

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 ΠΕΛΟΨ	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 ΚΟΥΡΥΔΑΛΛΟΥ	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 ΠΕΛΟΨ	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 ΚΟΥΡΥΔΑΛΛΟΥ	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 ΚΟΥΡΥΔΑΛΛΟΥ	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 ΚΟΥΡΥΔΑΛΛΟΥ	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-ΜΑΝΤΩ	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 ΠΕΛΟΨ	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 ΕΛΜΗ	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