

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	3:52
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	3:52
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	3:52
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	3:54
5.	1500	ΡΑΦΑΙΛΑΚΗ ΝΙΚΟΛΕΤΑ	03:51,7	07:44,1	11:35,9	15:29,1	19:21,8	23:16,1	27:08,8	31:15,4	ΑΓΙΟΣ ΝΙΚΟΛΑΟΣ ΓΣ	3:54
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	3:58
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	3:58
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	4:00
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	4:03
10.	1485	ΜΠΕΝΑΚΗ ΣΤΕΦΑΝΙΑ	04:00,9	07:53,5	11:52,9	15:54,1	19:56,8	24:01,4	28:05,0	32:36,1	ΓΑΣ ΗΡΑΚΛΗΣ ΘΗΒΩΝ	4:04
11.	1467	ΠΑΠΑΔΗΜΑΤΟΥ ΕΥΓΕΝΙΑ	03:56,5	07:55,9	11:56,4	15:59,7	20:00,9	24:04,9	28:07,2	32:37,7	Α.Ε.Κ	4:04
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	4:07
13.	1468	ΜΠΑΛΛΑ ΝΤΕΝΙΣΑ	04:05,2	08:10,7	12:15,2	16:20,9	20:27,9	24:30,9	28:32,2	33:03,1	ΠΑΝΑΘΗΝΑΙΚΟΣ ΑΟ	4:07
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	4:08
15.	1524	ΚΟΤΣΑΧΕΙΛΗ ΙΣΑΒΕΛΛΑ	03:52,8	07:50,0	11:52,8	16:03,0	20:11,5	24:23,9	28:38,6	33:14,7	ΠΑΝΙΩΝΙΟΣ ΓΣΣ	4:09
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	4:10
17.	1481	ΚΑΣΛΕΒΑ/ΤΣΙΡΙΓΩΤΗ ΕΥΔΟΚΙΑ	04:22,5	08:40,2	12:47,4	16:55,5	21:01,9	25:07,4	29:03,9	33:38,2	ΓΣ ΒΙΤΣΕΝΤΖΟΣ ΚΟΡΝΑΡΟΣ	4:12
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	4:14
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	4:15
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	4:16
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	4:16
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	4:16
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	4:22
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.	4:24
25.	1520	ΑΒΡΑΜΟΓΛΟΥ ΦΑΝΗ	04:04,2	08:13,1	12:36,3	16:58,2	21:27,0	25:54,6	30:20,3	35:15,7	ΔΡΟΜΕΑΣ ΘΡΑΚΗΣ	4:24
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	4:26
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	4:28
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	4:29
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	4:29

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
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	4:31
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	4:35
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	4:36
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	4:37
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	4:38
35.	1490	ΧΡΙΣΤΟΠΟΥΛΟΥ ΧΡΙΣΤΙΝΑ	04:30,9	09:01,4	13:30,0	18:07,1	22:43,1	27:26,6	32:02,4	37:25,1	ΣΥΛ.ΑΘΛΟΥΜΕΝΩΝ ΜΕΣΣΗΝΗΣ	4:40
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	4:45
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	4:46
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	4:48
39.	1492	ΚΡΗΤΙΚΟΥ ΒΑΣΙΛΕΙΑ	04:37,6	09:39,3	14:38,8	19:40,6	24:40,2	29:46,6	34:50,9	40:36,6	ΑΣ ΑΓΙΑΣ ΠΑΡΑΣΚΕΥΗΣ	5:04
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	5:06
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	5:21
42.	1509	ΒΟΥΤΖΑΛΗ ΒΑΣΙΛΙΚΗ	04:47,5	10:25,2	16:00,5	21:20,2	26:37,6	31:51,6	37:11,6	42:50,5	ΑΣ ΑΓΙΑΣ ΠΑΡΑΣΚΕΥΗΣ	5:21
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	5:21

Number of records: 43