

ΔΙΑΣΥΛΛΟΓΙΚΟ ΑΓΩΝΩΝ - 1ου ΟΜΙΛΟΥ ΑΝΔΡΩΝ / Κ20 – ΓΥΝΑΙΚΩΝ / Κ20

Σέρρες

Δημοτικό στάδιο Σερρών

09-10/05/2026

Τύπος Αριθ. Ονοματεπώνυμο

Έτος Γει. Αριθμ. Μη Σύλλογος

Επίδοση Άνεμο Βαθμοί

**Αποτελέσματα Κ20**

**100 Μ ΑΝΔΡΩΝ**

1	275	ΚΩΝΣΤΑΝΤΙΝΟΣ ΛΑΖΑΚΗΣ	2007	389911	ΑΠΟΦΚΑ ΞΑΝΘΗΣ	11.11	-0.2	13
2	278	ΚΩΝΣΤΑΝΤΙΝΟΣ ΦΡΑΓΚΟΥΛΗΣ	2009	378569	ΑΠΟΦΚΑ ΞΑΝΘΗΣ	11.27	+0.3	11
3	329	ΧΡΙΣΤΟΦΟΡΟΣ ΚΙΑΧΟΠΟΥΛΟΣ	2007	363949	ΠΑΣ ΠΡΩΤ/ΤΩΝ ΚΟΜΟΤΗΝΗΣ	11.44	-1.1	10
4	276	ΓΕΩΡΓΙΟΣ ΜΑΡΙΟΣ ΣΟΛΩΜΟΣ	2009	404353	ΑΠΟΦΚΑ ΞΑΝΘΗΣ	11.75	-0.3	9
5	327	ΝΙΚΟΛΑΟΣ ΑΔΑΜΟΠΟΥΛΟΣ	2007	383825	ΠΑΣ ΠΡΩΤ/ΤΩΝ ΚΟΜΟΤΗΝΗΣ	11.76	-0.2	8
6	315	ΠΑΝΑΓΙΩΤΗΣ ΑΓΓΕΛΙΔΗΣ	2008	373586	ΑΟ ΧΡΥΣΟΥΠΟΛΗΣ	11.78	-0.3	7
7	293	ΧΡΥΣΟΣΤΟΜΟΣ ΕΛΜΑΚΛΗΣ	2010	413783	ΑΘΛΗΤΙΚΗ ΠΑΙΔΕΙΑ	11.83	+0.3	6
8	294	ΝΙΚΟΛΑΟΣ ΚΙΑΧΙΔΗΣ	2009	378936	ΑΟ ΧΡΥΣΟΥΠΟΛΗΣ	11.85	-0.3	5
9	249	ΕΚΤΩΡ ΠΑΝΙΤΣΟΥΔΗΣ	2010	397862	ΠΑΣ ΠΡΩΤΕΑΣ ΑΛΕΞ/ΠΟΛΗΣ	11.88	-1.1	4
10	314	ΠΑΝΑΓΙΩΤΗΣ ΠΙΠΙΛΙΑΓΚΑΣ	2009	375005	ΑΟ ΧΡΥΣΟΥΠΟΛΗΣ	11.95	-0.3	3
11	236	ΓΕΩΡΓΙΟΣ ΓΙΑΝΤΣΗΣ	2010	397512	ΕΔΕΣΣΑΙΚΗ ΓΕ	11.98	+0.6	2
12	288	ΧΡΗΣΤΟΣ ΚΥΡΕΖΟΓΛΟΥ	2010	413106	ΟΚΑ ΚΑΒΑΛΑΣ	12.04	+0.6	1
13	291	ΚΩΝΣΤΑΝΤΙΝΟΣ ΦΟΥΡΝΑΡΗΣ	2009	414997	ΓΣ ΣΕΡΡΕΣ 93	12.04	+0.5	1
14	320	ΑΝΔΡΙΑΝΟΣ ΒΕΖΥΡΓΙΑΝΝΙΔΗΣ	2009	398501	ΓΣ ΣΕΡΡΕΣ 93	12.17	-1.1	
15	330	ΒΑΣΙΛΕΙΟΣ ΠΑΠΑΓΕΩΡΓΙΟΥ	2007	425685	ΠΑΣ ΠΡΩΤ/ΤΩΝ ΚΟΜΟΤΗΝΗΣ	12.22	+0.5	
16	292	ΔΗΜΗΤΡΗΣ ΚΑΝΑΚΗΣ	2010	403079	ΓΣ ΕΔΕΣΣΑΣ	12.22	-1.1	
17	261	ΔΗΜΗΤΡΙΟΣ ΜΙΜΙΛΙΔΗΣ	2007	400747	ΠΑΣ ΦΛΩΡΙΝΑ	12.23	+0.5	
18	247	ΞΕΝΟΦΩΝ ΔΕΛΗΣ	2010	422726	ΑΠΣ ΔΙΟΜΗΔΗΣ ΞΑΝΘΗΣ	12.37	-1.1	
19	228	ΗΛΙΑΣ ΤΣΑΚΥΡΙΔΗΣ	2007	413440	ΟΚΑ ΚΑΒΑΛΑΣ	12.43	+0.6	
20	331	ΓΕΩΡΓΙΟΣ ΞΑΝΘΟΥΛΗΣ	2010	398504	ΓΣ ΣΕΡΡΕΣ 93	12.66	+0.6	
21	311	ΣΩΤΗΡΙΟΣ ΓΟΥΔΑΣ	2010	386355	ΔΡΟΜΕΑΣ ΘΡΑΚΗΣ	12.78	+0.6	
22	328	ΗΛΙΑΣ ΚΑΝΤΖΑΣ	2009	401863	ΓΣ ΣΕΡΡΕΣ 93	13.46	+0.6	
23	290	ΘΕΟΔΩΡΟΣ ΑΓΓΕΛΟΣ	2008	402718	ΑΘΛΗΤΙΚΗ ΠΑΙΔΕΙΑ	14.90	+0.5	
	286	ΟΡΕΣΤΗΣ ΣΑΓΩΝΑΣ	2008	396006	ΟΚΑ ΚΑΒΑΛΑΣ			

**100 Μ ΓΥΝΑΙΚΩΝ**

1	268	ΦΑΝΗ ΜΑΡΚΟΥΛΗ	2010	398599	ΓΣ ΕΔΕΣΣΑΣ	12.02	+0.8	13
2	356	ΑΛΙΚΗ ΤΣΕΡΚΕΖΗ	2009	385690	ΟΚΑ ΦΙΛΙΠΠΟΣ ΚΑΒΑΛΑΣ	12.42	+0.8	11
3	306	ΜΑΡΘΑ ΡΑΦΑΗΛΙΑ ΒΟΥΡΝΑΖΙΔΗ	2010	382619	ΠΜΣ ΟΛΥΜΠΙΑΔΑ	12.52	+0.0	10
4	341	ΝΙΚΗ-ΜΑΡΙΑ ΜΑΥΡΟΜΜΑΤΑΚΗ	2007	374349	ΠΑΣ ΠΡΩΤ/ΤΩΝ ΚΟΜΟΤΗΝΗΣ	12.60	+0.8	9
5	310	ΣΤΥΛΙΑΝΗ ΑΡΑΜΠΑΤΖΙΔΗ	2010	400442	ΠΜΣ ΟΛΥΜΠΙΑΔΑ	12.63	+0.1	8
6	258	ΑΝΑΣΤΑΣΙΑ ΚΟΠΑΝΑ	2008	378568	ΑΠΟΦΚΑ ΞΑΝΘΗΣ	12.70	+0.0	7
7	351	ΙΩΑΝΝΑ-ΡΑΦΑΗΛΙΑ ΤΣΕΡΚΕΖΗ	2007	371203	ΟΚΑ ΦΙΛΙΠΠΟΣ ΚΑΒΑΛΑΣ	12.76	+0.8	6
8	259	ΙΩΑΝΝΑ ΜΑΡΙΑ ΑΓΓΕΛΟΥ	2010	402719	ΑΘΛΗΤΙΚΗ ΠΑΙΔΕΙΑ	12.84	+0.0	5
9	284	ΜΑΡΙΑ ΓΚΑΙΔΑΤΖΗ	2009	395819	ΜΓΣ ΕΘΝΙΚΟΣ ΑΛΕΞ/ΠΟΛΗΣ	12.85	+0.0	4
10	239	ΑΛΕΞΑΝΔΡΑ ΜΟΥΧΤΑΡΗ	2009	399029	ΑΠΣ ΔΙΟΜΗΔΗΣ ΞΑΝΘΗΣ	13.03	+0.1	3
11	287	ΑΣΠΑΣΙΑ ΤΟΥΡΝΑΒΙΤΗ	2008	373282	ΟΚΑ ΦΙΛΙΠΠΟΣ ΚΑΒΑΛΑΣ	13.13	+0.6	2
12	269	ΕΙΡΗΝΗ ΚΑΧΡΙΜΑΝΙΔΟΥ	2009	404255	ΓΣ ΕΔΕΣΣΑΣ	13.14	+0.1	1
13	246	ΣΤΕΦΑΝΙΑ ΜΑΡΙΑ ΣΕΡΑΦΕΙΜΙΔΟΥ	2009	396861	ΟΦΚΑ ΦΙΛΙΠΠΟΣ ΓΙΑΝΝΙΤΣΩΝ	13.18	+0.6	1
14	357	ΡΑΦΑΗΛΙΑ ΧΑΤΖΗΜΙΧΑΗΛΙΔΟΥ	2010	398446	ΜΕΓΑΣ ΑΛΕΞΑΝΔΡΟΣ ΓΙΑΝΝΙΤΣ	13.34	+0.6	1
15	180	ΑΙΚΑΤΕΡΙΝΗ ΚΟΖΥΡΗ	2007	425241	ΠΑΣ ΡΗΣΣΟΣ ΚΟΜΟΤΗΝΗΣ	13.35	+1.5	1
16	348	ΑΝΑΣΤΑΣΙΑ ΘΩΙΔΟΥ	2010	400869	ΜΕΓΑΣ ΑΛΕΞΑΝΔΡΟΣ ΓΙΑΝΝΙΤΣ	13.44	+1.5	1
17	358	ΕΛΕΝΗ ΣΤΑΡΧΟΥ	2009	403330	ΜΕΓΑΣ ΑΛΕΞΑΝΔΡΟΣ ΓΙΑΝΝΙΤΣ	13.54	-0.2	1

18	266	ΕΥΑΓΓΕΛΙΑ ΚΟΓΙΟΥ	2009	404248	ΓΣ ΕΔΕΣΣΑΣ	13.58	+1.5	1
19	283	ΑΡΙΑΔΝΗ ΚΥΡΙΑΚΗ ΣΤΑΓΓΟΠΟΥΛΟΥ	2009	381084	ΠΑΣ ΠΡΩΤΕΑΣ ΑΛΕΞ/ΠΟΛΗΣ	13.86	+0.6	1
20	322	ΣΩΤΗΡΙΑ ΠΕΤΡΟΥΣΗ	2009	381572	ΜΓΣ ΕΘΝΙΚΟΣ ΑΛΕΞ/ΠΟΛΗΣ	13.89	+0.6	1
21	261	ΑΝΤΩΝΙΑ ΚΟΥΤΑΛΙΔΟΥ	2010	397441	ΑΘΛΗΤΙΚΗ ΠΑΙΔΕΙΑ	13.90	-0.2	1
22	281	ΑΝΝΑ ΟΣΙΠΙΔΗ	2010	393510	ΔΡΟΜΕΑΣ ΘΡΑΚΗΣ	14.11	+1.5	1
23	280	ΑΘΑΝΑΣΙΑ ΒΛΑΣΑΚΙΔΗ	2010	381095	ΠΑΣ ΠΡΩΤΕΑΣ ΑΛΕΞ/ΠΟΛΗΣ	14.13	-0.2	1
24	379	ΒΑΣΙΛΙΚΗ ΑΝΔΡΙΑΡΗ	2010	386070	ΟΦΚΑ ΣΕΡΡΕΣ	14.15	-0.2	1
25	360	ΚΥΡΙΑΚΗ ΔΗΜΗΤΡΙΑΔΟΥ	2007	380403	ΜΕΓΑΣ ΑΛΕΞΑΝΔΡΟΣ ΓΙΑΝΝΙΤΣΩΝ	14.17	+0.1	1
26	270	ΝΙΚΟΛΕΤΑ ΖΩΣΙΜΙΔΟΥ	2008	374825	ΑΚ.ΠΟΔ.ΑΛΕΞΑΝΔΡΟΣ ΚΙΛΚΙΣ	14.43	+0.1	
27	383	ΒΑΣΙΛΙΚΗ ΣΕΡΕΚΑ	2009	398514	ΓΣ ΣΕΡΡΕΣ 93	14.51	-0.2	
28	279	ΜΑΡΙΑΝΘΗ ΠΑΠΑΓΙΑΝΝΑΚΗ	2009	385318	ΠΑΣ ΠΡΩΤΕΑΣ ΑΛΕΞ/ΠΟΛΗΣ	14.55	+0.1	
29	275	ΓΕΩΡΓΙΑ ΚΑΤΡΑΝΗ	2010	413291	ΠΜΣ ΟΛΥΜΠΙΑΔΑ	14.61	+1.5	
30	260	ΣΑΡΑ ΝΤΑΝΙ	2010	426376	ΑΘΛΗΤΙΚΗ ΠΑΙΔΕΙΑ	14.77	+0.1	
31	285	ΒΑΣΙΛΙΚΗ ΒΑΛΣΑΜΙΔΟΥ	2009	385253	ΑΟ ΧΡΥΣΟΥΠΟΛΗΣ	14.82	+0.0	
	286	ΕΥΑΓΓΕΛΙΑ ΒΕΡΑΝΗ	2010	398521	ΓΣ ΣΕΡΡΕΣ 93			

### 200 Μ ΑΝΔΡΩΝ

1	244	ΒΑΣΙΛΕΙΟΣ ΤΑΓΑΡΑΣ	2008	370626	ΠΑΣ ΠΡΩΤΕΑΣ ΑΛΕΞ/ΠΟΛΗΣ	21.77	-1.7	13
2	275	ΚΩΝΣΤΑΝΤΙΝΟΣ ΛΑΖΑΚΗΣ	2007	389911	ΑΠΟΦΚΑ ΞΑΝΘΗΣ	22.36	-1.7	11
3	321	ΒΑΣΙΛΕΙΟΣ ΑΓΓΕΛ ΧΑΤΖΗΝΙΚΟΛΑΟΥ	2009	397198	ΠΜΣ ΟΛΥΜΠΙΑΔΑ	22.76	-0.4	10
4	278	ΚΩΝΣΤΑΝΤΙΝΟΣ ΦΡΑΓΚΟΥΛΗΣ	2009	378569	ΑΠΟΦΚΑ ΞΑΝΘΗΣ	23.22	-0.4	9
5	333	ΜΙΧΑΗΛ ΧΑΤΖΗΜΑΡΚΑΚΗΣ	2007	389502	ΟΚΑ ΑΡΚΑΔΙ ΡΕΘΥΜΝΟΥ	23.54	-1.0	2
6	336	ΑΡΗΣ ΔΑΦΝΙΩΤΗΣ	2010	385692	ΟΚΑ ΦΙΛΙΠΠΟΣ ΚΑΒΑΛΑΣ	23.75	-0.8	8
7	249	ΕΚΤΩΡ ΠΑΝΙΤΣΟΥΔΗΣ	2010	397862	ΠΑΣ ΠΡΩΤΕΑΣ ΑΛΕΞ/ΠΟΛΗΣ	23.78	-0.8	7
8	384	ΣΤΕΦΑΝΟΣ ΚΑΤΣΑΡΟΣ	2008	381394	ΟΚΑ ΚΑΒΑΛΑΣ	23.94	-0.5	6
9	343	ΜΑΡΚΟ ΚΩΝΣΤΑΝΤΙΝΗ	2010	401979	ΑΟ ΚΑΒΑΛΑΣ	24.30	-0.5	5
10	386	ΓΕΩΡΓΙΟΣ ΑΝΑΣΤΑ ΠΑΤΕΡΟΠΟΥΛΟΥ	2010	388212	ΔΡΟΜΕΑΣ ΘΡΑΚΗΣ	24.33	-0.5	4
11	380	ΓΕΩΡΓΙΟΣ-ΑΘΑΝΑΣ ΔΕΙΡΜΕΝΤΖΙΔΗΣ	2010	387619	ΟΚΑ ΚΑΒΑΛΑΣ	24.35	-1.0	3
12	291	ΚΩΝΣΤΑΝΤΙΝΟΣ ΦΟΥΡΝΑΡΗΣ	2009	414997	ΓΣ ΣΕΡΡΕΣ 93	24.45	-0.5	2
13	323	ΑΝΑΣΤΑΣΙΟΣ ΞΑΝΘΟΥΛΗΣ	2007	365700	ΓΣ ΣΕΡΡΕΣ 93	24.98	-1.0	1
14	247	ΞΕΝΟΦΩΝ ΔΕΛΗΣ	2010	422726	ΑΠΣ ΔΙΟΜΗΔΗΣ ΞΑΝΘΗΣ	25.00	-0.5	1
15	235	ΔΗΜΗΤΡΙΟΣ ΤΟΥΡΛΑΚΗΣ	2009	395195	ΕΔΕΣΣΑΙΚΗ ΓΕ	25.05	-1.0	1
16	261	ΔΗΜΗΤΡΙΟΣ ΜΙΜΙΛΙΔΗΣ	2007	400747	ΠΑΣ ΦΛΩΡΙΝΑ	25.23	-1.0	
17	331	ΓΕΩΡΓΙΟΣ ΞΑΝΘΟΥΛΗΣ	2010	398504	ΓΣ ΣΕΡΡΕΣ 93	26.14	-0.8	
18	328	ΗΛΙΑΣ ΚΑΝΤΖΑΣ	2009	401863	ΓΣ ΣΕΡΡΕΣ 93	27.39	-0.5	

### 200 Μ ΓΥΝΑΙΚΩΝ

1	268	ΦΑΝΗ ΜΑΡΚΟΥΛΗ	2010	398599	ΓΣ ΕΔΕΣΣΑΣ	23.99	+1.5	13
2	505	ΣΤΥΛΙΑΝΗ ΟΡΦΑΝΙΔΗ	2008	394614	ΑΠΟΦΚΑ ΞΑΝΘΗΣ	24.65	+1.5	11
3	337	ΣΩΤΗΡΙΑ ΚΟΥΝΤΑ	2010	397215	ΠΜΣ ΟΛΥΜΠΙΑΔΑ	25.65	-0.2	10
4	356	ΑΛΙΚΗ ΤΣΕΡΚΕΖΗ	2009	385690	ΟΚΑ ΦΙΛΙΠΠΟΣ ΚΑΒΑΛΑΣ	25.72	+1.5	9
5	310	ΣΤΥΛΙΑΝΗ ΑΡΑΜΠΑΤΖΙΔΗ	2010	400442	ΠΜΣ ΟΛΥΜΠΙΑΔΑ	25.93	-1.7	8
6	306	ΜΑΡΘΑ ΡΑΦΑΗΛΙΑ ΒΟΥΡΝΑΖΙΔΗ	2010	382619	ΠΜΣ ΟΛΥΜΠΙΑΔΑ	26.10	-0.6	7
7	351	ΙΩΑΝΝΑ-ΡΑΦΑΗΛΙΑ ΤΣΕΡΚΕΖΗ	2007	371203	ΟΚΑ ΦΙΛΙΠΠΟΣ ΚΑΒΑΛΑΣ	26.36	+1.5	6
8	341	ΝΙΚΗ-ΜΑΡΙΑ ΜΑΥΡΟΜΜΑΤΑΚΗ	2007	374349	ΠΑΣ ΠΡΩΤ/ΤΩΝ ΚΟΜΟΤΗΝΗΣ	26.73	+1.5	5
9	269	ΕΙΡΗΝΗ ΚΑΧΡΙΜΑΝΙΔΟΥ	2009	404255	ΓΣ ΕΔΕΣΣΑΣ	27.10	-0.6	4
10	284	ΜΑΡΙΑ ΓΚΑΙΔΑΤΖΗ	2009	395819	ΜΓΣ ΕΘΝΙΚΟΣ ΑΛΕΞ/ΠΟΛΗΣ	27.40	-0.2	3
11	480	ΑΘΑΝΑΣΙΑ ΟΡΦΑΝΙΔΗ	2009	394611	ΑΠΟΦΚΑ ΞΑΝΘΗΣ	27.56	-1.2	2
12	497	ΑΝΑΣΤΑΣΙΑ ΣΤΡΑΤΕΛΗ	2010	404974	ΑΚ.ΠΟΔ.ΑΛΕΞΑΝΔΡΟΣ ΚΙΛΚΙΣ	27.65	-1.2	1
13	246	ΣΤΕΦΑΝΙΑ ΜΑΡΙΑ ΣΕΡΑΦΕΙΜΙΔΟΥ	2009	396861	ΟΦΚΑ ΦΙΛΙΠΠΟΣ ΓΙΑΝΝΙΤΣΩΝ	27.92	-0.2	1
14	488	ΑΙΚΑΤΕΡΙΝΗ ΠΑΠΑΔΟΠΟΥΛΟΥ	2010	397081	ΔΡΟΜΕΑΣ ΘΡΑΚΗΣ	28.10	-0.6	1
15	266	ΕΥΑΓΓΕΛΙΑ ΚΟΓΙΟΥ	2009	404248	ΓΣ ΕΔΕΣΣΑΣ	28.38	-1.7	1

3	349	ΕΥΣΤΡΑΤΙΟΣ ΑΡΑΠΙΔΗΣ	2009	407968	ΟΦΚΑ ΣΕΡΡΕΣ	11:09.2		1
<b>3000M Φ.Ε. ΓΥΝΑΙΚΩΝ</b>								
1	424	ΚΑΡΙΟΦΥΛΛΙΑ ΔΑΛΓΚΙΤΣΗ	2010	397332	ΟΦΚΑ ΣΕΡΡΕΣ	15:02.6		
<b>ΑΛΜΑ ΣΕ ΥΨΟΣ ΑΝΔΡΩΝ</b>								
1	338	ΙΩΑΝΝΗΣ ΑΛΑΤΑΚΗΣ	2009	399824	ΑΣ ΔΟΞΑΤΟΥ ΤΟ ΗΡΩΙΚΟ ΔΟΞΑ	2.01		13
2	319	ΓΕΩΡΓΙΟΣ ΚΟΥΣΜΑΡΕΛΗΣ	2009	401861	ΓΣ ΣΕΡΡΕΣ 93	1.92		11
3	318	ΣΤΥΛΙΑΝΟΣ ΜΑΡΤΙΝΙΔΗΣ	2010	400599	ΠΑΣ ΠΡΩΤ/ΤΩΝ ΚΟΜΟΤΗΝΗΣ	1.77		1
<b>ΑΛΜΑ ΣΕ ΥΨΟΣ ΓΥΝΑΙΚΩΝ</b>								
1	459	ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ ΚΟΥΚΟΥΤΟΥΔΗ	2009	398515	ΓΣ ΣΕΡΡΕΣ 93	1.62		13
2	450	ΕΥΔΟΞΙΑ ΒΙΤΟΛΙΑΝΟΥ	2008	385224	ΓΣ ΕΔΕΣΣΑΣ	1.50		2
3	475	ΟΥΡΑΝΙΑ ΔΙΑΜΑΝΤΑΚΗ	2008	394290	ΑΣ ΔΟΞΑΤΟΥ ΤΟ ΗΡΩΙΚΟ ΔΟΞΑ	1.50		1
4	445	ΑΙΜΙΛΙΑ ΚΑΧΡΙΜΑΝΙΔΟΥ	2009	404256	ΠΑΣ ΑΛΜΩΠΙΑΣ ΙΚΑΡΟΣ	1.37		
5	463	ΑΡΤΕΜΙΣ ΝΤΑΦΛΟΥ	2010	426459	ΑΣ ΚΙΑΚΙΣ ΔΙΑΣ	1.37		
<b>ΑΛΜΑ ΣΕ ΜΗΚΟΣ ΑΝΔΡΩΝ</b>								
1	368	ΙΩΑΝΝΗΣ ΓΚΙΚΑΣ	2009	398631	ΟΦΚΑ ΣΕΡΡΕΣ	6.94	-1.4	13
2	364	ΒΑΣΙΛΕΙΟΣ ΤΕΡΖΙΔΗΣ	2009	378090	ΑΣ Ν.ΟΡΕΣΤΙΑΔΑΣ ΠΟΛΥΝΙΚΗΣ	6.89	+0.7	11
3	240	ΜΙΧΑΗΛ ΔΕΛΙΝΤΖΟΓΛΟΥ	2009	378926	ΠΑΣ ΠΡΩΤΕΑΣ ΑΛΕΞ/ΠΟΛΗΣ	6.48	-0.3	7
4	314	ΠΑΝΑΓΙΩΤΗΣ ΠΙΠΙΛΙΑΓΚΑΣ	2009	375005	ΑΟ ΧΡΥΣΟΥΠΟΛΗΣ	6.36	+0.0	6
5	230	ΝΙΚΟΛΑΟΣ ΜΑΝΤΑΛΟΣ	2007	374218	ΟΚΑ ΚΑΒΑΛΑΣ	6.30	+0.8	5
6	315	ΠΑΝΑΓΙΩΤΗΣ ΑΓΓΕΛΙΔΗΣ	2008	373586	ΑΟ ΧΡΥΣΟΥΠΟΛΗΣ	6.29	-0.3	4
7	245	ΔΗΜΗΤΡΙΟΣ ΑΛΜΠΑΝΙΔΗΣ	2009	400882	ΑΠΣ ΔΙΟΜΗΔΗΣ ΞΑΝΘΗΣ	6.08	+0.0	3
8	236	ΓΕΩΡΓΙΟΣ ΓΙΑΝΤΣΗΣ	2010	397512	ΕΔΕΣΣΑΙΚΗ ΓΕ	6.03	+0.0	2
9	246	ΠΕΤΡΟΣ ΜΑΡΚΟΣ ΠΑΜΠΟΥΚΙΔΗΣ	2010	379561	ΑΠΣ ΔΙΟΜΗΔΗΣ ΞΑΝΘΗΣ	5.85	+0.0	1
10	256	ΣΩΤΗΡΗΣ ΠΕΤΚΑΣ	2009	394446	ΟΚΑ ΦΙΛΙΠΠΟΣ ΚΑΒΑΛΑΣ	5.26	+0.0	
11	372	ΜΑΤΕΟ ΧΟΤΖΑΙ	2008	421303	ΑΣ ΔΟΞΑΤΟΥ ΤΟ ΗΡΩΙΚΟ ΔΟΞΑ	4.81	-1.2	
<b>ΑΛΜΑ ΣΕ ΜΗΚΟΣ ΓΥΝΑΙΚΩΝ</b>								
1	496	ΕΛΙΣΑΒΕΤ ΑΝΑΣΤΑΣΙΑΔΗ	2008	369905	ΟΦΚΑ ΣΕΡΡΕΣ	5.85	+1.5	13
2	249	ΡΑΒΖΑ ΣΕΧΟΓΛΟΥ	2009	395815	ΑΠΣ ΔΙΟΜΗΔΗΣ ΞΑΝΘΗΣ	5.61	+0.0	11
3	484	ΑΝΑΣΤΑΣΙΑ ΜΠΛΑΤΣΗ	2009	397436	ΑΘΛΗΤΙΚΗ ΠΑΙΔΕΙΑ	5.60	+1.9	10
4	362	ΧΡΙΣΤΙΝΑ ΔΑΜΙΑΝΙΔΟΥ	2008	380404	ΜΕΓΑΣ ΑΛΕΞΑΝΔΡΟΣ ΓΙΑΝΝΙΤΣ	5.38	+0.0	7
5	239	ΑΛΕΞΑΝΔΡΑ ΜΟΥΧΤΑΡΗ	2009	399029	ΑΠΣ ΔΙΟΜΗΔΗΣ ΞΑΝΘΗΣ	5.34	+1.8	6
6	406	ΕΥΑΓΓΕΛΙΑ ΣΩΤΗΡΙΟΥ	2008	390452	ΓΣ ΣΕΡΡΕΣ 93	5.19	+0.0	5
7	439	ΕΛΕΝΗ ΜΑΓΔΑΛΗΝΗ ΜΑΥΡΕΝΗ	2009	396629	ΟΦΚΑ ΦΙΛΙΠΠΟΣ ΓΙΑΝΝΙΤΣΩΝ	5.13	+0.0	4
8	481	ΙΩΑΝΝΑ ΠΕΤΡΙΔΟΥ	2008	374165	ΑΣ Ν.ΟΡΕΣΤΙΑΔΑΣ ΠΟΛΥΝΙΚΗΣ	4.99	+1.0	3
9	363	ΒΑΣΙΛΙΚΗ ΜΠΙΛΗ	2009	394033	ΜΕΓΑΣ ΑΛΕΞΑΝΔΡΟΣ ΓΙΑΝΝΙΤΣ	4.91	+0.0	2
10	491	ΠΟΛΥΜΝΙΑ ΓΚΑΡΜΠΟΥΝΗ	2009	403748	ΑΣ ΔΡΑΜΑΣ Ο ΠΟΛΥΝΙΚΗΣ	4.90	-1.0	1
11	409	ΜΕΛΙΝΑ ΝΙΚΟΛΛΑ	2010	403014	ΓΣ ΣΕΡΡΕΣ 93	4.71	+1.7	
12	339	ΔΩΡΟΘΕΑ ΜΑΣΤΟΡΑ	2010	382622	ΠΜΣ ΟΛΥΜΠΙΑΔΑ	4.64	+1.2	
13	490	ΔΕΣΠΟΙΝΑ ΜΑΡΚΟΥ	2007	378071	ΑΣ ΔΡΑΜΑΣ Ο ΠΟΛΥΝΙΚΗΣ	4.60	+0.9	
14	489	ΕΛΠΙΔΑ ΠΟΥΛΥΖΟΥ	2010	416444	ΑΣ ΔΡΑΜΑΣ Ο ΠΟΛΥΝΙΚΗΣ	4.39	+0.8	
15	487	ΑΘΑΝΑΣΙΑ ΜΠΕΝΤΟΥΛΗ	2010	383889	ΟΦΚΑ ΣΕΡΡΕΣ	4.29	+2.0	
<b>ΑΛΜΑ ΕΠΙ ΚΟΝΤΩ ΑΝΔΡΩΝ</b>								
1	299	ΓΕΩΡΓΙΟΣ ΤΣΙΚΟΤΖΗΣ	2009	398502	ΓΣ ΣΕΡΡΕΣ 93	4.30		13
2	318	ΣΤΥΛΙΑΝΟΣ ΜΑΡΤΙΝΙΔΗΣ	2010	400599	ΠΑΣ ΠΡΩΤ/ΤΩΝ ΚΟΜΟΤΗΝΗΣ	4.20		11
<b>ΤΡΙΠΛΟΥΝ ΑΝΔΡΩΝ</b>								
1	240	ΜΙΧΑΗΛ ΔΕΛΙΝΤΖΟΓΛΟΥ	2009	378926	ΠΑΣ ΠΡΩΤΕΑΣ ΑΛΕΞ/ΠΟΛΗΣ	14.96	+0.0	13
2	230	ΝΙΚΟΛΑΟΣ ΜΑΝΤΑΛΟΣ	2007	374218	ΟΚΑ ΚΑΒΑΛΑΣ	13.23	-1.6	3
3	246	ΠΕΤΡΟΣ ΜΑΡΚΟΣ ΠΑΜΠΟΥΚΙΔΗΣ	2010	379561	ΑΠΣ ΔΙΟΜΗΔΗΣ ΞΑΝΘΗΣ	12.98	-0.2	2
4	245	ΔΗΜΗΤΡΙΟΣ ΑΛΜΠΑΝΙΔΗΣ	2009	400882	ΑΠΣ ΔΙΟΜΗΔΗΣ ΞΑΝΘΗΣ	12.44	-0.1	1