥΡΙΔΩΝ	07:29,0	11:49,2	ΦΣΚΑ ΚΟΖΑΝΗΣ	3:56
40.	131	ΚΑΡΒΟΥΝΗΣ ΦΙΛΙΠΠΟΣ	07:37,6	11:49,7	ΑΑ ΑΝΤΙΚΥΡΑΣ ΞΕΝΟΔΑΜΟΣ	3:56
41.	175	ΓΙΑΝΝΑΚΟΥΛΙΑΣ	07:39,5	11:50,9	ΓΣ ΓΛΥΦΑΔΑΣ	3:56
42.	113	ΓΑΒΑΛΑΚΗΣ ΚΩΝΣΤΑΝΤΙΝΟΣ	07:37,9	11:52,7	ΑΕ ΜΕΣΟΓΕΙΩΝ ΑΜΕΙΝΙΑΣ ΠΑΛ	3:57
43.	173	ΜΑΜΟΥΧΑΣ ΝΙΚΗΦΟΡΟΣ	07:33,4	11:53,4	ΓΣ ΠΡΩΤΕΑΣ ΗΓΟΥΜΕΝΙΤΣΑΣ	3:57
44.	194	ΦΑΣΙΑΝΟΣ ΝΙΚΟΛΑΟΣ	07:46,7	11:55,4	ΓΣ ΑΘΛΟΣ ΚΕΡΑΤΣΙΝΙ-ΔΡΑΠΕΤ	3:58
45.	158	ΤΡΙΓΚΑΣ ΙΩΑΝΝΗΣ	07:45,0	11:56,7	ΑΘΛΟΡΑΜΑ ΑΟ ΠΑΤΡΑΣ	3:58
46.	136	ΠΙΣΠΑΣ ΑΙΓΕΑΣ	07:38,4	11:58,0	ΑΟ ΒΑΡΗΣ "Ο ΑΝΑΓΥΡΟΥΣ"	3:59
47.	206	ΝΙΚΑΣ ΑΛΕΞΑΝΔΡΟΣ-ΤΑΞΙΑΡ.	07:39,4	11:59,5	ΓΣ ΠΙΝΔΑΡΟΣ ΘΗΒΩΝ	3:59

Πανελλήνιο Πρωτάθλημα σε ανώμαλο έδαφος - Τρίκαλα 2026

Overall Results 3km<16 ΑΓΟΡΙΑ

Plac	Bib	Name	2k	Finish	Club	pace/k
48.	140	ΜΟΛΑΝΤΟΒΑΝ ΑΝΤΡΕΙ	07:47,2	11:59,6	ΑΠΣ ΠΗΓΑΣΟΣ ΗΡΑΚΛΕΙΟΥ	3:59
49.	152	ΓΑΒΡΙΝΙΩΤΗΣ ΧΑΡΑΛΑΜΠΟΣ	07:47,9	12:03,0	ΑΟ ΜΑΓΝΗΣΙΑΣ	4:01
50.	182	ΞΕΣΦΙΓΓΗΣ ΙΩΑΝΝΗΣ	07:42,3	12:08,5	ΓΑΣ ΑΓΡΙΝΙΟΥ	4:02
51.	204	ΜΑΚΡΗΣ ΓΕΩΡΓΙΟΣ	07:36,6	12:12,0	ΓΣ ΠΙΝΔΑΡΟΣ ΘΗΒΩΝ	4:04
52.	143	ΜΠΕΛΑΛΙΔΗΣ ΝΙΚΟΛΑΟΣ	07:49,0	12:13,4	ΑΣ ΣΧΟΛΗΣ ΜΩΡΑΙΤΗ	4:04
53.	191	ΚΥΛΑΦΗΣ	07:46,3	12:15,1	ΓΕ ΑΓΡΙΝΙΟΥ	4:05
54.	112	ΑΒΡΑΜΙΔΗΣ ΚΥΡΙΑΚΟΣ	07:57,8	12:19,9	ΑΟ ΠΕΛΟΨ	4:06
55.	199	ΝΙΑΡΗΣ ΚΩΝΣΤΑΝΤΙΝΟΣ	07:54,6	12:20,3	ΓΣ ΓΑΛΑΤΣΙΟΥ ΓΥΜΝΑΣΙΟΝ	4:06
56.	133	ΕΞΑΡΧΟΣ/ΒΩΒΙΔΗΣ	07:54,1	12:20,9	ΑΓΣ ΑΓ.ΣΤΕΦΑΝΟΥ ΤΟ ΟΙΟΝ	4:06
57.	224	ΜΑΡΚΑΚΗΣ ΓΕΩΡΓΙΟΣ	08:01,5	12:21,8	ΠΑΣ ΙΚΑΡΟΣ	4:07
58.	123	ΓΕΡΑΡΔΟΣ ΓΕΩΡΓΙΟΣ	08:06,7	12:22,0	ΣΑ ΚΟΛΛΕΓΙΟΥ ΑΘΗΝΩΝ	4:07
59.	221	ΡΟΥΤΣΙ ΑΛΦΙΟ	08:07,8	12:23,6	ΠΑΝΙΩΝΙΟΣ ΓΣΣ	4:07
60.	218	ΛΑΤΙΝΟΠΟΥΛΟΣ ΠΕΡΙΚΛΗΣ	08:00,6	12:23,7	ΝΓΣ ΘΕΣ/ΚΗΣ ΗΡΑΚΛΗΣ 1908	4:07
61.	214	ΝΕΝΝΕΣ ΓΕΩΡΓΙΟΣ	08:07,2	12:23,9	ΕΣΠΕΡΟΣ ΓΣ ΛΑΜΙΑΣ	4:07
62.	223	ΧΑΝΙΩΤΑΚΗΣ ΑΓΓΕΛΟΣ	08:10,3	12:25,8	ΠΑΝΙΩΝΙΟΣ ΓΣΣ	4:08
63.	139	ΤΣΙΑΚΑΡΑΣ ΒΑΣΙΛΗΣ	08:01,3	12:29,6	ΑΟ ΚΑΛΛΙΣΤΟΣ	4:09
64.	176	ΔΕΡΕΖΕΑΣ ΜΑΡΙΟΣ	07:58,4	12:33,4	ΓΣ ΓΛΥΦΑΔΑΣ	4:11
65.	161	ΤΡΙΑΝΤΑΦΥΛΛΟΥ ΝΙΚΟΛΑΟΣ	08:05,1	12:33,9	ΑΝΟ ΧΑΝΙΩΝ "Ο ΚΥΔΩΝ"	4:11
66.	184	ΒΙΝΟΣ ΒΑΣΙΛΕΙΟΣ	08:04,8	12:35,5	ΓΑΣ Ο ΙΛΙΣΣΟΣ	4:11
67.	231	ΤΣΕΡΑ ΑΝΣΕΛΜΟ	08:09,1	12:41,7	ΑΟ ΣΗΤΕΙΑΚΟΣ ΣΗΤΕΙΑΣ ΛΑΣΗ	4:13
68.	187	ΤΣΑΓΚΛΗΣ ΦΩΤΗΣ-ΟΡΕΣΤΗΣ	08:12,0	12:41,8	ΓΑΣ ΧΟΛΑΡΓΟΥ	4:13
69.	195	ΦΩΤΗΣ ΚΩΝΣΤΑΝΤΙΝΟΣ	08:01,5	12:46,7	ΓΣ ΑΘΛΟΣ ΚΕΡΑΤΣΙΝΙ-ΔΡΑΠΕΤ	4:15
70.	226	ΚΟΚΚΑΛΗΣ ΑΓΓΕΛΟΣ	08:02,0	12:47,8	ΠΕΛΑΣΓΟΣ ΑΣ ΛΑΡΙΣΑΣ	4:15
71.	181	ΚΟΥΝΕΛΗΣ ΕΡΜΗΣ	08:17,6	12:53,3	ΓΑΣ ΑΓΡΙΝΙΟΥ	4:17
72.	217	ΜΕΛΛΙΟΣ ΧΑΡΑΛΑΜΠΟΣ	08:17,0	12:54,1	ΝΑΟ ΚΕΚΡΟΨ	4:18
73.	235	ΓΚΟΡΙΛΑΣ ΚΩΝΣΤΑΝΤΙΝΟΣ	08:06,7	12:54,6	ΩΡΙΩΝ ΑΣ ΚΑΡΔΙΤΣΑΣ	4:18
74.	210	ΚΑΡΑΚΑΤΣΑΝΗΣ ΖΗΣΗΣ	08:02,7	12:54,6	ΓΣ ΝΙΚΗ ΒΥΡΩΝΑ	4:18
75.	153	ΠΑΠΠΑΣ ΕΙΡΗΝΑΙΟΣ-ΧΡΗΣΤ	08:17,5	12:54,7	ΑΣ ΗΛΙΟΣ	4:18
76.	239	ΚΙΤΝΗΣ ΠΑΥΛΟΣ	08:25,3	12:55,0	ΑΘΛΗΤΙΚΗ ΑΚΑΔΗΜΙΑ ΙΩΑΝΝΙΝΩΝ Η	4:18
77.	142	ΡΙΖΟΥΛΗΣ ΓΕΩΡΓΙΟΣ	08:21,0	13:03,1	ΑΣ ΦΥΛΗΣ ΑΡΙΩΝ	4:21
78.	222	ΤΡΙΑΝΤΑΦΥΛΛΟΠΟΥΛΟΣ	08:23,7	13:03,1	ΠΑΝΙΩΝΙΟΣ ΓΣΣ	4:21
79.	129	ΚΑΛΑΡΓΥΡΟΣ ΣΠΥΡΙΔΩΝ	08:39,4	13:06,1	ΑΟ ΓΛΥΦΑΔΑΣ-ΠΑΝΘΗΡΕΣ	4:22
80.	205	ΜΠΕΡΔΟΣ ΣΤΑΥΡΟΣ	08:33,4	13:06,6	ΓΣ ΠΙΝΔΑΡΟΣ ΘΗΒΩΝ	4:22
81.	179	ΟΥΖΟΥΝΗΣ ΤΡΙΑΝΟΣ	08:17,9	13:06,8	ΓΣ ΕΔΕΣΣΑΣ	4:22
82.	207	ΚΑΤΩΠΟΔΗΣ ΘΕΟΔΩΡΟΣ	08:29,9	13:06,8	ΓΣ ΛΕΥΚΑΔΑΣ	4:22
83.	201	ΛΥΤΡΑΣ ΣΤΥΛΙΑΝΟΣ-ΓΕΩΡΓ	08:39,8	13:08,3	ΓΣ ΝΙΚΗ ΒΟΛΟΥ	4:22
84.	164	ΒΙΘΥΝΟΣ ΕΜΜΑΝΟΥΗΛ	08:20,4	13:09,2	ΑΣ ΑΓΙΑΣ ΠΑΡΑΣΚΕΥΗΣ	4:23
85.	138	ΣΟΥΛΙΩΤΗΣ ΘΕΟΦΑΝΗΣ	07:43,4	13:25,0	ΑΟ ΚΑΛΛΙΣΤΟΣ	4:28
86.	155	ΚΟΡΔΑΣ ΝΙΚΟΛΑΟΣ	08:47,2	13:27,7	ΑΘΛΟΡΑΜΑ ΑΟ ΠΑΤΡΑΣ	4:29
87.	156	ΜΠΑΥΛΟΣ ΔΗΜΗΤΡΙΟΣ	08:51,9	13:31,2	ΑΘΛΟΡΑΜΑ ΑΟ ΠΑΤΡΑΣ	4:30
88.	166	ΠΟΥΛΙΑΣΗΣ	09:02,9	13:34,3	ΑΣ ΑΓΙΑΣ ΠΑΡΑΣΚΕΥΗΣ	4:31
89.	124	ΔΟΛΟΥΔΗΣ ΧΡΗΣΤΟΣ	08:44,4	13:43,4	ΠΕΛΑΣΓΟΣ ΑΣ ΛΑΡΙΣΑΣ	4:34
90.	163	ΚΟΡΕΞΕΝΙΔΗΣ ΘΕΟΔΩΡΟΣ	08:39,9	13:45,8	ΑΠΚ ΝΕΑΠΟΛΗΣ	4:35
91.	159	ΖΩΙΔΗΣ ΒΑΣΙΛΕΙΟΣ	08:55,2	13:48,2	ΑΝΑΓΕΝΝΗΣΗ ΠΕΥΚΗΣ ΓΣ	4:36
92.	211	ΠΑΝΑΓΙΟΣ ΒΑΣΙΛΕΙΟΣ	09:20,8	13:54,3	ΓΣ ΝΙΚΗ ΒΥΡΩΝΑ	4:38
93.	202	ΣΙΔΗΡΟΠΟΥΛΟΣ ΧΡΗΣΤΟΣ	09:19,5	14:07,3	ΓΣ ΝΙΚΗ ΒΟΛΟΥ	4:42
94.	208	ΧΟΝΤΑΙ ΕΓΛΙ	09:07,7	14:07,6	ΓΣ ΛΕΥΚΑΔΑΣ	4:42
95.	146	ΣΙΑΤΗΡΑΣ ΔΗΜΗΤΡΗΣ	09:17,6	14:09,5	ΑΨΛ ΜΕΔΕΩΝ ΑΣΠΡΑ ΣΠΙΤΙΑ	4:43

Πανελλήνιο Πρωτάθλημα σε ανώμαλο έδαφος - Τρίκαλα 2026

Overall Results 3km<16 ΑΓΟΡΙΑ

Plac	Bib	Name	2k	Finish	Club	pace/k
96.	148	ΓΚΙΝΗΣ ΚΩΝΣΤΑΝΤΙΝΟΣ	09:20,9	14:18,1	ΑΘΛ.ΑΚΑΔΗΜΙΑ ΑΤΛΑΣ ΒΟΛΟΥ	4:46
97.	165	ΠΑΠΙΔΑΣ ΑΛΕΞΑΝΔΡΟΣ	09:15,8	14:18,8	ΑΣ ΑΓΙΑΣ ΠΑΡΑΣΚΕΥΗΣ	4:46
98.	126	ΦΟΥΝΤΗΣ ΗΛΙΑΣ-ΙΩΑΝΝΗΣ	09:21,8	14:31,5	ΑΣ ΔΡΟΜΕΙΣ ΚΕΡΑΤΕΑΣ	4:50
99.	228	ΚΟΤΤΑΡΕΑΣ ΓΕΩΡΓΙΟΣ	09:22,2	14:33,1	ΣΥΛ.ΑΘΛΟΥΜΕΝΩΝ ΜΕΣΣΗΝΗΣ	4:51
100.	216	ΔΗΜΟΣ ΝΙΚΗΤΑΣ	09:20,4	14:55,6	ΝΑΟ ΚΕΚΡΟΨ	4:58

Number of records: 100

Πανελλήνιο Πρωτάθλημα σε ανώμαλο έδαφος - Τρίκαλα 2026

Overall Results 3km<18 ΓΥΝΑΙΚΩΝ

Plac	Bib	Name	2k	Finish	Club	pace/k
3km<18 ΓΥΝΑΙΚΩΝ						
1.	1271	ΣΜΥΡΝΑΚΗ ΑΛΕΞΑΝΔΡΑ	07:26,8	11:40,5	ΑΠΣ ΠΗΓΑΣΟΣ ΗΡΑΚΛΕΙΟΥ	3:53
2.	1272	ΠΑΝΤΟΣΤΗ ΧΡΙΣΤΙΝΑ	07:38,5	11:44,9	ΑΟ ΚΑΛΛΙΣΤΟΣ	3:54
3.	1280	ΠΑΥΛΟΠΟΥΛΟΥ ΦΩΤΕΙΝΗ	07:31,5	11:51,3	ΓΣ ΒΙΤΣΕΝΤΖΟΣ ΚΟΡΝΑΡΟΣ	3:57
4.	1276	ΑΓΓΕΛΑΤΟΥ ΑΝΘΗ	07:46,0	11:54,4	ΑΟ ΠΕΛΟΥ	3:58
5.	1372	ΜΑΜΟΥΛΙΑ ΣΟΦΙΑ	07:38,7	11:59,8	ΑΣ ΟΛΥΜΠΙΑΚΗ ΔΟΜΗ 2004	3:59
6.	1273	ΔΑΛΑΚΟΥ ΝΙΚΗ	07:40,1	12:00,9	ΑΟ ΣΠ.ΛΟΥΗΣ ΚΟΡΥΔΑΛΛΟΥ	4:00
7.	1284	ΑΣΙΚΟΓΛΟΥ ΗΒΗ	07:54,5	12:05,8	ΣΑ ΚΟΛΛΕΓΙΟΥ ΑΘΗΝΩΝ	4:01
8.	1274	ΚΕΝΤΡΙΑΝΑΚΗ ANNA	07:50,7	12:08,3	ΑΓΙΟΣ ΝΙΚΟΛΑΟΣ ΓΣ	4:02
9.	1281	ΡΑΜΜΟΥ ΟΥΡΑΝΙΑ	07:54,8	12:09,6	ΠΑΝΙΩΝΙΟΣ ΓΣΣ	4:03
10.	1300	ΣΤΑΥΡΟΠΟΥΛΟΥ ΚΩΝΣΤΑΝΤΙΝΑ	07:55,3	12:11,8	ΓΣ ΑΙΟΛΟΣ ΠΑΤΡΩΝ	4:03
11.	1293	ΜΟΚΚΑ ΜΑΡΙΑ-ΕΛΕΝΗ	07:51,9	12:15,4	ΣΑ ΚΟΛΛΕΓΙΟΥ ΑΘΗΝΩΝ	4:05
12.	1275	ΤΣΑΚΙΡΗ ΜΥΡΣΙΝΗ	07:55,0	12:17,4	ΓΣ ΠΡΩΤΕΑΣ ΗΓΟΥΜΕΝΙΤΣΑΣ	4:05
13.	1278	ΠΛΑΤΑΝΙΤΗ ΚΑΛΛΙΟΠΗ	08:04,2	12:19,6	ΑΟ ΠΕΛΟΥ	4:06
14.	1285	ΚΟΥΡΜΠΕΤΣΟΥ	08:07,6	12:21,2	ΠΑΝΙΩΝΙΟΣ ΓΣΣ	4:07
15.	1295	ΝΙΑΧΟΥ ΧΡΥΣΟΥΛΑ	07:54,9	12:23,5	ΑΟ ΠΑΤΡΩΝ ΚΟΥΡΟΣ	4:07
16.	1286	ΓΚΑΡΤΖΩΝΗ ΕΥΡΥΚΛΕΙΑ	08:02,3	12:24,6	ΑΓΣ ΙΩΑΝΝΙΝΩΝ	4:08
17.	1378	ΤΥΠΗ ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ	08:07,3	12:25,5	ΓΑΣ ΕΟΡΔΑΙΑΣ	4:08
18.	1396	ΒΕΚΙΝΗ ΘΕΟΔΩΡΑ	08:08,8	12:25,6	ΟΛΥΜΠΙΑΚΟΣ ΣΦΠ	4:08
19.	1287	ΚΕΣΚΙΝΙΔΗ ΑΘΗΝΑ	08:13,0	12:28,8	ΑΟ ΣΠ.ΛΟΥΗΣ ΚΟΡΥΔΑΛΛΟΥ	4:09
20.	1279	ΔΗΜΟΠΟΥΛΟΥ	07:55,3	12:31,1	ΓΣ ΚΕΡΑΤΣΙΝΙΟΥ	4:10
21.	1292	ΟΚΤΑΠΟΔΗ ΑΝΔΡΙΑΝΑ	08:02,8	12:31,3	ΑΙΟΛΟΣ ΧΑΛΑΝΔΡΙΟΥ-ΣΤΙΒΟΣ	4:10
22.	1289	ΣΧΙΖΑ ΛΑΜΠΡΙΝΗ	07:56,0	12:32,0	ΓΣ ΓΛΥΦΑΔΑΣ	4:10
23.	1369	ΔΙΑΜΑΝΤΟΠΟΥΛΟΥ ΕΥΓΕΝΙΑ	08:12,9	12:33,5	ΑΟ ΣΠ.ΛΟΥΗΣ ΚΟΡΥΔΑΛΛΟΥ	4:11
24.	1291	ΖΑΧΟΥ ΑΝΑΣΤΑΣΙΑ-ΙΩΑΝΝΑ	07:59,7	12:34,2	ΣΑ ΚΟΛΛΕΓΙΟΥ ΑΘΗΝΩΝ	4:11
25.	1311	ΤΑΣΙΟΥΛΑ ΜΑΝΘΑ	08:02,3	12:37,9	ΑΓΣ ΙΩΑΝΝΙΝΩΝ	4:12
26.	1290	ΤΣΙΡΟΥ ΛΥΔΙΑ	08:05,8	12:40,1	ΓΣ ΓΛΥΦΑΔΑΣ	4:13
27.	1322	ΖΑΧΑΡΑΤΟΥ ΧΡΙΣΤΙΝΑ	08:13,0	12:41,9	ΑΟ ΣΠ.ΛΟΥΗΣ ΚΟΡΥΔΑΛΛΟΥ	4:13
28.	1304	ΒΑΞΕΒΑΝΗ ΛΥΔΙΑ-ANNA	08:13,1	12:43,8	ΓΑΣ Ο ΙΛΙΣΣΟΣ	4:14
29.	1368	ΓΟΥΛΑ ΔΗΜΗΤΡΑ	08:39,1	12:44,8	ΑΟ ΠΡΕΒΕΖΑΣ "ΚΟΤΙΝΟΣ"	4:14
30.	1385	ΚΕΧΑΓΙΟΓΛΟΥ ΕΙΡΗΝΗ	08:11,5	12:53,6	ΓΣ ΑΜΑΡΟΥΣΙΟΥ ΑΤΤΙΚΗΣ	4:17
31.	1354	ΚΟΓΙΑΜΑ/ΒΛΑΧΟΥ	08:21,9	12:55,3	ΑΟ ΚΑΛΛΙΣΤΟΣ	4:18
32.	1377	ΠΟΣΟΝΙΔΗ ΙΩΑΝΝΑ-ΜΑΡΙΑ	08:30,5	12:57,5	ΓΑΣ ΑΓΡΙΝΙΟΥ	4:19
33.	1298	ΑΘΑΝΑΣΙΑΔΗ ΚΥΡΙΑΚΗ-MANTΩ	08:12,4	12:59,6	ΑΓΣ ΑΓ.ΣΤΕΦΑΝΟΥ ΤΟ ΟΙΟΝ	4:19
34.	1352	ΕΜΙΝΙΔΟΥ ΝΕΦΕΛΗ	08:24,5	13:00,3	ΑΟ ΚΑΒΑΛΑΣ	4:20
35.	1375	ΣΤΙΓΚΑ ΜΑΓΙΑ	08:28,3	13:01,9	ΓΣ ΗΛΙΟΥΠΟΛΗΣ	4:20
36.	1326	ΔΕΡΜΙΤΖΑΚΗ ΕΥΑΓΓΕΛΙΑ	08:24,7	13:02,2	ΑΓΕΣ ΚΑΜΕΙΡΟΣ 2009	4:20
37.	1294	ΣΙΑΚΑΒΑΡΑ ΔΗΜΗΤΡΑ	08:24,7	13:02,5	ΓΣ ΤΡΙΚΑΛΩΝ	4:20
38.	1302	ΜΟΥΣΤΑΚΑ ΖΩΗ	08:24,2	13:05,1	ΑΟ ΠΕΛΟΥ	4:21
39.	1325	ΠΑΠΑΝΕΣΤΩΡΟΠΟΥΛΟΥ	08:29,4	13:09,7	ΠΕΛΑΣΓΟΣ ΑΣ ΛΑΡΙΣΑΣ	4:23
40.	1319	ΑΡΜΑΟ ΛΥΔΙΑ-ΠΑΥΛΙΝΑ	08:27,9	13:10,6	ΓΣ ΝΙΚΗ ΒΥΡΩΝΑ	4:23
41.	1312	ΣΤΑΜΟΥΛΗ ΒΕΡΟΝΙΚΑ	08:34,9	13:13,2	ΑΕ ΜΕΣΟΓΕΙΩΝ ΑΜΕΙΝΙΑΣ ΠΑΛ	4:24
42.	1343	ΣΚΑΠΕΤΟΡΑΧΗ ΑΓΑΠΗ	08:40,3	13:13,8	ΑΣ ΑΙΓΙΟΥ ΑΘΗΝΟΔΩΡΟΣ Ο ΑΙ	4:24
43.	1305	ΘΕΟΔΩΡΙΑΔΟΥ/Χ'ΙΩΑΝΝΟΥ	08:38,6	13:14,2	ΑΠΚ ΝΕΑΠΟΛΗΣ	4:24
44.	1323	ΠΛΙΑΧΑ ΙΩΑΝΝΑ	08:29,3	13:14,4	ΑΣ ΗΛΙΟΣ	4:24
45.	1389	ΤΣΙΑΤΣΙΚΑ ΕΥΑΓΓΕΛΙΑ	08:29,3	13:15,4	ΓΣ ΝΙΚΗ ΒΥΡΩΝΑ	4:25
46.	1360	ΠΑΠΑΣΤΑΜΑΤΙΟΥ ΣΟΦΙΑ	08:30,2	13:15,4	ΑΘΛ.ΑΚΑΔΗΜΙΑ ΑΤΛΑΣ ΒΟΛΟΥ	4:25
47.	1313	ΔΑΛΓΚΙΤΣΗ ΚΑΡΙΟΦΥΛΛΙΑ	08:36,8	13:16,5	ΟΦΚΑ ΣΕΡΡΕΣ	4:25

Πανελλήνιο Πρωτάθλημα σε ανώμαλο έδαφος - Τρίκαλα 2026

Overall Results 3km<18 ΓΥΝΑΙΚΩΝ

Plac	Bib	Name	2k	Finish	Club	pace/k
48.	1394	ΧΑΤΖΗΧΑΡΑΠΗ ΑΤΛΑΖΙΝΑ-ΖΩΗ	08:42,7	13:16,7	ΝΓΣ ΘΕΣ/ΚΗΣ ΗΡΑΚΛΗΣ 1908	4:25
49.	1306	ΚΑΡΑΤΖΙΩΤΗ ΑΘΑΝΑΣΙΑ	08:34,7	13:18,1	ΓΣ ΓΑΛΑΤΣΙΟΥ ΓΥΜΝΑΣΙΟΝ	4:26
50.	1316	ΓΚΙΟΛΙΑ ΠΑΝΑΓΙΩΤΑ	08:44,0	13:18,4	ΑΣΚΑ ΣΩΚΡΑΤΗΣ ΓΚΙΟΛΙΑΣ	4:26
51.	1308	ΜΠΟΥΡΟΥΤΖΗΚΑ ΑΓΝΗ	08:35,4	13:18,8	ΩΡΙΩΝ ΑΣ ΚΑΡΔΙΤΣΑΣ	4:26
52.	1366	ΤΡΙΑΝΤΑΦΥΛΛΟΥ	08:44,4	13:21,7	ΑΝΑΓ/ΣΗ ΣΤΙΒΟΥ ΣΑΛΑΜΙΝΑΣ	4:27
53.	1383	ΠΑΥΛΙΔΗ ΕΛΕΝΗ	08:36,3	13:22,0	ΓΟ ΠΕΡΙΣΤΕΡΙΟΥ Γ.ΠΑΛΑΣΚΑ	4:27
54.	1397	ΚΕΡΑΜΙΔΑ ΗΛΙΑΝΑ	08:36,1	13:23,4	ΟΚΑ ΚΑΒΑΛΑΣ	4:27
55.	1335	ΓΕΩΡΓΑΚΟΠΟΥΛΟΥ ΑΘΗΝΑ	08:33,8	13:24,5	ΑΟ ΚΑΛΛΙΣΤΟΣ	4:28
56.	1349	ΚΑΣΤΑΝΙΑ ΙΩΑΝΝΑ	08:33,7	13:25,4	ΑΕ ΜΕΣΟΓΕΙΟΣ ΡΑΦΗΝΑΣ-ΠΙΚΕ	4:28
57.	1309	ΠΕΤΡΟΒΑ ΠΑΝΑΓΙΩΤΑ	08:39,8	13:29,5	ΓΣ ΧΑΙΔΑΡΙΟΥ	4:29
58.	1388	ΜΗΤΣΙΟΥ ΑΡΙΑΔΝΗ	08:40,7	13:31,2	ΓΣ ΝΙΚΗ ΒΥΡΩΝΑ	4:30
59.	1318	ΒΙΤΣΟΥ ΝΕΦΕΛΗ-ΜΑΡΙΑ	08:42,3	13:32,8	ΓΣ ΚΕΡΚΥΡΑΣ 2018	4:30
60.	1324	ΚΑΡΑΓΕΩΡΓΙΟΥ ΕΛΛΗ	08:44,5	13:34,3	ΑΝΑΓΕΝΝΗΣΗ ΠΕΥΚΗΣ ΓΣ	4:31
61.	1405	ΚΥΡΙΑΚΙΔΟΥ ΚΛΕΑΝΘΗ	08:45,8	13:36,4	ΑΠΣ ΔΙΟΜΗΔΗΣ ΞΑΝΘΗΣ	4:32
62.	1404	ΤΟΥΡΑΤΖΙΔΟΥ ΕΥΑΓΓΕΛΙΑ	08:45,7	13:40,7	ΑΠΣ ΔΙΟΜΗΔΗΣ ΞΑΝΘΗΣ	4:33
63.	1400	ΔΑΝΗΛΑΤΟΥ ΟΛΓΑ-ΜΑΡΙΑ	08:49,1	13:44,3	ΣΑ ΚΟΛΛΕΓΙΟΥ ΑΘΗΝΩΝ	4:34
64.	1398	ΜΑΥΡΟΥ ΕΦΡΑΙΜΙΑ	08:45,6	13:50,8	ΟΦΚΑ Α.ΔΗΜΗΤΡΙΟΥ ΟΔΥΣΣΕΑΣ	4:36
65.	1328	ΧΑΡΑΛΑΜΠΙΔΟΥ ΜΑΡΙΑ	08:54,8	13:52,7	ΓΣ ΛΑΓΚΑΔΑ	4:37
66.	1393	ΤΑΝΤΟΥΛΟΥ ΓΕΩΡΓΙΑ	08:57,0	13:56,4	ΝΑΟ ΚΕΚΡΟΥ	4:38
67.	1314	ΤΖΟΥΒΑΡΑ ΕΛΕΝΗ-ΜΑΡΙΑ	08:45,7	13:59,3	ΓΣ ΛΑΜΙΑΣ Η ΑΝΑΓΕΝΝΗΣΙΣ	4:39
68.	1315	ΜΕΝΟΥΔΑΚΗ ΑΓΑΠΗ	09:08,3	14:05,6	Γ.Σ. ΑΚΡΙΤΑΣ 2016	4:41
69.	1362	ΛΑΚΑΣΑ ΒΑΙΑ-ΔΑΝΑΗ	09:18,3	14:07,3	ΑΦ ΘΕΡΜΗΣ ΑΔΩΝΙΣ	4:42
70.	1303	ΠΑΠΑΣΠΥΡΙΔΗ ΛΥΔΙΑ	08:59,6	14:09,7	ΣΑ ΚΟΛΛΕΓΙΟΥ ΑΘΗΝΩΝ	4:43
71.	1338	ΠΑΥΛΑΚΗ ΔΗΜΗΤΡΑ	09:18,0	14:12,2	ΠΑΝΙΩΝΙΟΣ ΓΣΣ	4:44
72.	1331	ΠΑΥΛΟΠΟΥΛΟΥ ΑΓΓΕΛΙΚΗ	09:16,4	14:14,5	ΓΣ ΒΙΤΣΕΝΤΖΟΣ ΚΟΡΝΑΡΟΣ	4:44
73.	1337	ΤΣΟΚΑ ΕΛΕΝΗ-ΒΛΑΣΙΑ	09:08,9	14:17,7	ΓΕΑ ΤΡΙΚΑΛΩΝ	4:45
74.	1353	ΑΔΑΜΟΠΟΥΛΟΥ ΕΥΑΓΓΕΛΙΑ	09:27,9	14:25,1	ΑΟ ΚΑΛΛΙΣΤΟΣ	4:48
75.	1307	ΠΑΠΑΠΑΝΟΥ ΑΛΕΞΑΝΔΡΑ-ΜΑΡΙΑ	08:57,3	14:26,2	ΑΕ ΜΕΣΟΓΕΙΩΝ ΑΜΕΙΝΙΑΣ ΠΑΛ	4:48
76.	1332	ΚΟΥΡΤΙΔΟΥ ΧΡΙΣΤΙΝΑ	09:28,8	14:38,2	ΑΚ.ΠΟΔ.ΚΙΛΚΙΣ ΑΛΕΞΑΝΔΡΟΣ	4:52
77.	1321	ΤΖΩΤΖΗ ΔΕΣΠΟΙΝΑ	09:16,4	14:38,2	ΓΣ ΕΔΕΣΣΑΣ	4:52
78.	1356	ΜΑΥΡΟΜΑΝΩΛΑΚΗ	09:37,5	14:57,2	ΑΠΣ ΠΗΓΑΣΟΣ ΗΡΑΚΛΕΙΟΥ	4:59
79.	1336	ΛΟΓΟΘΕΤΗ ΛΥΔΙΑ	09:40,0	14:57,4	ΑΝΑΓΕΝΝΗΣΗ ΠΕΥΚΗΣ ΓΣ	4:59
80.	1384	ΜΙΧΑΛΙΟΥ ΒΕΡΟΝΙΚΗ	09:31,0	15:00,0	ΓΣ ΑΙΟΛΟΣ ΠΑΤΡΩΝ	5:00
81.	1329	ΚΟΥΡΟΥΖΙΔΟΥ ΧΡΙΣΤΙΝΑ	09:57,7	15:03,8	ΑΚ.ΠΟΔ.ΚΙΛΚΙΣ ΑΛΕΞΑΝΔΡΟΣ	5:01
82.	1330	ΒΑΣΔΡΑΒΑΝΙΔΟΥ ΧΡΙΣΤΙΝΑ	09:34,8	15:05,0	ΑΚ.ΠΟΔ.ΚΙΛΚΙΣ ΑΛΕΞΑΝΔΡΟΣ	5:01
83.	1357	ΣΤΕΦΑΝΑΚΗ ΜΑΡΙΑ	09:42,1	15:06,4	ΑΠΣ ΠΗΓΑΣΟΣ ΗΡΑΚΛΕΙΟΥ	5:02
84.	1320	ΤΟΥΦΑ ΕΛΠΙΝΙΚΗ	09:51,5	15:09,4	ΦΣ ΑΡΓΟΥΣ ΟΡΕΣΤΙΚΟΥ	5:03
85.	1387	ΜΟΥΡΟΥΤΗ ΒΑΣΙΛΙΚΗ	10:01,1	15:12,8	ΓΣ ΓΑΛΑΤΣΙΟΥ ΓΥΜΝΑΣΙΟΝ	5:04
86.	1327	ΚΥΡΙΑΖΙΔΟΥ ΕΥΜΟΡΦΙΑ	09:34,8	15:14,2	ΠΜΣ ΟΛΥΜΠΙΑΔΑ	5:04
87.	1365	ΚΟΥΤΡΑ/ΜΟΝΤΕΧΟ ΕΛΕΝΑ	09:47,3	15:26,5	ΑΝΑΓΕΝΝΗΣΗ ΠΕΥΚΗΣ ΓΣ	5:08
88.	1371	ΚΡΙΚΕΛΗ ΟΥΡΑΝΙΑ	09:53,2	15:42,2	ΑΠΚ ΝΕΑΠΟΛΗΣ	5:14
89.	1391	ΣΠΥΡΟΠΟΥΛΟΥ ΠΟΛΥΞΕΝΗ	10:13,1	15:49,2	ΕΣΠΕΡΟΣ ΓΣ ΛΑΜΙΑΣ	5:16
90.	1363	ΚΟΝΤΟΓΙΑΝΝΗ ΕΛΙΣΑΒΕΤ	10:28,3	16:10,6	ΑΟ ΧΡΥΣΟΥΠΟΛΗΣ	5:23
91.	1345	ΠΑΓΚΑΛΤΖΗ ΜΥΡΤΩ	10:25,6	16:20,3	ΑΠΚ ΝΕΑΠΟΛΗΣ	5:26
92.	1403	ΧΡΙΣΤΟΔΟΥΛΟΥ ΜΑΡΙΝΑ	11:11,6	17:06,5	ΦΣ ΑΡΓΟΥΣ ΟΡΕΣΤΙΚΟΥ	5:42
93.	1359	ΜΑΓΔΑΛΗΝΟΥ ΜΑΡΓΑΡΙΤΑ	10:58,1	17:15,0	ΑΓΕ ΖΑΚΥΝΘΟΥ	5:45
94.	1392	ΠΑΠΑΧΡΗΣΤΟΥ	12:21,0	19:20,8	ΝΑΟ ΚΕΚΡΟΥ	6:26

Number of records: 94

Πανελλήνιο Πρωτάθλημα σε ανώμαλο έδαφος - Τρίκαλα 2026

Overall Results 4km<18 ΑΝΔΡΩΝ

Place	Bib	Name	Time1k	Time 2k	Time 3k	Finish Time	Club	pace/km
4km<18 ΑΝΔΡΩΝ								
1.	399	ΝΑΚΟΣ ΑΛΕΞΑΝΔΡΟΣ- ΕΜΜΑ	03:17,3	06:42,0	09:57,1	13:40,0	ΜΓΣ ΕΘΝΙΚΟΣ ΑΛΕΞ/ΠΟΛΗΣ	3:25
2.	263	ΤΣΩΝΗΣ ΣΩΤΗΡΙΟΣ	03:18,9	06:42,0	09:56,6	13:44,8	ΓΑΣ ΑΓΡΙΝΙΟΥ	3:26
3.	283	ΑΣΛΑΝΟΓΛΟΥ ΑΝΑΣΤΑΣΙΟΣ	03:21,1	06:46,1	10:09,9	13:53,0	ΓΣ ΓΛΥΦΑΔΑΣ	3:28
4.	367	ΣΤΑΜΑΤΗΣ ΝΙΚΟΛΑΟΣ	03:26,0	06:52,0	10:18,0	13:53,4	ΓΑΣ ΑΓΡΙΝΙΟΥ	3:28
5.	374	ΦΥΣΣΑΣ ΑΛΕΞΑΝΔΡΟΣ	03:21,7	06:45,2	10:12,0	13:58,1	ΓΣ ΧΑΛΑΝΔΡΙΟΥ	3:29
6.	352	ΤΑΝΤΗΣ ΣΠΥΡΙΔΩΝ	03:24,5	06:48,5	10:18,4	14:00,5	ΑΟ ΚΕΡΚΥΡΑΣ 2015	3:30
7.	288	ΔΙΑΜΑΝΤΟΠΟΥΛΟΣ ΙΠΠΟΚΡΑΤΗΣ	03:19,2	06:44,2	10:09,2	14:05,7	ΑΣΣ ΑΛΕΞΑΝΔΡΟΣ ΜΑΚΕΔΟΝΙΑΣ	3:31
8.	284	ΚΡΑΛΛΗΣ ΑΛΕΞΑΝΔΡΟΣ	03:24,8	06:42,5	10:12,2	14:08,0	ΑΘΛ.ΑΚΑΔΗΜΙΑ ΑΤΛΑΣ ΒΟΛΟΥ	3:32
9.	289	ΤΖΙΝΤΖΙΟΣ ΑΝΑΣΤΑΣΙΟΣ-ΘΕΟΔ	03:24,2	06:46,7	10:10,5	14:11,0	ΟΦΚΑ ΣΕΡΡΕΣ	3:32
10.	281	ΣΑΚΑΜΠΕΤΗΣ ΔΗΜΗΤΡΙΟΣ	03:23,3	06:51,2	10:25,6	14:11,5	ΑΟ ΠΕΛΟΨ	3:32
11.	311	ΑΣΚΟΞΥΛΑΚΗΣ ΝΙΚΟΛΑΟΣ	03:20,6	06:44,6	10:16,1	14:11,5	Ο.Φ.Η.	3:32
12.	403	ΣΤΑΥΡΟΠΟΥΛΟΣ ΕΥΘΥΜΙΟΣ	03:23,5	06:53,1	10:25,9	14:13,4	ΓΣ ΑΙΟΛΟΣ ΠΑΤΡΩΝ	3:33
13.	275	ΓΟΥΝΑΡΟΠΟΥΛΟΣ ΣΠΥΡΙΔΩΝ	03:20,9	06:47,0	10:18,8	14:17,5	ΓΣ ΚΕΡΚΥΡΑΣ 2018	3:34
14.	303	ΓΟΥΓΙΟΥΗΣ ΒΑΣΙΛΕΙΟΣ	03:21,7	06:46,3	10:22,0	14:23,9	ΠΕΛΑΣΓΟΣ ΑΣ ΛΑΡΙΣΑΣ	3:35
15.	323	ΠΑΓΚΑΛΗΣ ΡΑΦΑΗΛ	03:28,3	06:55,1	10:28,9	14:24,6	ΑΟ ΠΑΛΑΙΟΥ ΦΑΛΗΡΟΥ	3:36
16.	276	ΦΟΥΚΗΣ ΑΛΕΞΑΝΔΡΟΣ	03:24,7	06:55,9	10:37,0	14:29,9	ΑΓΣ ΙΩΑΝΝΙΝΩΝ	3:37
17.	291	ΤΑΤΣΗΣ ΚΩΝΣΤΑΝΤΙΝΟΣ	03:23,7	06:56,4	10:28,6	14:30,3	ΑΓΣ ΙΩΑΝΝΙΝΩΝ	3:37
18.	262	ΚΑΡΑΚΑΣΗΣ ΙΩΑΝΝΗΣ	03:23,8	06:52,4	10:31,5	14:30,3	ΑΟ ΠΕΛΟΨ	3:37
19.	277	ΚΕΛΕΜΕΝΗΣ ΚΩΝΣΤΑΝΤΙΝΟΣ	03:30,4	06:59,2	10:38,4	14:31,7	ΑΟ ΚΑΒΑΛΑΣ	3:37
20.	268	ΑΠΟΣΤΟΛΙΔΗΣ ΔΗΜΗΤΡΙΟΣ-ΕΦΡΑΙ	03:21,4	06:57,7	10:38,0	14:41,4	ΣΚΑ ΔΡΑΜΑΣ	3:40
21.	385	ΠΙΕΡΡΑΚΟΣ ΔΗΜΗΤΡΙΟΣ	03:25,5	06:55,3	10:36,8	14:45,6	ΠΑΝΑΘΗΝΑΙΚΟΣ ΑΟ	3:41
22.	285	ΤΣΕΝΕΣ ΠΑΝΑΓΙΩΤΗΣ	03:31,0	06:58,3	10:33,6	14:45,6	ΠΑΝΙΩΝΙΟΣ ΓΣΣ	3:41
23.	395	ΚΑΡΑΜΠΑΛΗΣ ΣΠΥΡΙΔΩΝ	03:19,7	06:50,8	10:33,9	14:45,6	ΣΕΔΑΣ ΠΕΡΑΜΑΤΟΣ	3:41
24.	369	ΜΠΕΡΤΣΑΤΟΣ ΑΝΑΣΤΑΣΙΟΣ	03:31,4	07:08,8	10:47,8	14:46,1	ΓΣ ΓΑΛΑΤΣΙΟΥ ΓΥΜΝΑΣΙΟΝ	3:41
25.	278	ΓΟΥΡΔΟΥΚΗΣ ΙΩΣΗΦ	03:26,2	07:00,2	10:44,5	14:49,1	ΑΟ ΚΕΡΚΥΡΑΣ 2015	3:42
26.	264	ΛΙΑΚΟΠΟΥΛΟΣ ΓΡΗΓΟΡΙΟΣ	03:33,4	06:59,4	10:29,1	14:50,4	ΓΑΣ ΑΓΡΙΝΙΟΥ	3:42
27.	266	ΚΩΝΣΤΑΝΤΕΛΟΣ ΗΛΙΑΣ	03:25,1	07:02,3	10:44,4	14:50,6	ΑΓΣ ΑΓ.ΣΤΕΦΑΝΟΥ ΤΟ ΟΙΟΝ	3:42
28.	265	ΓΕΩΡΓΑΝΑΚΗΣ ΛΕΩΝΙΔΑΣ	03:25,2	07:07,5	10:51,8	14:51,2	ΓΣ ΧΑΛΑΝΔΡΙΟΥ	3:42
29.	269	ΚΑΤΣΟΥΛΗΣ ΚΩΝΣΤΑΝΤΙΝΟΣ	03:30,5	07:05,6	10:44,3	14:53,7	ΓΣ ΓΛΥΦΑΔΑΣ	3:43

Πανελλήνιο Πρωτάθλημα σε ανώμαλο έδαφος - Τρίκαλα 2026

Overall Results 4km<18 ΑΝΔΡΩΝ

Place	Bib	Name	Time1k	Time 2k	Time 3k	Finish Time	Club	pace/km
30.	357	ΤΣΟΥΡΑΚΗΣ ΦΑΝΟΥΡΙΟΣ-ΙΩΑΝΝ	03:31,7	07:07,3	10:48,8	14:54,8	ΑΟ ΣΠ.ΛΟΥΗΣ ΚΟΡΥΔΑΛΛΟΥ	3:43
31.	391	ΜΠΕΝΗΣ ΦΩΤΙΟΣ-ΓΕΡΑΣΙΜΟ	03:29,0	07:07,6	10:54,9	14:58,8	ΠΕΛΑΣΓΟΣ ΑΣ ΛΑΡΙΣΑΣ	3:44
32.	348	ΠΑΠΟΥΤΣΟΓΛΟΥ ΣΩΦΡΟΝΙΟΣ	03:29,4	06:56,4	10:30,3	15:01,3	ΑΣ ΣΧΟΛΗΣ ΜΩΡΑΙΤΗ	3:45
33.	338	ΜΗΤΣΗΣ ΣΩΤΗΡΙΟΣ	03:33,1	07:11,2	10:59,5	15:02,1	ΑΓΣ ΙΩΑΝΝΙΝΩΝ	3:45
34.	270	ΠΑΠΟΥΤΣΗΣ ΒΙΚΤΩΡ-ΑΘΑΝΑΣΙΟ	03:28,1	07:02,5	10:54,7	15:06,8	ΑΝΟ ΧΑΝΙΩΝ "Ο ΚΥΔΩΝ"	3:46
35.	361	ΚΟΚΚΙΝΗΣ ΝΙΚΟΛΑΟΣ	03:39,2	07:18,9	10:59,4	15:07,3	ΓΣ ΑΙΟΛΟΣ ΧΑΝΙΩΝ	3:46
36.	295	ΚΑΡΕΛΛΑΣ ΓΕΩΡΓΙΟΣ	03:28,0	07:10,1	10:57,8	15:11,1	ΑΕ ΜΕΣΟΓΕΙΩΝ ΑΜΕΙΝΙΑΣ ΠΑΛ	3:47
37.	286	ΛΟΥΚΑΚΟΣ ΑΝΤΩΝΙΟΣ	03:38,2	07:22,0	11:04,9	15:16,5	ΑΟ ΣΠ.ΛΟΥΗΣ ΚΟΡΥΔΑΛΛΟΥ	3:49
38.	279	ΠΑΦΙΛΗΣ ΑΝΑΡΓΥΡΟΣ	03:45,2	07:31,3	11:15,5	15:19,2	ΓΣ ΓΑΛΑΤΣΙΟΥ ΓΥΜΝΑΣΙΟΝ	3:49
39.	368	ΦΡΑΝΤΖΕΣΚΑΚΗΣ ΕΜΜΑΝΟΥΗΛ	03:31,2	07:11,7	11:04,4	15:19,6	ΓΣ ΒΙΤΣΕΝΤΖΟΣ ΚΟΡΝΑΡΟΣ	3:49
40.	298	ΓΕΩΡΓΑΚΟΠΟΥΛΟΣ ΝΙΚΟΛΑΟΣ	03:29,3	07:08,8	10:58,7	15:23,5	ΑΟ ΚΑΛΛΙΣΤΟΣ	3:50
41.	315	ΤΑΣΟΥΛΑΣ ΝΙΚΟΛΑΟΣ	03:36,6	07:18,0	11:07,4	15:24,9	ΓΣ ΠΑΡΝΗΘΑΣ	3:51
42.	376	ΚΑΜΠΟΥΡΗΣ ΙΑΣΟΝΑΣ	03:39,3	07:20,6	11:14,0	15:25,5	ΓΣ ΝΙΚΗ ΒΥΡΩΝΑ	3:51
43.	393	ΚΛΙΑΦΑΣ ΑΘΑΝΑΣΙΟΣ	03:32,5	07:15,1	11:10,2	15:26,9	ΣΑ ΚΟΛΛΕΓΙΟΥ ΑΘΗΝΩΝ	3:51
44.	290	ΠΑΠΑΔΑΚΗΣ ΑΓΓΕΛΟΣ	03:30,5	07:17,9	11:08,9	15:27,1	ΑΝΟ ΧΑΝΙΩΝ "Ο ΚΥΔΩΝ"	3:51
45.	294	ΧΑΡΑΛΑΜΠΟΥΣ ΚΩΝΣΤΑΝΤΙΝΟΣ	03:39,4	07:23,5	11:11,9	15:27,4	ΑΓΣ ΙΩΑΝΝΙΝΩΝ	3:51
46.	347	ΚΟΚΚΙΝΟΣ ΧΑΡΑΛΑΜΠΟΣ	03:39,2	07:23,4	11:13,6	15:30,0	ΑΣ ΣΧΟΛΗΣ ΜΩΡΑΙΤΗ	3:52
47.	302	ΓΚΡΙΜΟΤΣΗΣ ΙΩΑΝΝΗΣ	03:31,6	07:18,2	11:12,4	15:30,7	ΓΑΣ ΑΓΡΙΝΙΟΥ	3:52
48.	384	ΛΙ ΖΙΚΑΝΓΚ	03:38,6	07:28,4	11:22,6	15:33,7	ΟΦΚΑ ΣΕΡΡΕΣ	3:53
49.	308	ΜΙΧΑΛΑΚΟΣ ΓΕΡΑΣΙΜΟΣ	03:47,2	07:36,7	11:21,7	15:33,8	ΑΟ ΠΕΛΟΨ	3:53
50.	314	ΕΜΙΝΙΔΗΣ ΓΕΩΡΓΙΟΣ		07:20,9	11:12,2	15:33,8	ΑΟ ΚΑΒΑΛΑΣ	3:53
51.	354	ΣΤΑΜΑΤΕΛΟΣ ΕΛΕΥΘΕΡΙΟΣ	03:34,5	07:20,2	11:09,5	15:34,4	ΑΟ ΠΡΕΒΕΖΑΣ	3:53
52.	292	ΛΟΥΛΟΥΔΗΣ ΚΙΜΩΝΑΣ	03:33,4	07:19,0	11:14,2	15:37,8	ΑΙΟΛΟΣ ΧΑΛΑΝΔΡΙΟΥ-ΣΤΙΒΟΣ	3:54
53.	300	ΠΑΡΑΧΕΡΑΚΗΣ ΓΕΩΡΓΙΟΣ	03:37,1	07:21,7	11:18,7	15:39,9	ΓΣ ΚΗΦΙΣΙΑΣ	3:54
54.	326	ΚΟΝΤΟΓΙΩΡΓΗΣ ΦΟΙΒΟΣ	03:43,5	07:27,3	11:18,7	15:40,0	ΑΟ ΣΠ.ΛΟΥΗΣ ΚΟΡΥΔΑΛΛΟΥ	3:55
55.	373	ΤΣΑΒΑΛΙΑΣ ΜΙΧΑΗΛ	03:41,3	07:34,9	11:26,3	15:43,2	ΓΣ ΧΑΛΑΝΔΡΙΟΥ	3:55
56.	293	ΠΑΝΑΓΙΩΤΙΔΗΣ ΔΗΜΗΤΡΙΟΣ	03:35,3	07:20,8	11:18,3	15:43,4	ΣΑ ΚΟΛΛΕΓΙΟΥ ΑΘΗΝΩΝ	3:55
57.	317	ΜΥΛΩΝΑΣ ΖΑΧΑΡΙΑΣ	03:52,5	07:46,0	11:37,4	15:46,3	ΑΕ ΜΕΣΟΓΕΙΩΝ ΑΜΕΙΝΙΑΣ ΠΑΛ	3:56
58.	404	ΜΠΟΥΤΕΡΑΚΟΣ ΧΑΡΑΛΑΜΠΟΣ	03:45,6	07:35,4	11:28,8	15:47,5	ΓΣ ΓΥΘΕΙΟΥ Ο ΠΑΝΓΥΘΕΑΤΙΚΟΣ	3:56
59.	299	ΓΙΑΝΝΑΚΟΠΟΥΛΟΣ ΑΛΚΙΒΙΑΔΗΣ	03:47,9	07:37,3	11:27,0	15:47,9	ΑΟ ΠΕΛΟΨ	3:56
60.	383	ΑΡΑΠΙΔΗΣ ΕΥΣΤΡΑΤΙΟΣ	03:41,3	07:29,2	11:18,4	15:48,7	ΟΦΚΑ ΣΕΡΡΕΣ	3:57

Πανελλήνιο Πρωτάθλημα σε ανώμαλο έδαφος - Τρίκαλα 2026

Overall Results 4km<18 ΑΝΔΡΩΝ

Place	Bib	Name	Time1k	Time 2k	Time 3k	Finish Time	Club	pace/km
61.	358	ΙΑΚΩΒΙΔΗΣ ΙΩΑΝΝΗΣ	03:40,7	07:28,1	11:28,0	15:49,5	ΑΠΟΦΚΑ ΞΑΝΘΗΣ	3:57
62.	309	ΣΑΙΤΗΣ ΜΑΡΙΟΣ	03:54,2	07:44,1	11:35,9	15:52,5	ΕΣΠΕΡΟΣ ΓΣ ΛΑΜΙΑΣ	3:58
63.	394	ΛΟΥΚΙΣΗΣ ΔΗΜΟΣΘΕΝΗΣ	03:48,1	07:36,1	11:31,5	15:53,3	ΣΑ ΚΟΛΛΕΓΙΟΥ ΑΘΗΝΩΝ	3:58
64.	305	ΝΟΥΣΙΑΣ ΕΥΑΓΓΕΛΟΣ	03:45,9	07:40,1	11:33,2	15:55,3	ΑΓΣ ΙΩΑΝΝΙΝΩΝ	3:58
65.	381	ΑΜΒΡΑΖΗΣ ΑΓΓΕΛΟΣ	03:45,5	07:33,5	11:30,3	15:56,5	ΝΓΣ ΘΕΣ/ΚΗΣ ΗΡΑΚΛΗΣ 1908	3:59
66.	371	ΠΑΠΑΙΑΚΩΒΟΥ ΒΑΣΙΛΕΙΟΣ	03:54,8	07:44,5	11:48,5	16:03,5	ΓΣ ΚΗΦΙΣΙΑΣ	4:00
67.	363	ΧΑΡΑΚΛΙΑΣ ΦΑΙΔΩΝ-ΝΙΚΟΛΑΟΣ	03:41,7	07:32,3	11:28,0	16:04,4	ΓΣ ΠΡΩΤΕΑΣ ΗΓΟΥΜΕΝΙΤΣΑΣ	4:01
68.	310	ΜΕΡΤΗΣ ΜΑΡΙΟΣ	03:53,7	07:47,0	11:47,7	16:09,9	ΓΣ ΓΛΥΦΑΔΑΣ	4:02
69.	307	ΒΟΓΙΑΤΖΗΣ ΣΩΤΗΡΙΟΣ	03:43,5	07:42,7	11:46,0	16:11,2	ΑΣ ΕΦΗΒΟΣ ΧΙΟΥ	4:02
70.	353	ΣΑΜΑΤΑΣ ΗΡΑΚΛΗΣ	03:53,6	07:51,5	11:50,9	16:13,9	ΑΟ ΠΕΛΟΥ	4:03
71.	306	ΛΙΟΝΤΟΣ ΔΗΜΗΤΡΗΣ	03:39,9	07:43,9	11:47,0	16:19,0	ΓΑΣ ΧΟΛΑΡΓΟΥ	4:04
72.	396	ΓΕΩΡΓΟΠΟΥΛΟΣ ΓΕΩΡΓΙΟΣ-ΑΘΑΝΑΣ	03:43,4	07:44,2	11:50,3	16:19,5	ΦΙΛΟΠΡΟΟΔΟΣ ΟΜ.ΒΡΟΝΤΑΔΟΥ	4:04
73.	345	ΚΑΛΑΒΡΕΖΟΣ ΑΛΕΞΑΝΔΡΟΣ	04:01,6	07:54,9	11:54,0	16:23,6	ΑΠΣ ΠΥΓΜΗ	4:05
74.	344	ΧΑΜΗΛΟΣ ΙΩΑΝΝΗΣ	03:53,3	07:50,9	11:56,0	16:28,7	ΑΠΣ ΠΗΓΑΣΟΣ ΗΡΑΚΛΕΙΟΥ	4:07
75.	380	ΛΑΓΟΠΑΤΗΣ ΓΕΩΡΓΙΟΣ	03:43,5	07:41,3	11:48,6	16:29,6	ΜΕΣΣΗΝΙΑΚΟΣ ΓΣ 1888	4:07
76.	343	ΤΟΥΝΤΑΣ ΖΑΧΑΡΙΑΣ	03:56,8	07:52,3	11:58,5	16:30,4	ΑΠΣ ΠΗΓΑΣΟΣ ΗΡΑΚΛΕΙΟΥ	4:07
77.	267	ΡΕΝΙΕΡΗΣ ΑΓΓΕΛΟΣ	03:29,9	07:17,4	11:23,5	16:36,3	ΑΝΟ ΧΑΝΙΩΝ "Ο ΚΥΔΩΝ"	4:09
78.	297	ΜΩΥΣΗΣ ΒΑΣΙΛΕΙΟΣ	03:38,6	07:43,0	11:54,9	16:36,8	ΑΟ ΔΡΑΜΑΣ	4:09
79.	333	ΜΑΡΝΕΛΗΣ ΓΕΩΡΓΙΟΣ-ΑΝΑΣΤΑ	03:44,7	07:43,5	11:47,4	16:37,5	ΑΣ ΑΙΓΙΟΥ ΑΘΗΝΟΔΩΡΟΣ Ο ΑΙ	4:09
80.	304	ΚΥΡΙΑΖΗΣ ΔΗΜΗΤΡΗΣ	03:54,6	07:41,0	11:53,8	16:38,0	ΑΑ ΑΝΤΙΚΥΡΑΣ ΞΕΝΟΔΑΜΟΣ	4:09
81.	296	ΠΛΕΥΡΙΤΗΣ ΕΥΑΓΓΕΛΟΣ	03:53,1	07:56,5	12:07,1	16:40,8	ΑΣ ΑΙΓΙΟΥ ΑΘΗΝΟΔΩΡΟΣ Ο ΑΙ	4:10
82.	370	ΚΡΙΘΑΡΟΥΛΗΣ ΓΕΩΡΓΙΟΣ	03:55,3	07:54,6	11:59,2	16:42,4	ΓΣ ΚΗΦΙΣΙΑΣ	4:10
83.	336	ΜΠΕΤΣΗΣ ΜΑΡΚΟΣ	04:00,5	08:05,2	12:26,4	17:02,8	ΑΓΣ ΑΓ.ΣΤΕΦΑΝΟΥ ΤΟ ΟΙΟΝ	4:15
84.	330	ΚΑΛΟΓΕΡΙΑΣ ΠΑΥΛΟΣ	03:55,5	07:59,7	12:22,6	17:05,5	ΑΓΕ ΖΑΚΥΝΘΟΥ	4:16
85.	398	ΣΥΚΟΣ ΕΛΕΥΘΕΡΙΟΣ	04:18,1	08:39,4	13:01,3	17:47,7	ΑΣΣ ΑΛΕΞΑΝΔΡΟΣ ΜΑΚΕΔΟΝΙΑΣ	4:26
86.	329	ΛΙΜΠΑΤΕΣ ΣΩΤΗΡΙΟΣ	04:15,8	08:34,8	12:55,8	18:10,5	ΑΚ.ΠΟΔ.ΚΙΛΚΙΣ ΑΛΕΞΑΝΔΡΟΣ	4:32
87.	360	ΠΑΧΑΤΥΡΟΓΛΟΥ ΣΑΒΒΑΣ	04:03,4	08:29,1	13:03,9	18:17,5	ΓΕ ΓΡΕΒΕΝΩΝ	4:34
88.	349	ΚΑΡΑΜΑΛΙΚΗΣ ΙΩΑΝΝΗΣ-ΣΙΜΟΣ	04:37,6	08:56,9	13:38,6	18:35,4	ΑΓΕ ΖΑΚΥΝΘΟΥ	4:38
89.	316	ΒΑΡΔΑΛΑΚΟΣ ΑΛΚΙΝΟΟΣ-ΜΑΡΙΟΣ	04:05,7	08:28,9	13:08,3	18:41,5	ΑΣ ΔΡΟΜΕΙΣ ΚΕΡΑΤΕΑΣ	4:40
90.	387	ΚΑΛΟΓΕΡΗΣ ΧΑΡΑΛΑΜΠΟΣ	04:12,9	08:54,9	13:46,8	19:00,6	ΠΑΝΙΚΑΡΙΑΚΟΣ ΑΣ	4:45
91.	388	ΤΣΑΝΤΕΣ ΝΙΚΟΛΑΟΣ-ΓΕΩΡΓΙ		08:54,7	13:47,3	19:07,2	ΠΑΝΙΚΑΡΙΑΚΟΣ ΑΣ	4:46

Πανελλήνιο Πρωτάθλημα σε ανώμαλο έδαφος - Τρίκαλα 2026

Overall Results 4km<18 ΑΝΔΡΩΝ

Place	Bib	Name	Time1k	Time 2k	Time 3k	Finish Time	Club	pace/km
92.	322	ΚΑΛΑΜΠΑΚΑΣ ΣΤΥΛΙΑΝΟΣ	04:40,0	09:28,3	14:23,2	19:56,1	ΝΑΟ ΚΕΚΡΟΨ	4:59
93.	359	ΣΕΡΔΑΡΗΣ ΝΙΚΟΛΑΟΣ	04:30,8	09:19,8	14:39,9	20:09,3	ΑΠΟΦΚΑ ΞΑΝΘΗΣ	5:02
94.	362	ΜΑΡΙΝΑΚΗΣ ΝΙΚΟΛΑΟΣ	04:44,0	09:36,0	14:52,0	20:51,6	ΓΣ ΑΙΟΛΟΣ ΧΑΝΙΩΝ	5:12
95.	377	ΣΑΝΤΡΙΑ ΟΡΕΣΤ	05:11,1	10:42,1	17:08,4	23:46,4	ΓΣ ΠΑΤΜΟΥ ΣΤΑΔΙΟΝ	5:56
DNF	364	ΠΟΛΥΔΟΥΛΗΣ ΑΡΗΣ	03:43,5				ΓΣ ΧΑΙΔΑΡΙΟΥ	

Number of records: 96

Πανελλήνιο Πρωτάθλημα σε ανώμαλο έδαφος - Τρίκαλα 2026

Overall Results 4km<20 ΓΥΝΑΙΚΩΝ

Place	Bib	Name	Time1k	Time 2k	Time 3k	GunTime	Club	pace/km
4km<20 ΓΥΝΑΙΚΩΝ								
1.	1412	ΡΟΥΣΣΟΥ ΙΟΥΛΙΑΝΝΑ	03:33,2	07:03,2	10:50,1	14:49,8	ΓΣ ΗΛΙΟΥΠΟΛΗΣ	3:42
2.	1411	ΣΤΑΜΑΤΟΠΟΥΛΟΥ ΙΩΑΝΝΑ	03:45,9	07:23,5	11:13,8	15:17,8	ΠΑΝΙΩΝΙΟΣ ΓΣΣ	3:49
3.	1451	ΑΛΜΥΡΟΥΔΗ/ΣΤΡΟΥΜΠΟΥ ΑΝΝΑ-ΔΑΦΝΗ	03:45,4	07:26,8	11:20,9	15:19,4	ΓΣ ΚΗΦΙΣΙΑΣ	3:49
4.	1425	ΠΑΤΣΑΛΑ ΕΥΓΕΝΙΑ-ΧΡΥΣΟΒΑ	03:45,9	07:25,2	11:14,3	15:28,8	ΑΟ ΠΕΛΟΨ	3:52
5.	1413	ΚΟΜΗ ΑΙΚΑΤΕΡΙΝΗ	03:45,9	07:25,9	11:22,0	15:30,2	ΠΑΝΙΩΝΙΟΣ ΓΣΣ	3:52
6.	1420	ΖΑΦΕΙΡΗ ΓΕΩΡΓΙΑ	03:46,0	07:25,3	11:19,2	15:36,6	ΑΟ ΠΑΛΑΙΟΥ ΦΑΛΗΡΟΥ	3:54
7.	1416	ΜΠΟΥΓΑ ΒΕΡΟΝΙΚΗ	03:46,5	07:28,9	11:29,2	15:46,5	ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΟΣ ΓΣ	3:56
8.	1415	ΜΠΕΡΤΟΛΗ ΑΣΠΑΣΙΑ	03:46,5	07:29,7	11:37,1	15:56,8	ΑΓΣ ΑΓ.ΣΤΕΦΑΝΟΥ ΤΟ ΟΙΟΝ	3:59
9.	1414	ΚΑΤΣΟΥΛΗ ΙΖΑΜΠΕΛΑ	03:52,5	07:44,0	11:45,1	16:03,5	ΓΣ ΓΛΥΦΑΔΑΣ	4:00
10.	1424	ΠΗΓΗ ΛΟΥΚΙΑ	03:46,3	07:36,9	11:51,4	16:13,6	ΓΣ ΚΕΡΚΥΡΑΣ 2018	4:03
11.	1431	ΤΣΑΠΑΛΗ ΑΝΤΩΝΙΑ	03:53,2	07:43,8	11:55,8	16:18,5	ΑΟ ΤΡΙΤΩΝ ΧΑΛΚΙΔΑΣ	4:04
12.	1418	ΚΕΡΑΣΙΔΗ ΓΕΩΡΓΙΑ-ΜΑΡΙΑ	03:59,6	07:54,8	12:04,7	16:20,3	ΠΑΣ ΖΩΓΡΑΦΟΥ	4:05
13.	1447	ΜΠΕΝΤΟ ΡΑΦΑΕΛΑ	03:59,6	07:55,9	12:04,7	16:28,0	ΓΕ ΤΡΟΙΖΗΝΙΑΣ	4:07
14.	1423	ΣΕΡΕΜΕΤΗ ΑΔΑΜΑΝΤΙΑ	03:59,7	07:58,1	12:06,7	16:40,6	ΑΓΣ ΑΡΙΩΝ ΠΑΤΡΩΝ	4:10
15.	1430	ΑΝΤΩΝΙΟΥ ΔΗΜΗΤΡΑ-ΑΝΔΡΙΑΝ	04:08,7	08:10,5	12:22,9	16:42,5	ΠΑΝΙΩΝΙΟΣ ΓΣΣ	4:10
16.	1456	ΓΙΑΝΝΟΥΡΑΚΗ ΕΙΡΗΝΗ	04:02,9	08:00,4	12:15,6	16:45,0	ΓΣ ΒΕΛΟΣ ΠΑΛΑΙΟΥ ΦΑΛΗΡΟΥ	4:11
17.	1450	ΚΟΥΝΕΛΑΚΗ ΕΛΛΗ-ΓΕΩΡΓΙΑ	03:57,3	07:53,5	12:06,2	16:49,5	ΓΣ ΒΙΤΣΕΝΤΖΟΣ ΚΟΡΝΑΡΟΣ	4:12
18.	1417	ΦΡΑΝΤΖΗ ΑΠΟΣΤΟΛΙΑ	04:03,5	08:07,3	12:26,2	16:58,3	ΑΓΣ ΑΡΙΩΝ ΠΑΤΡΩΝ	4:14
19.	1429	ΟΙΚΟΝΟΜΙΔΗ ΝΕΦΕΛΗ-ΕΛΠΙΔΑ	03:56,6	07:58,7	12:28,1	17:01,5	ΓΣ ΝΙΚΗ ΒΥΡΩΝΑ	4:15
20.	1421	ΒΑΡΒΙΑ ΕΥΓΕΝΙΑ	04:03,7	08:03,8	12:22,7	17:04,4	ΠΑΣ ΠΡΩΤ/ΤΩΝ ΚΟΜΟΤΗΝΗΣ	4:16
21.	1437	ΑΝΤΩΝΙΟΥ ΜΑΡΙΛΙΑ	04:09,1	08:10,8	12:34,8	17:10,2	ΓΑΣ Ο ΙΛΙΣΣΟΣ	4:17
22.	1427	ΠΟΛΥΔΩΡΟΠΟΥΛΟΥ ΝΙΚΟΛΙΑ	04:20,9	08:26,7	12:51,8	17:31,0	ΑΟ ΠΕΛΟΨ	4:22
23.	1448	ΙΤΣΙΟΥ ΙΡΙΣ-ΠΑΝΑΓΙΩΤΑ	04:19,0	08:21,4	12:50,0	17:43,6	ΓΑΣ ΧΟΛΑΡΓΟΥ	4:25
24.	1419	ΣΤΑΥΡΟΠΟΥΛΟΥ ΛΥΔΙΑ	04:08,2	08:20,9	12:55,3	17:49,2	ΑΓΣ ΑΡΙΩΝ ΠΑΤΡΩΝ	4:27
25.	1452	ΠΑΠΑΔΗΜΗΤΡΙΟΥ ΛΥΔΙΑ	04:18,0	08:24,0	13:02,0	17:59,7	ΓΣ ΚΗΦΙΣΙΑΣ	4:29
26.	1433	ΝΑΣΙΟΥ ΝΑΤΑΛΙΑ	04:15,7	08:35,5	13:14,3	18:07,6	ΑΓΣ ΑΡΙΩΝ ΠΑΤΡΩΝ	4:31
27.	1445	ΧΑΤΖΗΚΩΝΣΤΑΝΤΙΝΟΥ ΙΩΑΝΝΑ-ΜΑΡΙΑ	04:29,2	08:49,4	13:35,1	18:21,8	ΑΠΚ ΝΕΑΠΟΛΗΣ	4:35
28.	1436	ΕΞΑΡΧΟΥ ΜΑΡΙΑ	04:19,0	08:43,7	13:28,9	18:24,2	ΓΑΣ ΧΟΛΑΡΓΟΥ	4:36
29.	1428	ΜΑΥΡΙΔΗ ΝΕΦΕΛΗ	04:26,2	08:48,7	13:33,3	18:45,7	ΠΜΣ ΟΛΥΜΠΙΑΔΑ	4:41

Πανελλήνιο Πρωτάθλημα σε ανώμαλο έδαφος - Τρίκαλα 2026

Overall Results 4km<20 ΓΥΝΑΙΚΩΝ

Place	Bib	Name	Time1k	Time 2k	Time 3k	GunTime	Club	pace/km
30.	1446	ΣΤΑΥΡΑΚΑΚΗ ΜΕΛΙΝΑ	04:29,6	08:49,7	13:36,3	18:57,5	ΓΣ ΧΑΙΔΑΡΙΟΥ	4:44
31.	1454	ΚΑΡΑΣΤΑΤΗΡΗ ΘΕΟΔΩΡΑ-ΛΥΓΕΡΗ	04:29,7	08:53,9	13:56,1	19:12,8	ΓΣ ΤΡΙΚΑΛΩΝ	4:48
32.	1434	ΚΟΥΤΛΙΑΝΟΥ ΔΗΜΗΤΡΑ	04:30,2	09:04,2	14:00,9	19:19,3	ΓΣ ΛΑΓΚΑΔΑ	4:49
33.	1453	ΛΑΝΣΕΡ ΔΑΦΝΗ	04:26,7	08:56,1	13:59,0	19:23,6	ΓΣ ΝΙΚΗ ΒΥΡΩΝΑ	4:50
34.	1426	ΑΜΟΡΙΑΝΟΥ ΝΑΤΑΛΙΑ-ΚΥΡΙΑΚΗ	04:26,0	09:08,7	14:19,1	19:49,8	ΓΣ ΝΙΚΗ ΒΥΡΩΝΑ	4:57
35.	1440	ΑΝΥΦΑΝΤΗ ΧΡΙΣΤΙΝΑ	05:16,0	10:10,4	15:41,1	21:23,7	ΑΕ ΜΕΣΟΓΕΙΩΝ ΑΜΕΙΝΙΑΣ ΠΑΛ	5:20
36.	1455	ΝΤΟΥΝΗ ΓΕΩΡΓΙΑ	05:03,4	10:08,6	15:50,3	21:56,7	ΝΑΟ ΚΕΚΡΟΨ	5:29
37.	1435	ΤΖΙΕΡΤΖΙΔΟΥ ΜΑΡΙΑ	05:11,4	10:27,2	16:10,1	22:11,8	ΑΟ ΔΡΑΜΑΣ	5:32
38.	1439	ΑΝΑΓΝΩΣΤΟΥ ΕΛΕΝΗ-ΕΙΡΗΝΗ	05:30,7	10:55,5	16:49,3	22:51,5	ΑΕ ΜΕΣΟΓΕΙΩΝ ΑΜΕΙΝΙΑΣ ΠΑΛ	5:42
39.	1442	ΓΚΙΚΑ ΧΡΙΣΤΙΝΑ	05:34,8	10:58,4	16:53,8	22:53,7	ΑΕ ΜΕΣΟΓΕΙΩΝ ΑΜΕΙΝΙΑΣ ΠΑΛ	5:43
DNF	1443	ΤΑΝΤΑΡΟΥ ΕΙΡΗΝΗ	03:45,6	07:29,8			ΑΣ ΕΦΗΒΟΣ ΧΙΟΥ	

Number of records: 40

Πανελλήνιο Πρωτάθλημα σε ανώμαλο έδαφος - Τρίκαλα 2026

Overall Results 6km<20 ΑΝΔΡΩΝ

Plac	Bib	Name	Time1k	Time 2k	Time 3k	Time 4k	Time 5k	Finish	Club	pace/k
6km<20 ΑΝΔΡΩΝ										
1.	421	ΨΥΧΟΣ ΑΛΚΙΒΙΑΔΗΣ	03:29,3	06:52,9	10:14,9	13:38,4	17:00,5	20:50,0	ΓΣ ΤΡΙΚΑΛΩΝ	3:28
2.	400	ΖΑΜΠΕΛΗΣ ΑΝΤΩΝΙΟΣ	03:29,8	06:54,7	10:27,3	13:51,7	17:11,8	20:59,8	ΟΑ ΚΟΥΡΟΣ ΑΙΓΙΝΑΣ	3:29
3.	413	ΜΠΙΛΙΑΝΟΣ ΝΙΚΟΛΑΟΣ	03:29,3	06:54,8	10:27,4	13:52,8	17:18,4	21:09,1	ΑΟ ΠΕΛΟΥ	3:31
4.	416	ΣΤΑΥΡΟΠΟΥΛΟΣ ΑΛΕΞΑΝΔΡΟΣ	03:29,2	06:54,7	10:27,1	13:53,5	17:22,0	21:10,1	ΑΟ ΠΕΛΟΥ	3:31
5.	415	ΜΠΟΥΤΣΙΑΝΗΣ ΑΛΕΞΑΝΔΡΟΣ	03:29,4	07:05,1	10:39,4	14:01,6	17:22,6	21:11,1	ΟΛΥΜΠΙΑΚΟΣ ΣΦΠ	3:31
6.	414	ΤΖΑΜΑΝΗΣ ΙΩΑΝΝΗΣ	03:29,4	06:56,1	10:28,0	13:58,6	17:32,7	21:34,3	ΓΑΣ ΑΓΡΙΝΙΟΥ	3:35
7.	418	ΚΑΤΣΕΛΗΣ ΑΡΙΣΤΕΙΔΗΣ	03:30,2	07:02,3	10:36,1	14:13,7	17:44,4	21:36,1	ΓΣ ΝΙΚΗ ΒΥΡΩΝΑ	3:36
8.	411	ΑΓΓΕΛΑΚΟΠΟΥΛΟΣ ΔΗΜΗΤΡΙΟΣ	03:29,6	07:00,0	10:35,5	14:08,7	17:41,8	21:46,4	ΕΣΠΕΡΟΣ ΓΣ ΛΑΜΙΑΣ	3:37
9.	412	ΜΟΥΧΛΙΑΝΙΤΗΣ ΟΡΕΣΤΗΣ-ΣΠΥΡΙΔΩ	03:29,9	06:58,7	10:35,7	14:08,9	17:41,5	21:47,2	ΑΟ ΚΕΡΚΥΡΑΣ 2015	3:37
10.	426	ΚΑΡΑΓΙΑΝΝΗΣ ΑΛΕΞΑΝΔΡΟΣ	03:30,1	07:02,4	10:36,2	14:16,4	17:53,8	21:50,1	ΟΚΑ ΒΙΚΕΛΑΣ ΒΕΡΟΙΑΣ	3:38
11.	424	ΓΕΩΡΓΙΑΔΗΣ ΗΛΙΑΣ-ΟΡΕΣΤΗΣ	03:32,1	07:07,0	10:48,6	14:24,9	18:06,2	21:51,1	ΑΟ ΠΕΛΟΥ	3:38
12.	425	ΜΕΣΣΗΝΗΣ ΜΑΡΙΟΣ-ΝΙΚΟΛΑΟΣ	03:30,3	07:01,1	10:36,2	14:11,9	17:51,3	22:14,5	ΓΣ ΛΕΥΚΑΔΑΣ	3:42
13.	423	ΚΟΚΟΓΙΑΝΝΑΚΗΣ ΜΙΝΩΣ	03:29,6	07:02,5	10:43,4	14:26,6	18:08,7	22:15,5	ΑΝΟ ΧΑΝΙΩΝ "Ο ΚΥΔΩΝ"	3:42
14.	422	ΦΡΑΓΚΙΑΔΑΚΗΣ ΠΕΤΡΟΣ	03:30,9	07:07,3	10:47,8	14:31,3	18:19,0	22:31,1	ΑΟ ΣΗΤΕΙΑΚΟΣ ΣΗΤΕΙΑΣ ΛΑΣΗ	3:45
15.	417	ΔΑΝΙΗΛ ΓΙΩΡΓΟΣ-ΧΑΡΑΛΑΜ	03:30,0	07:04,9	10:43,3	14:35,1	18:27,4	22:36,4	ΓΣ ΓΛΥΦΑΔΑΣ	3:46
16.	470	ΠΑΠΑΓΡΗΓΟΡΑΚΗΣ ΔΗΜΗΤΡΙΟΣ	03:34,9	07:14,2	10:56,5	14:40,1	18:24,3	22:37,4	ΓΟ ΠΕΡΙΣΤΕΡΙΟΥ Γ.ΠΑΛΑΣΚΑ	3:46
17.	419	ΠΑΤΣΟΥΡΑΣ ΕΥΑΓΓΕΛΟΣ	03:36,0	07:22,3	11:06,9	14:50,6	18:34,4	22:38,4	ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΟΣ ΓΣ	3:46
18.	457	ΣΚΥΒΑΛΟΣ ΔΗΜΗΤΡΙΟΣ	03:33,6	07:12,6	10:51,2	14:39,8	18:32,5	22:44,8	ΑΓΙΟΣ ΝΙΚΟΛΑΟΣ ΓΣ	3:47
19.	433	ΤΣΑΜΠΑΛΑΣ ΓΕΩΡΓΙΟΣ	03:32,4	07:14,6	10:56,9	14:40,7	18:30,7	22:45,8	ΑΓΣ ΙΩΑΝΝΙΝΩΝ	3:47
20.	431	ΦΡΕΣΚΟΣ ΑΘΑΝΑΣΙΟΣ	03:31,8	07:12,6	11:04,0	14:51,6	18:39,4	22:51,3	ΜΕΓΑΣ ΑΛΕΞΑΝΔΡΟΣ ΓΙΑΝΝΙΤΣ	3:48
21.	477	ΞΕΝΟΓΙΑΝΝΗΣ ΔΗΜΗΤΡΙΟΣ	03:31,1	07:06,1	10:52,2	14:43,3	18:38,1	22:55,4	ΓΣ ΝΙΚΗ ΒΥΡΩΝΑ	3:49
22.	447	ΤΣΙΟΚΗΣ ΓΡΗΓΟΡΙΟΣ-ΠΑΝΑΓ	03:39,4	07:25,1	11:11,2	14:59,0	18:47,2	23:04,4	ΑΓΣ ΙΩΑΝΝΙΝΩΝ	3:50
23.	420	ΓΑΛΑΝΗΣ ΑΝΤΩΝΙΟΣ-ΧΡΗΣΤΟ	03:38,2	07:22,0	11:13,9	15:05,1	18:58,8	23:15,0	ΓΣ ΝΙΚΗ ΒΥΡΩΝΑ	3:52
24.	444	ΚΑΤΣΙΚΗΣ ΚΩΝΣΤΑΝΤΙΝΟΣ	03:37,6	07:08,7	11:01,6	14:56,6	18:49,6	23:16,0	ΑΟ ΠΕΛΟΥ	3:52
25.	485	ΑΥΓΟΥΛΑΣ ΙΩΑΝΝΗΣ	03:31,3	07:16,2	11:15,8	15:15,9	19:11,3	23:23,2	ΣΕΔΑΣ ΠΕΡΑΜΑΤΟΣ	3:53
26.	481	ΚΑΝΑΣ ΕΥΘΥΜΙΟΣ	03:45,5	07:39,4	11:35,0	15:27,6	19:18,7	23:27,0	ΟΦΚΑ Α.ΔΗΜΗΤΡΙΟΥ ΟΔΥΣΣΕΑΣ	3:54
27.	455	ΔΡΙΤΣΑΚΟΣ ΓΕΩΡΓΙΟΣ-ΘΗΣΕΑΣ	03:44,5	07:33,3	11:34,7	15:28,7	19:17,1	23:27,6	ΑΟ ΒΑΡΗΣ "Ο ΑΝΑΓΥΡΟΥΣ"	3:54
28.	463	ΜΠΡΟΥΣΑΛΗΣ ΣΩΤΗΡΙΟΣ	03:50,0	07:36,8	11:36,2	15:24,1	19:20,8	23:30,1	ΑΟ ΣΠ.ΛΟΥΗΣ ΚΟΡΥΔΑΛΛΟΥ	3:55
29.	436	ΤΑΣΚΑΡΗΣ ΣΩΤΗΡΙΟΣ	03:36,4	07:24,1	11:17,5	15:10,1	19:01,8	23:31,4	ΓΑΣ ΕΟΡΔΑΙΑΣ	3:55

Πανελλήνιο Πρωτάθλημα σε ανώμαλο έδαφος - Τρίκαλα 2026

Overall Results 6km<20 ΑΝΔΡΩΝ

Plac	Bib	Name	Time1k	Time 2k	Time 3k	Time 4k	Time 5k	Finish	Club	pace/k
30.	442	ΧΝΙΤΙΔΗΣ ΣΑΒΒΑΣ-ΠΑΝΑΓΙΩΤ	03:35,1	07:18,2	11:17,9	15:13,3	19:13,1	23:32,4	ΝΓΣ ΘΕΣ/ΚΗΣ ΗΡΑΚΛΗΣ 1908	3:55
31.	452	ΜΑΝΤΖΙΟΥΚΑΣ ΙΩΑΝΝΗΣ	03:49,9	07:39,5	11:33,5	15:23,6	19:12,6	23:33,4	ΑΓΣ ΙΩΑΝΝΙΝΩΝ	3:55
32.	456	ΣΠΥΡΟΜΗΤΡΟΣ ΔΗΜΗΤΡΙΟΣ	03:35,8	07:23,2	11:24,6	15:19,5	19:19,0	23:40,3	ΑΠΣ ΠΥΓΜΗ	3:56
33.	437	ΑΠΟΣΤΟΛΟΠΟΥΛΟΣ ΠΑΝΑΓΙΩΤΗΣ	03:40,8	07:34,0	11:36,4	15:28,7	19:28,2	23:44,5	ΓΑΣ ΧΟΛΑΡΓΟΥ	3:57
34.	450	ΣΕΡΠΕΤΣΙΔΑΚΗΣ ΙΩΑΝΝΗΣ	03:42,9	07:37,3	11:24,9	15:31,4	19:29,1	23:45,5	Ο.Φ.Η.	3:57
35.	438	ΔΑΣΚΑΛΑΚΗΣ ΑΝΔΡΕΑΣ	03:44,6	07:22,3	11:19,6	15:18,6	19:15,6	23:45,5	ΑΠΣ ΠΗΓΑΣΟΣ ΗΡΑΚΛΕΙΟΥ	3:57
36.	468	ΠΑΠΑΔΑΚΗΣ ΙΩΑΝΝΗΣ	03:38,6	07:26,2	11:21,9	15:19,4	19:22,7	23:53,3	ΓΑΣ Ο ΙΛΙΣΣΟΣ	3:58
37.	441	ΒΕΡΓΟΣ ΠΑΥΛΟΣ	03:36,0	07:20,3	11:18,9	15:16,8	19:17,7	23:55,4	ΑΨΛ ΜΕΔΕΩΝ ΑΣΠΡΑ ΣΠΙΤΙΑ	3:59
38.	427	ΤΟΥΦΕΚΟΥΛΑΣ ΠΑΝΑΓΙΩΤΗΣ	03:46,2	07:39,6	11:42,8	15:38,1	19:35,7	23:57,3	ΓΑΣ ΑΓΡΙΝΙΟΥ	3:59
39.	476	ΔΕΛΕΤΖΕΣ ΚΩΝΣΤΑΝΤΙΝΟΣ	03:46,9	07:44,8	11:43,2	15:41,7	19:40,3	23:58,3	ΓΣ ΛΑΓΚΑΔΑ	3:59
40.	428	ΚΑΤΣΑΡΟΣ ΣΤΕΦΑΝΟΣ	03:37,5	07:29,3	11:38,3	15:42,3	19:38,8	24:22,9	ΟΚΑ ΚΑΒΑΛΑΣ	4:03
41.	451	ΚΑΛΟΓΗΡΟΥ ΝΑΠΟΛΕΩΝ	03:40,8	07:39,7	11:47,0	15:51,3	19:54,2	24:30,5	ΑΓΣ ΙΩΑΝΝΙΝΩΝ	4:05
42.	461	ΛΟΛΑΣ ΕΥΑΓΓΕΛΟΣ	03:33,5	07:19,6	11:22,3	15:36,7	20:00,3	24:48,6	ΑΝΟ ΧΑΝΙΩΝ "Ο ΚΥΔΩΝ"	4:08
43.	439	ΤΣΑΒΟΣ ΔΗΜΗΤΡΙΟΣ	03:47,1	07:50,6	12:05,7	16:16,5	20:28,0	24:53,8	ΓΣ ΚΕΡΚΥΡΑΣ 2018	4:08
44.	446	ΚΑΤΣΙΚΟΓΙΑΝΝΗΣ ΝΙΚΟΛΑΟΣ	03:51,7	07:48,5	11:52,5	15:59,8	20:20,5	24:59,3	ΓΣ ΑΙΟΛΟΣ ΠΑΤΡΩΝ	4:09
45.	440	ΧΡΥΣΟΣ ΣΠΥΡΙΔΩΝ	04:02,6	08:13,8	12:24,6	16:31,5	20:39,7	25:07,9	ΟΦΚΑ Α.ΔΗΜΗΤΡΙΟΥ ΟΔΥΣΣΕΑΣ	4:11
46.	482	ΧΡΥΣΟΣ ΓΕΩΡΓΙΟΣ	03:47,4	07:43,0	11:51,0	15:57,9	20:16,4	25:12,3	ΟΦΚΑ Α.ΔΗΜΗΤΡΙΟΥ ΟΔΥΣΣΕΑΣ	4:12
47.	435	ΓΑΛΑΝΗΣ ΣΠΥΡΙΔΩΝ	03:55,2	07:54,8	12:04,5	16:05,5	20:56,0	25:25,7	ΑΓΣ Η ΦΛΟΓΑ	4:14
48.	464	ΚΑΦΕΤΖΗΣ ΘΩΜΑΣ	03:40,6	07:47,7	12:10,4	16:26,6	20:52,7	25:36,8	ΓΣ ΕΔΕΣΣΑΣ	4:16
49.	443	ΜΠΑΤΣΟΓΙΑΝΝΗΣ ΣΩΤΗΡΙΟΣ	03:52,7	08:01,0	12:16,3	16:34,2	20:54,5	25:40,2	ΑΣ ΗΛΙΟΣ	4:16
50.	483	ΣΠΑΝΤΟΥΡΟΣ ΑΘΑΝΑΣΙΟΣ	03:51,1	07:52,2	12:15,1	16:30,8	20:57,8	25:43,6	ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΟΣ ΓΣ	4:17
51.	460	ΜΑΡΓΑΡΙΤΟΠΟΥΛΟΣ ΝΙΚΟΛΑΟΣ	03:56,4	07:57,5	12:19,7	16:39,6	20:57,6	25:50,6	ΑΘΛ.ΑΚΑΔΗΜΙΑ ΑΤΛΑΣ ΒΟΛΟΥ	4:18
52.	462	ΠΑΓΚΑΛΗΣ ΚΩΝΣΤΑΝΤΙΝΟΣ	04:07,5	08:19,8	12:44,2	17:00,6	21:19,8	25:57,9	ΑΟ ΠΑΛΑΙΟΥ ΦΑΛΗΡΟΥ	4:19
53.	448	ΤΡΙΑΝΤΑΦΥΛΛΟΥ ΣΠΥΡΙΔΩΝ	03:56,4	08:08,6	12:32,2	16:53,2	21:16,0	26:10,9	ΑΣ ΗΛΙΟΣ	4:21
54.	454	ΣΑΜΙΩΤΗΣ ΑΓΓΕΛΟΣ	04:06,9	08:28,6	12:59,2	17:18,1	21:34,6	26:17,4	ΑΕ ΜΕΣΟΓΕΙΩΝ ΑΜΕΙΝΙΑΣ ΠΑΛ	4:22
55.	449	ΖΗΚΟΣ ΓΕΩΡΓΙΟΣ	04:07,3	08:35,6	13:03,8	17:28,8	22:05,5	26:18,4	ΑΕ ΜΕΣΟΓΕΙΩΝ ΑΜΕΙΝΙΑΣ ΠΑΛ	4:23
56.	458	ΒΑΛΛΗΝΔΡΑΣ ΙΩΑΝΝΗΣ	04:07,4	08:34,0	13:07,0	17:49,3	22:31,7	27:40,8	ΑΟ ΝΕΩΝ ΑΡΓΥΡΟΥΠΟΛΗΣ	4:36
57.	453	ΜΠΡΟΥΓΙΑΝΝΑΚΗΣ ΕΥΣΤΑΘΙΟΣ	04:08,3	08:39,2	13:21,1	18:18,1	23:09,5	28:09,1	ΑΕ ΜΕΣΟΓΕΙΩΝ ΑΜΕΙΝΙΑΣ ΠΑΛ	4:41
58.	459	ΣΑΡΑΜΑΣΚΟΣ ΜΑΡΙΟΣ	04:25,1	09:05,8	13:54,9	18:41,5	23:20,4	28:10,1	ΑΟ ΝΕΩΝ ΑΡΓΥΡΟΥΠΟΛΗΣ	4:41
59.	478	ΠΑΠΑΧΡΗΣΤΟΥ ΧΡΗΣΤΟΣ	04:47,0	09:39,1	15:20,1	20:27,1	26:09,8	32:07,9	ΝΑΟ ΚΕΚΡΟΥ	5:21
DNF	472	ΓΕΡΟΓΙΑΝΝΗΣ ΝΙΚΟΛΑΟΣ	03:35,2	07:26,8	12:13,0	16:01,9			ΓΣ ΑΜΑΡΟΥΣΙΟΥ ΑΤΤΙΚΗΣ	

Πανελλήνιο Πρωτάθλημα σε ανώμαλο έδαφος - Τρίκαλα 2026

Overall Results 6km<20 ΑΝΔΡΩΝ

Plac	Bib	Name	Time1k	Time 2k	Time 3k	Time 4k	Time 5k	Finish	Club	pace/k
------	-----	------	--------	---------	---------	---------	---------	--------	------	--------

Number of records: 60

Πανελλήνιο Πρωτάθλημα σε ανώμαλο έδαφος - Τρίκαλα 2026

Overall Results 6km<K23 ΓΥΝΑΙΚΩΝ

Place	Bib	Name	Time1k	Time 2k	Time 3k	Time 4k	Time 5k	Finish Time	Club	pace/km
6km<K23 ΓΥΝΑΙΚΩΝ										
1.	1531	ΝΤΑΣΚΑ ΔΗΜΗΤΡΑ	03:54,6	07:47,4	11:54,9	15:50,9	19:49,0	24:03,3	ΓΣ ΤΡΙΚΑΛΩΝ	4:00
2.	1534	ΜΩΡΑΙΤΗ ΑΝΑΣΤΑΣΙΑ	03:54,0	07:48,1	11:44,0	15:46,4	19:43,1	24:12,7	ΑΠΣ ΛΑΥΡΙΟΥ ΠΑΛΛΑΥΡΕΩΤΙΚΟ	4:02
3.	1543	ΠΑΤΕΡΑΚΗ ΚΩΝΣΤΑΝΤΙΝΑ	03:55,4	07:51,8	11:49,3	15:50,3	19:53,4	24:28,1	ΓΣ ΑΜΑΡΟΥΣΙΟΥ ΑΤΤΙΚΗΣ	4:04
4.	1540	ΝΑΣΚΑΡΗ ΑΡΙΑΔΝΗ	04:01,6	08:02,3	12:02,5	16:04,7	20:07,6	24:41,0	ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΟΣ ΓΣ	4:06
5.	1536	ΓΚΙΒΙΖΙΝΗ ΑΛΚΗΣΤΙΣ-ΔΕΣΠΟΙ	03:56,0	07:56,2	11:59,7	16:03,0	20:09,4	24:52,6	ΑΣΣ ΑΛΕΞΑΝΔΡΟΣ ΜΑΚΕΔΟΝΙΑΣ	4:08
6.	1537	ΚΑΤΣΙΑΝΟΥ ΝΑΤΑΛΙΑ	03:54,3	07:50,9	11:56,1	16:06,5	20:21,5	24:53,0	ΓΣ ΚΗΦΙΣΙΑΣ	4:08
7.	1532	ΒΥΘΟΥΛΚΑ ΜΑΡΙΑ-ΑΝΘΗ	04:05,4	08:15,4	12:25,1	16:38,0	20:47,0	25:24,0	Α.Ε.Κ	4:13
8.	1566	ΓΙΩΤΟΠΟΥΛΟΥ ΔΕΣΠΟΙΝΑ	04:04,0	08:10,8	12:25,2	16:38,3	20:52,8	25:33,2	ΝΓΣ ΘΕΣ/ΚΗΣ ΗΡΑΚΛΗΣ 1908	4:15
9.	1562	ΜΠΟΥΡΛΗ ΘΕΟΦΑΝΙΑ	03:58,0	08:01,7	12:14,6	16:33,1	21:07,2	25:55,3	ΓΣ ΓΛΥΦΑΔΑΣ	4:19
10.	1538	ΜΩΡΑΙΤΗ ΜΥΡΣΙΝΗ-ΜΕΛΙΝΑ	03:56,0	08:00,3	12:12,2	16:35,0	20:58,3	26:23,5	ΓΣ ΧΑΙΔΑΡΙΟΥ	4:23
11.	1539	ΟΙΚΟΝΟΜΟΥ ΕΛΕΝΗ	04:04,4	08:19,2	12:40,7	17:06,1	21:31,2	26:23,9	ΠΕΛΑΣΓΟΣ ΑΣ ΛΑΡΙΣΑΣ	4:23
12.	1533	ΒΑΛΑΧΑ ΗΛΙΑΝΑ	04:03,6	08:18,3	12:42,9	17:18,0	21:52,7	26:34,2	ΑΟ ΠΕΛΟΨ	4:25
13.	1542	ΜΠΑΣΤΑΚΟΥ ΑΘΗΝΑ	04:26,3	08:49,6	13:15,7	17:36,4	22:00,8	26:35,2	Γ.Σ. ΑΚΡΙΤΑΣ 2016	4:25
14.	1564	ΜΙΧΑΗΛ ΑΝΤΡΙΑ	04:02,8	08:27,2	12:55,6	17:31,1	22:04,4	27:17,4	ΓΣ ΤΡΙΚΑΛΩΝ	4:32
15.	1551	ΚΑΛΟΓΕΡΟΠΟΥΛΟΥ ΘΕΟΔΩΡΑ	04:17,4	08:44,8	13:16,2	17:46,5	22:12,4	27:20,6	ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΟΣ ΓΣ	4:33
16.	1545	ΠΑΤΣΟΥΡΑ ΔΗΜΗΤΡΑ	04:17,9	08:39,9	13:06,3	17:42,1	22:19,1	27:25,0	ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΟΣ ΓΣ	4:34
17.	1535	ΣΚΑΡΚΟΥ ΓΛΥΚΕΡΙΑ	04:20,1	08:47,8	13:28,5	18:03,6	22:43,8	27:39,4	ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΟΣ ΓΣ	4:36
18.	1544	ΤΣΕΚΟΥΡΑ ΜΑΡΙΝΑ	04:13,9		13:11,9	17:53,4	22:32,0	27:40,9	ΓΣ ΑΜΑΡΟΥΣΙΟΥ ΑΤΤΙΚΗΣ	4:36
19.	1568	ΠΑΧΙΟΥ ΔΗΜΗΤΡΑ-ΒΙΚΤΩΡΙ	04:18,9	08:41,6	13:14,3	17:49,7	22:33,2	27:41,9	ΝΓΣ ΘΕΣ/ΚΗΣ ΗΡΑΚΛΗΣ 1908	4:36
20.	1554	ΣΤΕΡΓΙΟΥΛΑ ΗΛΙΑΝΑ	04:23,0		13:38,2		23:03,8	28:18,1	ΑΓΣ ΙΩΑΝΝΙΝΩΝ	4:43
21.	1552	ΧΡΙΣΤΑΚΟΥ ΑΓΓΕΛΙΚΗ	04:31,7	09:08,0	13:56,8	18:45,3	23:34,8	28:58,8	ΓΣ ΣΠΑΡΤΙΑΤΙΚΟΣ	4:49
22.	1549	ΤΕΣΤΕΜΠΑΣΗ ΧΡΥΣΙΝΑ	04:33,4	09:20,6	14:14,6	19:05,5	24:01,2	29:21,6	ΣΚΑ ΔΡΑΜΑΣ	4:53
23.	1548	ΚΑΖΑΓΛΗ ΧΡΙΣΤΙΝΑ	04:54,0	09:42,9	14:33,0	19:28,2	24:17,9	29:23,6	ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΟΣ ΓΣ	4:53
24.	1553	ΔΗΜΟΥ ΜΑΡΙΑ	04:28,9	09:05,7	13:57,4	18:57,8	24:06,0	29:32,7	ΑΓΣ ΙΩΑΝΝΙΝΩΝ	4:55
25.	1546	ΚΑΡΑΝΙΚΟΛΑ ΓΑΡΥΦΑΛΛΙΑ	04:34,3		14:47,6	19:47,4	24:47,4	30:46,0	ΑΓΣ ΙΩΑΝΝΙΝΩΝ	5:07
26.	1547	ΚΟΝΤΟΓΙΑΝΝΗ ΜΕΤΑΞΙΑ	04:43,4	09:38,8	14:46,2	19:50,2	25:03,6	30:47,0	ΑΓΣ ΑΤΛΑΣ ΠΑΤΡΩΝ 2020	5:07
27.	1563	ΚΟΣΜΑ ΑΓΓΕΛΙΚΗ-ΣΤΕΦΑΝ	05:01,7	10:12,2	15:46,8	21:07,7	26:46,0	32:52,2	ΓΣ ΔΕΣΚΑΤΗΣ ΓΡΕΒΕΝΩΝ	5:28
28.	1550	ΜΩΥΣΗ ΜΑΡΙΑ	05:00,3	10:21,6	16:07,6	21:41,9	27:28,2	33:22,1	ΑΟ ΔΡΑΜΑΣ	5:33
29.	1559	ΤΣΑΔΑΡΗ ΑΓΓΕΛΙΚΗ	05:37,6		17:38,3	23:44,6	29:58,5	37:16,1	ΑΝΑΓΕΝΝΗΣΗ ΠΕΥΚΗΣ ΓΣ	6:12

Πανελλήνιο Πρωτάθλημα σε ανώμαλο έδαφος - Τρίκαλα 2026

Overall Results 6km<K23 ΓΥΝΑΙΚΩΝ

Place	Bib	Name	Time1k	Time 2k	Time 3k	Time 4k	Time 5k	Finish Time	Club	pace/km
-------	-----	------	--------	---------	---------	---------	---------	-------------	------	---------

Number of records: 29

Πανελλήνιο Πρωτάθλημα σε ανώμαλο έδαφος - Τρίκαλα 2026

Overall Results 8km ΓΥΝΑΙΚΩΝ

Plac	Bib	Name	Time1k	Time 2k	Time 3k	Time 4k	Time 5k	Time 6k	Time 7k	Finish	Club	pace/k
8km ΓΥΝΑΙΚΩΝ												
1.	1461	ΑΝΑΣΤΑΣΑΚΗΣ ΜΕΛΙΣΣΑ-ΧΕΛΕΝΑ	03:49,8	07:39,2	11:28,8	15:14,7	19:02,3	22:49,2	26:38,9	30:56,9	ΑΣΣ ΑΛΕΞΑΝΔΡΟΣ ΜΑΚΕΔΟΝΙΑΣ	7:44
2.	1462	ΤΣΟΥΠΑΚΗ ΕΙΡΗΝΗ	03:53,6	07:46,5	11:35,3	15:29,1	19:17,3	23:09,8	26:53,5	31:02,8	ΓΣ ΑΜΑΡΟΥΣΙΟΥ ΑΤΤΙΚΗΣ	7:45
3.	1463	ΜΠΟΝΤΙΩΤΗ ΑΝΔΡΙΑΝΑ	03:48,9	07:38,4	11:28,9	15:14,8	19:03,5	22:54,2	26:48,8	31:03,8	ΠΑΝΑΘΗΝΑΙΚΟΣ ΑΟ	7:45
4.	1466	ΝΟΥΛΑ ΣΤΑΜΑΤΙΑ	03:52,1	07:40,6	11:32,2	15:22,4	19:14,2	23:07,6	26:58,3	31:14,4	ΝΓΣ ΘΕΣ/ΚΗΣ ΗΡΑΚΛΗΣ 1908	7:48
5.	1500	ΡΑΦΑΙΛΑΚΗ ΝΙΚΟΛΕΤΑ	03:51,7	07:44,1	11:35,9	15:29,1		23:16,1	27:08,8	31:15,4	ΑΓΙΟΣ ΝΙΚΟΛΑΟΣ ΓΣ	7:48
6.	1472	ΚΟΥΤΛΗ ΑΙΚΑΤΕΡΙΝΗ	03:48,6	07:37,9	11:28,3	15:15,8	19:09,5	23:08,2	27:13,2	31:48,6	Α.Ε.Κ	7:57
7.	1470	ΚΟΚΚΟΡΟΥ ΑΘΑΝΑΣΙΑ	03:51,5	07:43,7	11:39,8	15:36,5	19:37,5	23:38,1	27:39,0	31:49,6	ΑΠΚ ΝΕΑΠΟΛΗΣ	7:57
8.	1464	ΠΛΑΚΑ ΕΜΜΑΝΟΥΕΛΑ	03:49,4	07:38,8	11:29,2	15:19,8	19:17,5	23:21,1	27:28,8	32:00,4	Α.Ε.Κ	8:00
9.	1522	ΜΥΣΤΑΚΙΔΟΥ ΦΩΤΕΙΝΗ	03:55,6	07:51,0	11:49,6	15:51,6	19:52,1	23:54,2	27:54,7	32:24,6	ΜΕΓΑΣ ΑΛΕΞΑΝΔΡΟΣ ΓΙΑΝΝΙΤΣ	8:06
10.	1485	ΜΠΕΝΑΚΗ ΣΤΕΦΑΝΙΑ		07:53,5		15:54,1		24:01,4	28:05,0	32:36,1	ΓΑΣ ΗΡΑΚΛΗΣ ΘΗΒΩΝ	8:09
11.	1467	ΠΑΠΑΔΗΜΑΤΟΥ ΕΥΓΕΝΙΑ	03:56,5	07:55,9	11:56,4	15:59,7	20:00,9		28:07,2	32:37,7	Α.Ε.Κ	8:09
12.	1523	ΠΑΝΑΓΙΩΤΟΠΟΥΛΟΥ ΙΣΜΗΝΗ	04:01,8	08:00,7	12:02,3	16:01,1	20:08,4	24:14,9	28:22,5	32:58,1	ΟΚΑ ΚΑΒΑΛΑΣ	8:14
13.	1468	ΜΠΑΛΛΑ ΝΤΕΝΙΣΑ	04:05,2	08:10,7	12:15,2	16:20,9	20:27,9		28:32,2	33:03,1	ΠΑΝΑΘΗΝΑΙΚΟΣ ΑΟ	8:15
14.	1475	ΚΩΝΣΤΑΝΤΙΝΟΥ ΜΑΡΙΝΑ	03:56,9	07:56,6	12:03,0	16:12,2	20:22,1	24:29,4	28:37,4	33:10,7	ΓΣ ΑΜΑΡΟΥΣΙΟΥ ΑΤΤΙΚΗΣ	8:17
15.	1524	ΚΟΤΣΑΧΕΙΛΗ ΙΣΑΒΕΛΛΑ	03:52,8	07:50,0	11:52,8		20:11,5	24:23,9	28:38,6	33:14,7	ΠΑΝΙΩΝΙΟΣ ΓΣΣ	8:18
16.	1487	ΓΡΑΤΣΙΑ ΑΝΝΑ-ΜΑΡΙΑ	03:56,7	07:54,5	12:00,6	16:08,0	20:19,8	24:28,2	28:41,3	33:24,6	ΑΓΣ ΑΓ.ΣΤΕΦΑΝΟΥ ΤΟ ΟΙΟΝ	8:21
17.	1481	ΚΑΣΛΕΒΑ/ΤΣΙΡΙΓΩΤΗ ΕΥΔΟΚΙΑ	04:22,5	08:40,2	12:47,4		21:01,9	25:07,4	29:03,9	33:38,2	ΓΣ ΒΙΤΣΕΝΤΖΟΣ ΚΟΡΝΑΡΟΣ	8:24
18.	1471	ΡΕΜΠΟΥΛΗ ΟΥΡΑΝΙΑ	04:13,1	08:27,5	12:34,8	16:45,2	20:54,2	25:05,0	29:13,1	33:57,1	ΑΓΕΣ ΚΑΜΕΙΡΟΣ 2009	8:29
19.	1479	ΚΟΖΑΝΙΤΗ ΕΛΕΝΗ	03:59,4	08:07,2	12:18,4	16:30,3	20:43,3	25:00,8	29:13,9	34:04,1	ΑΠΚ ΝΕΑΠΟΛΗΣ	8:31
20.	1476	ΚΑΤΣΙΜΑΝΤΟΥ/ΦΙΛΙΠΟΠΟ ΞΕΝΗ	04:11,9	08:26,1	12:37,0	16:50,9	21:04,0	25:17,7	29:29,1	34:09,3	ΑΕ ΜΕΣΟΓΕΙΩΝ ΑΜΕΙΝΙΑΣ ΠΑΛ	8:32
21.	1486	ΣΤΑΜΟΥΛΗ ΖΩΗ	04:05,6	08:12,0	12:21,3	16:37,0	20:52,3	25:06,2	29:21,6	34:10,3	ΑΟ ΠΑΛΑΙΟΥ ΦΑΛΗΡΟΥ	8:32
22.	1510	ΚΑΠΟΥΛΑ ΑΜΑΛΙΑ	04:05,2	08:09,1	12:23,0	16:38,8	20:58,7	25:08,6	29:26,6	34:11,3	ΓΣ ΛΑΜΙΑΣ Η ΑΝΑΓΕΝΝΗΣΙΣ	8:32
23.	1511	ΑΜΠΑΤΖΙΟΓΛΟΥ ΜΙΧΑΕΛΑ	04:17,8	08:59,8	13:13,2	17:22,4	21:44,0	25:54,7	30:11,7	35:03,8	ΓΣ ΑΜΑΡΟΥΣΙΟΥ ΑΤΤΙΚΗΣ	8:45
24.	1473	ΦΩΤΕΙΝΟΥ ΑΝΔΡΟΝΙΚΗ	04:30,3	08:50,0	13:15,7	17:34,1	21:57,9	26:19,2	30:37,8	35:12,7	Ο.Φ.Η.	8:48
25.	1520	ΑΒΡΑΜΟΓΛΟΥ ΦΑΝΗ	04:04,2	08:13,1	12:36,3	16:58,2	21:27,0		30:20,3	35:15,7	ΔΡΟΜΕΑΣ ΘΡΑΚΗΣ	8:48
26.	1484	ΜΠΕΤΑ ΖΩΗ	04:14,5	08:29,8	12:50,8	17:13,7	21:40,7	26:05,3	30:33,7	35:31,4	ΑΠΚ ΝΕΑΠΟΛΗΣ	8:52
27.	1478	ΠΑΝΤΕΖΟΥ ΔΕΣΠΟΙΝΑ-ΗΩ	04:29,8	08:53,8	13:19,8	17:44,5	22:12,9	26:35,2	30:57,6	35:49,3	ΓΣ ΒΙΤΣΕΝΤΖΟΣ ΚΟΡΝΑΡΟΣ	8:57
28.	1506	ΛΟΒΕΡΑ ΜΑΡΙΑ-ΟΛΓΑ	04:21,9	08:38,9	13:03,3	17:27,6	21:55,9	26:27,8	30:55,5	35:53,2	ΑΠΚ ΝΕΑΠΟΛΗΣ	8:58
29.	1488	ΚΑΡΑΜΠΙΚΑ ΧΡΙΣΤΙΝΑ	04:25,6	08:46,7	13:09,5	17:30,9	21:57,7	26:25,1	30:56,8	35:54,1	ΓΑΣ ΕΟΡΔΑΙΑΣ	8:58

Πανελλήνιο Πρωτάθλημα σε ανώμαλο έδαφος - Τρίκαλα 2026

Overall Results 8km ΓΥΝΑΙΚΩΝ

Plac	Bib	Name	Time1k	Time 2k	Time 3k	Time 4k	Time 5k	Time 6k	Time 7k	Finish	Club	pace/k
30.	1513	ΣΚΑΛΙΣΤΗΡΗ ΔΑΝΑΗ-ΜΑΡΙΑ	04:17,8	08:35,4	13:02,2	17:25,6	21:57,7	26:29,6	31:04,3	36:08,1	ΓΣ ΑΜΑΡΟΥΣΙΟΥ ΑΤΤΙΚΗΣ	9:02
31.	1498	ΑΡΓΥΡΟΠΟΥΛΟΥ ΑΡΕΤΗ	04:23,5	08:49,3	13:20,8	17:50,5	22:27,5	27:02,0	31:42,8	36:43,1	ΑΟ ΠΑΤΡΩΝ ΚΟΥΡΟΣ	9:10
32.	1519	ΜΟΚΚΑ ΑΡΤΕΜΙΣ	04:34,5	09:07,4	13:49,7	18:20,0	22:59,3	27:30,5	31:59,2	36:51,1	ΓΣ ΤΡΙΚΑΛΩΝ	9:12
33.	1501	ΚΕΠΕΝΟΥ ΜΑΡΙΑ-ΕΛΕΝΗ	04:23,6	08:48,3	13:20,0	17:50,2	22:27,7	27:01,8	31:43,4	36:58,8	Α.Ε.Κ	9:14
34.	1521	ΓΙΑΛΑΜΑΤΖΗ ΕΥΑΓΓΕΛΙΑ	04:20,7	08:45,5	13:20,6	17:57,8	22:38,8	27:17,0	31:58,5	37:08,8	ΔΡΟΜΕΑΣ ΘΡΑΚΗΣ	9:17
35.	1490	ΧΡΙΣΤΟΠΟΥΛΟΥ ΧΡΙΣΤΙΝΑ	04:30,9		13:30,0	18:07,1	22:43,1	27:26,6	32:02,4	37:25,1	ΣΥΛ.ΑΘΛΟΥΜΕΝΩΝ ΜΕΣΣΗΝΗΣ	9:21
36.	1491	ΚΟΜΜΑΤΑ ΑΡΓΥΡΩ	04:33,7	09:13,2	13:55,1	18:41,2	23:23,2	28:04,9	32:46,2	38:00,2	ΑΟ ΚΑΛΛΙΣΤΟΣ	9:30
37.	1493	ΜΑΥΡΟΠΟΥΛΟΥ ΙΟΥΣΤΙΝΑ	04:22,4	08:54,0	13:38,4	18:23,8	23:16,1	27:59,3	32:53,9	38:11,7	ΣΥΛ.ΑΘΛΟΥΜΕΝΩΝ ΜΕΣΣΗΝΗΣ	9:32
38.	1514	ΚΩΣΤΙΔΟΥ ΣΤΕΛΛΑ	04:35,9	09:17,7	13:59,3	18:46,1	23:33,2	28:19,8	33:06,6	38:30,6	ΓΣ ΠΑΡΝΗΘΑΣ	9:37
39.	1492	ΚΡΗΤΙΚΟΥ ΒΑΣΙΛΕΙΑ	04:37,6				24:40,2	29:46,6		40:36,6	ΑΣ ΑΓΙΑΣ ΠΑΡΑΣΚΕΥΗΣ	10:09
40.	1489	ΔΙΑΜΑΝΤΕΑ ΡΟΔΑΝΘΗ-ΝΙΚΗ	04:33,3	09:27,9	14:32,9	19:38,4	24:49,5	29:56,4	35:01,3	40:52,5	ΑΣ ΑΓΙΑΣ ΠΑΡΑΣΚΕΥΗΣ	10:13
41.	1518	ΚΑΡΠΑΘΑΚΗ ΠΑΝΑΓΙΩΤΑ	04:48,9	09:47,3	14:52,6	20:04,7	25:24,2	30:42,5	36:01,1	42:49,5	ΓΣ ΠΑΤΜΟΥ ΣΤΑΔΙΟΝ	10:42
42.	1509	ΒΟΥΤΖΑΛΗ ΒΑΣΙΛΙΚΗ	04:47,5		16:00,5		26:37,6	31:51,6	37:11,6	42:50,5	ΑΣ ΑΓΙΑΣ ΠΑΡΑΣΚΕΥΗΣ	10:42
43.	1480	ΒΟΓΓΕΛΗ ΧΡΙΣΤΙΑΝΑ	04:49,8	10:00,8	15:31,0	20:47,2	26:18,5	31:38,1	37:05,2	42:55,5	ΑΓΣ ΙΩΑΝΝΙΝΩΝ	10:43

Number of records: 43

Πανελλήνιο Πρωτάθλημα σε ανώμαλο έδαφος - Τρίκαλα 2026

Overall Results 8km<23 ΑΝΔΡΩΝ

Pl	Bib	Name	Time 1k	Time 2k	Time 3k	Time 4k	Time 5k	Time 6k	Time 7k	Finis	Club	pac
8km<23 ΑΝΔΡΩΝ												
1.	666	ΒΕΔΟΥΡΑΣ ΚΩΝΣΤΑΝΤΙΝΟΣ	03:13,9	06:34,7	09:52,7	13:18,0	16:39,6	20:09,3	23:33,1	27:24,	ΑΕ ΟΛΥΜΠΙΑΣ ΠΑΤΡΩΝ	3:25
2.	633	ΖΥΓΟΥΡΗΣ ΠΑΝΑΓΙΩΤΗΣ-ΓΕΩΡ	03:14,1	06:38,4	09:57,3	13:22,9	16:48,0	20:17,2	23:37,8	27:32,	ΣΑ ΚΟΛΛΕΓΙΟΥ ΑΘΗΝΩΝ	3:26
3.	684	ΖΥΓΟΥΡΗΣ ΑΘΑΝΑΣΙΟΣ-ΜΑΡΙΟ	03:13,4	06:36,2	09:57,4	13:25,0	16:49,6	20:24,6	23:48,1	27:39,	ΣΑ ΚΟΛΛΕΓΙΟΥ ΑΘΗΝΩΝ	3:27
4.	636	ΠΑΠΑΔΗΜΗΤΡΙΟΥ ΝΙΚΟΛΑΟΣ	03:23,9	06:41,7	10:07,7	13:35,3	17:03,8	20:34,0	23:59,7	27:45,	ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΟΣ ΓΣ	3:28
5.	635	ΤΑΣΙΟΥΛΑΣ ΓΕΩΡΓΙΟΣ	03:14,9	06:37,9	09:58,7	13:25,9	16:52,3	20:23,9	23:55,6	27:46,	ΑΓΣ ΙΩΑΝΝΙΝΩΝ	3:28
6.	645	ΣΟΛΩΜΟΣ ΕΜΜΑΝΟΥΗΛ	03:15,4	06:39,7	09:59,9	13:28,9	16:52,2	20:25,4	23:48,0	27:53,	ΓΣ ΝΙΚΗ ΒΥΡΩΝΑ	3:29
7.	641	ΚΟΥΡΟΥΠΑΚΗΣ ΠΕΤΡΟΣ	03:25,9	06:57,8	10:28,7	13:59,9	17:30,7	21:05,1	24:34,2	28:32,	ΑΟ ΣΗΤΕΙΑΚΟΣ ΣΗΤΕΙΑΣ ΛΑΣΗ	3:34
8.	677	ΠΑΣΧΑΛΙΔΗΣ ΑΝΤΩΝΙΟΣ-ΜΑΡΙΟΣ	03:26,3	06:55,9	10:18,6	13:52,5	17:20,7	20:56,9	24:33,6	28:36,	ΔΡΟΜΕΑΣ ΘΡΑΚΗΣ	3:34
9.	632	ΓΙΑΝΝΑΚΟΠΟΥΛΟΣ ΙΩΑΝΝΗΣ	03:22,1	06:56,7	10:26,6	14:05,6	17:38,1	21:18,6	24:49,1	28:47,	ΑΟ ΠΕΛΟΨ	3:35
10.	639	ΛΑΖΑΡΙΔΗΣ ΣΤΑΥΡΟΣ	03:31,9	06:58,4	10:26,8	14:01,9	17:37,0	21:14,5	24:46,1	28:48,	ΓΑΣ Ο ΙΛΙΣΣΟΣ	3:36
11.	675	ΣΑΔΡΑΖΑΜΗΣ ΓΕΩΡΓΙΟΣ-ΠΑΝΑΓΙΩΤΗΣ	03:22,1	07:00,0	10:39,1	14:18,0	17:58,6	21:43,0	25:24,9	29:29,	ΓΣ ΝΙΚΗ ΒΥΡΩΝΑ	3:41
12.	650	ΣΕΧΙΔΗΣ ΦΙΛΙΠΠΟΣ	03:32,8	07:04,6	10:40,7	14:20,3	18:00,7	21:44,4	25:28,5	29:30,	ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΟΣ ΓΣ	3:41
13.	667	ΣΚΟΥΡΤΗΣ ΑΛΕΞΑΝΔΡΟΣ-ΔΙΑΜ	03:21,5	06:53,3	10:27,2	14:06,1	17:59,9	21:58,8	25:35,0	29:34,	ΑΕ ΟΛΥΜΠΙΑΣ ΠΑΤΡΩΝ	3:41
14.	672	ΜΑΤΘΕΣ ΔΗΜΗΤΡΙΟΣ-ΑΝΤΩΝ	03:41,1	07:22,7	10:58,7	14:39,3	18:17,7	21:58,6	25:32,9	29:35,	ΓΣ ΓΛΥΦΑΔΑΣ	3:41
15.	648	ΚΛΟΥΒΑΤΟΣ ΝΙΚΟΛΑΟΣ	03:35,3	07:08,8	10:45,3	14:27,2	18:07,2	21:52,1	25:28,9	29:36,	ΠΑΝΑΞΙΑΚΟΣ ΑΟ	3:42
16.	643	ΤΣΩΝΗΣ ΓΕΩΡΓΙΟΣ	03:25,7	07:00,5	10:41,1	14:25,9	18:07,5	21:52,4	25:36,0	29:36,	ΓΑΣ ΑΓΡΙΝΙΟΥ	3:42
17.	649	ΝΙΚΟΛΑΚΟΠΟΥΛΟΣ ΝΙΚΟΛΑΟΣ	03:25,9	07:00,1	10:39,1	14:23,7	18:04,4	21:48,0	25:28,2	29:38,	ΑΣ ΑΙΓΙΟΥ ΑΘΗΝΟΔΩΡΟΣ Ο ΑΙ	3:42
18.	642	ΚΟΤΣΩΝΑΣ ΑΘΑΝΑΣΙΟΣ	03:32,4	07:06,4	10:44,9	14:26,5	18:08,6	21:52,6	25:33,9	29:40,	ΝΓΣ ΘΕΣ/ΚΗΣ ΗΡΑΚΛΗΣ 1908	3:42
19.	644	ΒΛΑΧΟΣ ΘΕΟΔΩΡΟΣ	03:26,9	07:00,3	10:47,9	14:35,9	18:25,1	22:14,0	26:02,3	30:14,	ΑΟ ΠΕΛΟΨ	3:46
20.	661	ΚΟΥΒΕΛΗΣ ΣΤΑΥΡΟΣ	03:20,9	06:59,7	10:42,0	14:33,1	18:22,6	22:16,9	26:06,7	30:32,	ΓΣ ΝΙΚΗ ΒΥΡΩΝΑ	3:49
21.	659	ΣΥΡΙΑΝΟΓΛΟΥ ΓΑΒΡΙΗΛ	03:41,6	07:28,9	11:16,9	15:06,9	18:51,9	22:40,2	26:22,6	30:33,	ΝΓΣ ΘΕΣ/ΚΗΣ ΗΡΑΚΛΗΣ 1908	3:49
22.	657	ΖΑΡΚΑΔΑΚΗΣ ΓΕΩΡΓΙΟΣ	03:40,1	07:21,3	11:10,5	14:56,4	18:51,3	22:42,9	26:33,2	30:58,	ΑΟ ΠΕΛΟΨ	3:52
23.	660	ΜΑΤΣΟΥΚΑΣ ΙΩΑΝΝΗΣ	03:40,9	07:15,7	11:04,9	14:56,2	18:47,9	22:43,0	26:34,9	30:59,	ΓΑΣ ΑΓΡΙΝΙΟΥ	3:52
24.	651	ΚΟΥΤΕΡΗΣ ΕΥΑΓΓΕΛΟΣ	03:26,4	07:10,9	10:55,8	14:53,2	18:52,8	22:52,1	26:55,3	31:22,	ΓΣ ΝΙΚΗ ΒΥΡΩΝΑ	3:55
25.	655	ΑΝΕΣΤΟΠΟΥΛΟΣ ΙΩΑΝΝΗΣ	03:46,7	07:38,7	11:26,3	15:19,5	19:08,2	23:03,8	26:55,9	31:34,	ΑΕ ΟΛΥΜΠΙΑΣ ΠΑΤΡΩΝ	3:56
26.	664	ΤΡΑΝΤΑΛΟΣ ΘΩΜΑΣ	03:51,0	07:55,3	11:59,6	15:59,9	19:54,6	23:59,0	27:48,9	32:02,	ΑΟ ΒΑΡΗΣ "Ο ΑΝΑΓΥΡΟΥΣ"	4:00
27.	673	ΠΑΠΑΔΟΠΟΥΛΟΣ ΚΩΝΣΤΑΝΤΙΝΟΣ	03:43,6	07:34,0	11:26,0	15:24,5	19:23,9	23:32,0	27:37,4	32:12,	ΓΑΣ Ο ΙΛΙΣΣΟΣ	4:01
28.	656	ΚΟΛΟΚΑΣ ΣΤΥΛΙΑΝΟΣ	03:39,9	07:12,7	11:16,9	15:23,3	19:37,6	23:44,1	27:50,6	32:15,	ΓΣ ΛΑΜΙΑΣ Η ΑΝΑΓΕΝΝΗΣΙΣ	4:01
29.	662	ΘΕΟΔΟΣΙΑΔΗΣ ΕΥΔΟΚΙΜΟΣ	03:49,1	07:38,2	11:43,8	15:44,2	19:44,9	23:49,0	27:57,9	32:27,	ΑΣ ΡΗΓΑΣ ΘΕΣ/ΝΙΚΗΣ	4:03

Πανελλήνιο Πρωτάθλημα σε ανώμαλο έδαφος - Τρίκαλα 2026

Overall Results 8km<23 ΑΝΔΡΩΝ

Pl	Bib	Name	Time 1k	Time 2k	Time 3k	Time 4k	Time 5k	Time 6k	Time 7k	Finis	Club	pac
30.	687	ΣΠΥΡΟΜΗΤΡΟΣ ΔΗΜΗΤΡΙΟΣ	03:54,5	07:54,8	11:48,6	15:55,4	19:59,1	24:01,2	28:00,7	32:38,	ΝΓΣ ΘΕΣ/ΚΗΣ ΗΡΑΚΛΗΣ 1908	4:04
31.	652	ΧΡΙΣΤΙΝΑΚΗΣ ΠΑΝΑΓΙΩΤΗΣ	03:44,1	07:35,9	11:44,1	15:50,5	19:56,4	24:04,3	28:12,4	32:40,	ΓΣ ΗΛΙΟΥΠΟΛΗΣ	4:05
32.	634	ΚΑΨΑΛΗΣ ΔΙΟΝΥΣΗΣ	03:12,3	06:32,1	09:55,9	13:22,5	16:51,1	25:47,8	29:19,8	32:41,	ΓΑΣ ΑΓΡΙΝΙΟΥ	4:05
33.	670	ΑΥΓΕΡΙΝΟΣ ΙΑΣΩΝ	03:47,7	07:42,6	11:52,3	16:06,0	20:17,1	24:30,5	28:41,9	33:21,	ΓΣ ΓΛΥΦΑΔΑΣ	4:10
34.	654	ΘΕΟΔΩΡΑΚΟΠΟΥΛΟΣ ΦΩΤΙΟΣ	03:49,8	07:45,0	11:49,9	15:57,9	20:17,2	24:33,3	28:56,2	33:40,	ΑΣ ΑΙΓΙΟΥ ΑΘΗΝΟΔΩΡΟΣ Ο ΑΙ	4:12
35.	678	ΠΑΠΑΧΑΡΙΣΗΣ ΑΛΚΙΝΟΟΣ	03:52,8	07:39,4	11:40,5	15:46,7	20:01,7	24:29,0	29:02,0	34:00,	ΝΓΣ ΘΕΣ/ΚΗΣ ΗΡΑΚΛΗΣ 1908	4:15
36.	681	ΜΑΙΝΑ ΘΕΟΧΑΡΗ-ΑΝΤΟΝΙΟ	04:03,9	08:14,4	12:23,2	16:34,5	20:44,1	25:00,6	29:17,2	34:01,	ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΟΣ ΓΣ	4:15
37.	665	ΚΑΝΑΚΗΣ ΓΕΩΡΓΙΟΣ	04:03,5	08:10,8	12:33,4	16:52,6	21:33,1	25:55,4	30:34,9	35:24,	ΑΠΣ ΠΗΓΑΣΟΣ ΗΡΑΚΛΕΙΟΥ	4:25
38.	674	ΤΣΕΚΟΥΡΑΣ ΓΕΩΡΓΙΟΣ	04:13,9	08:20,1	12:41,0	17:08,0	21:43,8	26:19,9	30:57,1	35:54,	ΓΣ ΑΜΑΡΟΥΣΙΟΥ ΑΤΤΙΚΗΣ	4:29
39.	676	ΑΔΑΜΟΠΟΥΛΟΣ ΚΩΝΣΤΑΝΤΙΝΟΣ	04:11,2	08:44,9	13:17,5	17:51,9	23:01,0	27:48,9	32:45,3	37:38,	ΓΣ ΤΡΙΚΑΛΩΝ	4:42
	D 637	ΤΣΑΛΛΕΚΟΥ ΑΡΕΣΤΗΣ	03:25,6	07:04,2	10:48,9	14:36,0	18:33,1				ΣΔΥ ΙΕΡΑΠΕΤΡΑΣ	

Number of records: 40

Πανελλήνιο Πρωτάθλημα σε ανώμαλο έδαφος - Τρίκαλα 2026

Overall Results 10km ΑΝΔΡΩΝ

Pl	Bib	Name	Time 1k	Time 2k	Time 3k	Time 4k	Time 5k	Time 6k	Time 7k	Time 8k	Time 9k	Finis	Club	pa
10km ΑΝΔΡΩΝ														
1.	505	ΣΤΑΜΟΥΛΗΣ ΝΙΚΟΛΑΟΣ	03:09,8	06:28,8	09:44,7	13:12,4	16:31,4	19:56,1	23:14,7	26:37,9	29:53,0	33:37	ΓΑΣ	3:2
2.	502	ΣΤΑΜΟΥΛΗΣ ΓΕΩΡΓΙΟΣ	03:09,7	06:29,0	09:44,7	13:11,6	16:31,5	19:55,8	23:14,9	26:38,8	29:56,8	33:51	ΑΟ	3:2
3.	594	ΚΛΕΜΕΝΤΣ ΑΜΑΝΤΕΟΥΣ-ΝΙΚΟΛΑΟΣ	03:05,1	06:30,3	09:52,6	13:19,5	16:38,5	20:09,5	23:34,3	27:00,9	30:27,7	34:19	ΓΣ	3:2
4.	515	ΤΣΑΚΑΛΟΣ ΔΗΜΗΤΡΙΟΣ	03:13,6	06:34,3	09:54,9	13:17,7	16:43,1	20:11,2	23:38,6	27:07,1	30:33,8	34:28	ΓΣ	3:2
5.	501	ΣΤΑΜΟΥΛΗΣ ΚΩΝΣΤΑΝΤΙΝΟΣ	03:11,5	06:33,8	09:49,4	13:18,7	16:43,2	20:19,1	23:38,2	27:08,1	30:28,9	34:29	ΓΑΣ	3:2
6.	516	ΓΙΑΝΝΑΤΗΣ ΠΑΝΑΓΙΩΤΗΣ-ΟΡΦΕ	03:17,9	06:43,9	10:09,1	13:43,3	17:09,8	20:41,5	24:06,2	27:39,0	31:05,3	34:55	ΝΓΣ	3:2
7.	506	ΔΙΑΚΟΣΤΕΦΑΝΗΣ ΣΕΡΓΙΟΣ	03:22,9	06:40,2	09:59,2	13:25,6	16:51,2	20:25,3	23:53,0	27:28,9	31:00,0	34:58	ΓΣ	3:2
8.	508	ΟΔΑΤΖΙΔΗΣ ΠΑΝΑΓΙΩΤΗΣ-ΠΑΡΑ	03:11,9	06:34,4	09:55,5	13:22,8	16:47,7	20:19,7	23:47,9	27:19,4	31:04,6	35:04	ΓΣ ΛΑΜΙΑΣ	3:3
9.	503	ΚΟΛΙΟΣ ΝΕΣΤΟΡΑΣ	03:15,0	06:39,5	10:00,0	13:33,2	16:56,9	20:29,5	24:04,6	27:44,4	31:16,4	35:06	ΑΓΣ	3:3
10	528	ΠΑΠΑΚΩΝΣΤΑΝΤΙΝΟΥ ΠΑΝΑΓΙΩΤΗΣ	03:19,4	06:48,9	10:16,9	13:45,9	17:13,9	20:42,9	24:10,9	27:40,9	31:09,9	35:07	ΑΣ ΑΙΓΙΟΥ	3:3
11	523	ΙΑΤΡΟΥΔΕΛΛΗΣ ΓΕΩΡΓΙΟΣ	03:19,2	06:47,3	10:09,4	13:41,1	17:07,6	20:41,4	24:10,6	27:46,5	31:17,2	35:08	ΟΦΚΑ	3:3
12	509	ΠΙΤΣΩΛΗΣ ΧΑΡΑΛΑΜΠΟΣ	03:18,5	06:46,8	10:10,0	13:41,6	17:08,5	20:41,9	24:14,1	27:49,4	31:19,0	35:26	ΓΑΣ Ο	3:3
13	511	ΚΑΡΑΙΣΚΟΣ ΠΑΝΑΓΙΩΤΗΣ	03:16,5	06:44,4	10:09,2	13:42,4	17:10,5	20:49,0	24:17,6	27:57,1	31:29,0	35:34	ΝΓΣ	3:3
14	521	ΛΙΝΑΡΔΟΣ ΔΗΜΗΤΡΙΟΣ	03:25,9	07:01,0	10:28,9	14:03,5	17:30,9	21:03,0	24:33,7	28:07,9	31:40,6	35:38	ΓΣ ΚΗΦΙΣΙΑΣ	3:3
15	514	ΛΙΓΩΝΗΣ ΑΘΑΝΑΣΙΟΣ	03:24,9	06:54,0	10:24,6	13:57,0	17:30,9	21:05,6	24:34,1	28:11,6	31:42,8	35:38	ΟΛΥΜΠΙΑΚΟ	3:3
16	532	ΜΑΝΚΟ ΤΖΟΥΛΙΑΝΟ	03:21,5	06:48,3	10:10,6	13:42,6	17:12,0	20:49,5	24:21,9	28:03,2	31:40,2	35:39	ΑΟ	3:3
17	578	ΜΕΝΗΣ ΓΕΩΡΓΙΟΣ	03:21,1	06:59,2	10:30,6	14:09,6	17:43,3	21:16,7	24:48,8	28:23,3	31:52,3	35:47	ΑΟ	3:3
18	518	ΜΙΝΟΣ ΓΕΩΡΓΙΟΣ	03:25,4	06:55,9	10:28,7	14:00,5	17:35,4	21:10,5	24:45,9	28:20,9	31:53,3	35:51	ΟΛΥΜΠΙΑΚΟ	3:3
19	533	ΠΑΠΑΓΙΑΝΝΗΣ ΑΛΕΞΑΝΔΡΟΣ	03:14,9	06:40,0	10:03,8	13:36,1	17:10,7	20:51,9	24:31,6	28:12,3	31:51,6	36:03	ΓΣ	3:3
20	504	ΙΩΑΝΝΟΥ ΟΡΦΕΑΣ	03:15,9	06:45,1	10:12,9	13:54,6	17:34,9	21:21,6	25:02,7	28:54,7	32:32,0	36:36	ΠΑΝΑΞΙΑΚΟ	3:3
21	567	ΚΑΛΙΑΚΟΥΔΗΣ ΔΗΜΗΤΡΙΟΣ	03:37,1	07:16,5	10:49,1	14:30,9	18:07,5	21:49,5	25:25,8	29:08,8	32:39,5	36:40	ΑΕ	3:4
22	546	ΝΑΤΣΙΟΣ ΠΑΝΤΕΛΗΣ	03:33,3	07:12,0	10:50,6	14:31,7	18:07,9	21:51,0	25:25,3	29:04,4	32:40,3	36:44	ΓΣ	3:4
23	525	ΠΟΥΡΙΚΑΣ ΕΜΜΑΝΟΥΗΛ	03:23,2	06:53,1	10:24,7	14:02,0	17:42,2	21:22,6	25:07,1	28:56,1	32:43,8	36:57	ΓΣ ΝΙΚΗ	3:4
24	613	ΜΠΟΥΡΙΚΑΣ ΠΑΝΑΓΙΩΤΗΣ	03:34,5	07:12,4	10:47,6	14:24,6	18:01,5	21:45,9	25:23,7	29:08,0	32:51,2	36:58	ΠΑΝΑΘΗΝΑΙ	3:4
25	590	ΠΡΟΔΡΟΜΙΔΗΣ ΣΠΥΡΙΔΩΝ-ΠΑΥΛΟΣ	03:40,8	07:14,1	10:52,2	14:34,2	18:12,9	21:57,3	25:36,7	29:27,6	33:11,1	37:10	ΓΣ	3:4
26	541	ΣΑΡΡΗΣ ΑΝΤΩΝΙΟΣ	03:38,2	07:19,7	10:59,2	14:39,2	18:18,8	22:00,2	25:43,2	29:28,1	33:05,2	37:11	ΓΣ	3:4
27	561	ΓΚΡΙΤΖΑΛΑΣ ΑΘΑΝΑΣΙΟΣ	03:30,3	07:06,3	10:46,5	14:25,8	18:07,1	21:54,1	25:38,2	29:26,4	33:09,6	37:18	ΑΟ ΤΡΙΤΩΝ	3:4
28	520	ΚΩΝΣΤΑΝΤΙΝΟΥ ΓΕΩΡΓΙΟΣ	03:33,3	07:14,4	10:55,1	14:37,5	18:18,4	22:06,5	25:48,9	29:40,6	33:15,6	37:24	ΠΑΝΕΛΛΗΝΙ	3:4
29	544	ΧΑΜΟΣΦΑΚΙΔΗΣ ΕΥΣΤΑΘΙΟΣ	03:31,6	07:12,8	10:50,5	14:34,5	18:15,4	22:01,1	25:45,0	29:34,2	33:16,1	37:25	ΑΟ ΤΡΙΤΩΝ	3:4

Πανελλήνιο Πρωτάθλημα σε ανώμαλο έδαφος - Τρίκαλα 2026

Overall Results 10km ΑΝΔΡΩΝ

Pl	Bib	Name	Time 1k	Time 2k	Time 3k	Time 4k	Time 5k	Time 6k	Time 7k	Time 8k	Time 9k	Fin	Club	pa
30	535	ΜΑΝΔΡΑΚΟΣ ΓΕΩΡΓΙΟΣ	03:32,5	07:10,9	10:48,4	14:31,3	18:13,5	22:00,6	25:44,2	29:36,2	33:18,2	37:26	ΓΣ	3:4
31	513	ΚΟΥΤΡΟΥΜΠΗΣ ΠΑΥΛΟΣ	03:32,5	07:12,3	10:52,6	14:34,8	18:14,2	22:03,9	25:42,5	29:35,4	33:14,6	37:27	ΠΑΝΑΘΗΝΑΙ	3:4
32	614	ΜΠΑΡΑΚΟΣ ΑΣΤΕΡΙΟΣ	03:33,6	07:16,4	10:51,7	14:40,2	18:22,2	22:16,4	25:58,4	29:47,7	33:24,2	37:36	ΠΑΝΕΛΛΗΝΙ	3:4
33	585	ΣΟΦΙΑΝΗΣ ΚΩΝΣΤΑΝΤΙΝΟΣ-ΜΙ	03:29,4	07:12,7	10:51,1	14:31,3	18:15,8	22:00,5	25:50,5	29:39,5	33:25,5	37:39	ΓΑΣ	3:4
34	619	ΘΕΟΔΩΡΟΥ ΚΩΝΣΤΑΝΤΙΝΟΣ	03:33,1	07:17,4	10:54,0	14:42,1	18:19,2	22:10,2	25:55,0	29:48,2	33:26,8	37:47	ΓΣ ΝΙΚΗ	3:4
35	549	ΜΑΛΙΟΓΛΟΥ ΕΥΑΓΓΕΛΟΣ	03:37,3	07:20,9	10:59,8	14:44,5	18:23,2	22:09,9	25:54,5	29:48,6	33:29,1	37:48	ΑΑ	3:4
36	530	ΚΑΛΑΠΟΔΗΣ ΓΕΩΡΓΙΟΣ	03:27,7	07:13,2	10:55,6	14:43,8	18:24,8	22:17,4	25:59,5	29:53,0	33:36,0	37:49	ΑΠΣ ΤΑ	3:4
37	529	ΜΠΕΗΣ ΚΥΡΙΑΚΟΣ	03:38,6	07:25,7	11:10,1	14:58,2	18:41,3	22:30,0	26:11,5	30:01,5	33:44,8	38:03	ΟΛΥΜΠΙΑΚΟ	3:4
38	522	ΒΟΤΣΟΣ ΧΡΗΣΤΟΣ	03:39,2	07:28,8	11:08,6	14:59,6	18:45,4	22:36,4	26:22,8	30:13,0	33:53,8	38:04	ΓΣ	3:4
39	603	ΔΑΜΑΝΑΚΗΣ ΙΩΑΝΝΗΣ	03:31,8	07:16,8	10:58,6	14:48,0	18:34,5	22:29,3	26:14,2	30:06,0	33:54,5	38:10	ΟΚΑ ΑΡΚΑΔΙ	3:4
40	539	ΣΑΡΙΔΑΚΗΣ ΟΡΕΣΤΗΣ	03:36,6	07:20,6	11:04,0	14:54,8	18:42,5	22:37,0	26:28,8	30:29,1	34:16,1	38:21	ΓΣ	3:5
41	527	ΜΠΟΥΛΟΥΜΠΑΣΗΣ ΙΩΑΝΝΗΣ	03:43,4	07:29,7	11:16,1	15:04,3	18:49,0	22:39,5	26:27,5	30:19,4	34:09,8	38:21	ΓΣ ΚΗΦΙΣΙΑΣ	3:5
42	605	ΓΑΛΑΤΑΣ ΞΕΝΟΦΩΝ	03:47,8	07:36,5	11:23,3	15:13,0	18:53,7	22:47,6	26:34,7	30:29,1	34:15,7	38:24	ΟΛΥΜΠΙΑΚΟ	3:5
43	595	ΔΑΣΙΛΑΣ ΑΧΙΛΛΕΑΣ	03:31,2	07:16,6	11:00,5	14:54,2	18:46,3	22:39,7	26:31,3	30:24,0	34:15,2	38:24	ΓΣ ΛΑΓΚΑΔΑ	3:5
44	507	ΠΑΠΑΙΩΑΝΝΟΥ ΓΙΩΡΓΟΣ	03:35,3	07:17,7	11:00,9	14:47,1	18:40,7	22:35,9	26:29,9	30:22,9	34:15,9	38:31	ΝΓΣ	3:5
45	524	ΓΕΩΡΓΙΟΥ ΝΙΚΟΛΑΟΣ	03:46,0	07:28,6	11:16,9	15:02,3	19:00,8	22:46,3	26:39,3	30:25,7	34:15,9	38:38	ΑΣ ΑΙΓΙΟΥ	3:5
46	531	ΠΟΝΗΡΕΑΣ ΝΙΚΟΛΑΟΣ	03:36,8	07:18,0	10:54,8	14:42,6	18:29,7	22:24,1	26:15,8	30:17,7	34:12,4	38:43	ΑΕ	3:5
47	519	ΜΑΝΙΦΑΒΑΣ ΑΛΕΞΑΝΔΡΟΣ	03:37,2	07:19,7	11:04,0	14:58,2	18:52,9	22:45,4	26:41,3	30:37,9	34:35,5	38:59	Α.Ε.Κ	3:5
48	564	ΔΙΑΜΑΝΤΟΠΟΥΛΟΣ ΑΝΑΣΤΑΣΙΟΣ	03:36,4	07:19,6	11:00,8	14:54,9	18:49,0	22:50,7	26:50,3	30:45,6	34:42,3	39:00	ΑΑ	3:5
49	542	ΓΚΟΓΚΟΣ ΓΕΩΡΓΙΟΣ	03:33,5	07:18,6	10:59,9	14:52,3	18:44,2	22:41,9	26:35,0	30:36,3	34:32,0	39:06	ΑΓΣ	3:5
50	592	ΜΑΣΤΟΡΑΣ ΜΑΝΩΛΗΣ	03:44,1	07:33,5	11:23,0	15:15,9	19:03,6	22:59,8	26:52,5	30:50,2	34:45,3	39:07	ΓΣ	3:5
51	569	ΚΑΚΟΥΡΗΣ ΝΙΚΟΛΑΟΣ	03:48,3	07:43,4	11:36,3	15:27,8	19:28,4	23:24,2	27:17,0	31:07,9	35:01,2	39:19	ΑΠΣ ΤΑ	3:5
52	574	ΧΑΡΙΤΩΝΙΔΗΣ ΧΑΡΙΤΩΝ	03:31,6	07:15,2	11:03,3	14:57,8	18:52,2	22:50,8	26:50,1	30:45,7	34:56,4	39:28	ΑΓΣ ΑΡΙΩΝ	3:5
53	612	ΛΑΓΟΣ ΧΑΡΑΛΑΜΠΟΣ	03:46,9	07:39,5	11:32,5	15:30,6	19:27,1	23:26,8	27:23,7	31:21,8	35:13,3	39:37	ΠΑΝΑΘΗΝΑΙ	3:5
54	553	ΡΟΥΤΣΗΣ ΔΗΜΗΤΡΙΟΣ	03:52,2	07:47,3	11:37,3	15:29,1	19:27,8	23:22,6	27:19,4	31:19,6	35:21,6	39:47	Γ.Σ.	3:5
55	551	ΜΑΤΣΟΥΚΑΣ ΒΑΣΙΛΕΙΟΣ	04:02,8	07:56,6	11:49,6	15:47,9	19:43,1	23:38,8	27:34,3	31:33,6	35:26,1	39:52	ΠΑΝΕΛΛΗΝΙ	3:5
56	579	ΤΣΟΛΚΑΣ ΚΩΝΣΤΑΝΤΙΝΟΣ	03:50,6	07:41,7	11:46,2	15:35,4	19:48,1	23:48,6	27:58,2	31:47,0	35:54,2	40:06	ΑΟ ΠΕΛΟΥ	4:0
57	548	ΤΖΙΕΡΤΖΙΔΗΣ ΣΤΕΦΑΝΟΣ	03:37,9	07:31,2	11:22,8	15:28,2	19:32,0	23:22,3	27:28,7	31:32,5	35:43,6	40:10	ΑΟ ΔΡΑΜΑΣ	4:0
58	582	ΠΑΠΑΧΑΡΑΛΑΜΠΟΥΣ ΚΩΝΣΤΑΝΤΙΝΟΣ	03:42,5	07:26,1	11:10,9	15:09,0	19:11,8	23:19,7	27:22,5	31:31,6	35:33,2	40:13	ΓΣ	4:0
59	559	ΓΕΩΡΓΙΑΔΗΣ ΑΝΤΩΝΙΟΣ	03:57,7	08:02,4	12:02,4	16:09,2	20:09,1	24:11,4	28:04,6	32:03,6	36:00,5	40:19	ΓΣ	4:0
60	565	ΚΑΛΛΙΜΑΝΗΣ ΜΙΧΑΗΛ	03:49,4	07:46,5	11:44,8	15:43,6	19:45,7	23:48,4	27:51,0	31:56,0	35:55,5	40:29	ΑΓΣ	4:0

Πανελλήνιο Πρωτάθλημα σε ανώμαλο έδαφος - Τρίκαλα 2026

Overall Results 10km ΑΝΔΡΩΝ

Pl	Bib	Name	Time 1k	Time 2k	Time 3k	Time 4k	Time 5k	Time 6k	Time 7k	Time 8k	Time 9k	Fin	Club	pa
61	591	ΤΣΑΠΡΟΥΝΗΣ ΛΟΥΚΑΣ	03:48,4	07:41,4	11:37,7	15:40,7	19:45,0	23:50,5	27:51,9	32:03,7	36:09,2	40:46	ΓΣ	4:0
62	604	ΣΗΦΑΚΗΣ ΕΜΜΑΝΟΥΗΛ-ΝΕΚΤΑ	03:58,3	08:06,0	11:59,5	16:04,9	20:08,7	24:12,7	28:15,0	32:19,1	36:21,5	40:56	Ο.Φ.Η.	4:0
63	554	ΝΙΝΗΣ ΑΝΔΡΕΑΣ	03:42,7	07:44,4	11:44,6	15:51,3	19:52,3	24:00,8	28:01,2	32:10,9	36:14,7	40:58	ΑΣ ΑΓΙΑΣ	4:0
64	552	ΜΕΝΤΗΣ ΓΕΩΡΓΙΟΣ	03:46,0	07:40,0	11:38,3	15:41,4	19:49,0	23:58,3	28:05,0	32:16,0	36:25,3	40:59	ΑΟ	4:0
65	593	ΓΑΓΚΟΣ ΠΑΝΤΕΛΗΣ	03:51,0	07:48,9	11:44,0	15:49,0	19:51,5	24:02,5	28:02,9	32:09,9	36:17,1	41:00	ΓΣ	4:0
66	545	ΣΙΜΟΝΙΑΝ ΓΚΕΒΟΡΓΚ	04:11,9	08:14,9	12:15,9	16:18,9	20:19,9	24:22,9	28:24,9	32:28,9	36:30,9	41:06	ΑΠΣ ΠΥΓΜΗ	4:0
67	608	ΓΑΤΟΥΛΑΣ ΧΡΗΣΤΟΣ	03:48,9	07:50,5	11:50,4	15:56,2	19:55,2	24:05,6	28:11,5	32:25,3	36:30,5	41:10	ΟΦΚΑ	4:0
68	580	ΖΥΜΠΗΛΟΣ ΓΙΩΡΓΟΣ	03:41,0	07:40,9	11:40,5	15:45,4	19:55,5	24:05,3	28:13,1	32:26,5	36:41,8	41:16	ΓΣ ΣΕΡΡΕΣ	4:0
69	562	ΔΑΣΚΑΛΑΣ ΘΩΜΑΣ	03:56,9	07:46,9	11:45,0	15:44,7	19:51,5	24:05,4	28:11,1	32:25,4	36:33,5	41:18	ΑΟ ΤΡΙΤΩΝ	4:0
70	596	ΟΡΦΑΝΙΔΗΣ ΕΥΣΤΑΘΙΟΣ	03:34,6	07:28,3	11:27,3	15:37,5	19:45,9	23:55,3	28:06,2	32:23,6	36:38,0	41:20	ΓΣ ΛΑΓΚΑΔΑ	4:0
71	587	ΚΛΑΜΕΝΑΚΟΣ ΗΛΙΑΣ	04:09,1	08:16,8	12:18,4	16:25,7	20:29,3	24:36,3	28:42,4	32:50,9	36:57,0	41:36	ΓΣ	4:0
72	600	ΔΕΛΗΣ ΧΑΡΑΛΑΜΠΟΣ	04:15,9	08:22,9	12:27,9	16:34,9	20:39,9	24:46,9	28:51,9	32:59,9	37:05,9	41:46	ΔΡΟΜΕΑΣ	4:1
73	558	ΠΑΡΘΕΝΗΣ ΝΙΚΟΛΑΟΣ	03:48,4	07:44,5	11:45,7	15:52,9	20:07,7	24:24,9	28:40,4	32:55,7	37:05,4	41:52	ΑΠΚ	4:1
74	540	ΑΛΙΦΕΡΗΣ ΠΑΝΑΓΙΩΤΗΣ	04:04,2	08:08,9	12:12,0	16:28,8	20:32,7	25:06,5	29:02,8	33:13,3	37:17,0	41:54	ΑΟ	4:1
75	556	ΚΑΛΥΒΑΣ ΙΩΑΝΝΗΣ	03:47,9	07:49,4	11:54,5	16:09,6	20:20,0	24:42,6	28:54,8	33:14,9	37:27,0	42:17	ΠΑΝΕΛΛΗΝΙ	4:1
76	571	ΚΑΖΑΝΤΖΗΣ ΚΩΝΣΤΑΝΤΙΝΟΣ	04:02,1	08:08,4	12:23,0	16:33,4	20:49,2	24:59,4	29:14,9	33:26,5	37:44,7	42:27	ΑΣ ΡΗΓΑΣ	4:1
77	555	ΜΠΙΤΖΗΛΑΙΟΣ ΚΩΝΣΤΑΝΤΙΝΟΣ	03:58,9	08:04,7	12:11,2	16:19,2	20:35,0	24:53,3	29:08,4	33:23,9	37:41,9	42:33	ΓΑΣ	4:1
78	601	ΔΗΜΗΤΡΙΑΔΗΣ ΙΩΑΝΝΗΣ	04:05,7	08:13,5	12:22,6	16:32,8	20:49,0	25:08,6	29:37,3	34:01,7	38:15,3	42:48	ΔΡΟΜΕΑΣ	4:1
79	560	ΣΑΒΒΙΔΗΣ ΑΝΑΣΤΑΣΙΟΣ	04:13,3	08:24,8	12:37,3	16:50,8	21:09,8	25:24,6	29:38,6	33:56,4	38:10,0	42:50	ΓΑΣ	4:1
80	586	ΑΛΕΒΙΖΟΠΟΥΛΟΣ ΑΝΔΡΕΑΣ	04:10,4	08:28,1	12:44,1	17:04,0	21:22,2	25:40,1	29:56,4	34:13,4	38:34,6	43:16	ΓΑΣ	4:1
81	568	ΜΑΡΟΥΣΗΣ ΚΩΝΣΤΑΝΤΙΝΟΣ	03:54,8	08:11,8	12:27,3	16:49,7	21:12,3	25:39,0	30:03,9	34:37,1	39:02,5	44:03	ΑΟ ΔΡΑΜΑΣ	4:2
82	570	ΚΩΝΣΤΑΝΤΙΝΟΥ ΑΝΔΡΕΑΣ	04:16,4	08:34,6	12:53,5	17:14,9	21:44,7	26:17,4	30:46,3	35:24,9	39:54,6	45:01	ΑΠΣ ΤΑ	4:3
83	588	ΚΟΥΤΣΙΑΝΑΣ ΓΕΩΡΓΙΟΣ	04:20,3	08:48,6	13:17,9	17:51,7	22:19,7	26:54,1	31:30,2	36:03,0	40:27,7	45:27	ΓΣ	4:3
84	557	ΑΛΕΒΙΖΟΣ ΠΑΝΑΓΙΩΤΗΣ	04:04,7	08:28,5	12:53,3	17:22,8	21:54,2	26:28,4	31:07,4	35:49,4	40:28,3	46:02	ΑΣ ΑΓΙΑΣ	4:3
85	573	ΚΑΙΡΗΣ ΕΥΑΓΓΕΛΟΣ	04:12,7	08:30,7	13:03,6	17:38,9	22:29,3	27:21,2	32:06,9	36:50,1	41:26,6	46:39	ΑΓΕΣ	4:3
86	599	ΤΑΧΛΙΑΜΠΟΥΡΗΣ ΑΝΔΡΕΑΣ-ΝΙΚΗΤΑΣ	04:20,4	09:03,9	13:47,2	18:37,4	23:35,3	28:29,4	33:33,2	38:33,4	43:38,4	49:09	ΓΣ ΠΑΤΜΟΥ	4:5
87	618	ΠΑΠΑΣΑΚΕΛΛΑΡΙΟΥ ΚΩΝΣΤΑΝΤΙΝΟΣ	05:00,9	09:51,9	14:40,9	19:31,9	24:20,9	29:11,9	34:00,9	38:52,9	43:41,9	49:12	ΣΟΑ	4:5
D	607	ΑΡΑΜΠΑΤΖΗΣ ΓΑΒΡΙΗΛ	03:38,8	07:21,8	11:03,5								ΟΚΑ	
D	615	ΧΑΣΙΩΤΗΣ ΒΑΣΙΛΕΙΟΣ	04:05,2	08:20,0	12:36,8	17:15,1							ΠΑΝΕΛΛΗΝΙ	

Number of records: 89