

# 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**

---

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

---

Number of records: 60