

**RESULTS**  
**MASTERS MEETING**  
**HERAKLION 03-11-2018**

100m MEN

ΧΑΟΥΣΙ ΗΑΝΑΦΙ	45-49	ΣΕΒΑΣ ΧΑΝΙΩΝ	14"54
ΖΟΓΛΟΠΙΤΗΣ ΙΩΑΝΝΗΣ	50-54		12"51
ΣΜΥΡΝΑΚΗΣ ΜΙΧΑΛΗΣ	50-54	ΠΕΔΑΣ	13"30
ΠΛΟΥΜΙΣΤΟΣ ΑΝΤΡΕΑΣ	55-59	ΠΕΔΑΣ	14"74
ΚΟΤΡΩΝΑΚΗΣ ΓΕΩΡΓΙΟΣ	60-64	ΣΕΒΑΣ ΧΑΝΙΩΝ	16"52
ΛΥΡΑΤΖΑΚΗΣ ΙΩΑΝΝΗΣ	65-69	ΠΕΔΑΣ	15"18
ΦΡΟΝΙΜΑΚΗΣ ΕΜΜΑΝΟΥΗΛ	65-69	ΓΕΗ	17"05
ΧΑΤΖΗΕΜΜΑΝΟΥΗΛ ΚΩΝ/ΝΟΣ	85-89	ΦΕΙΔΙΠΠΙΔΗΣ ΚΩ	20"91
ΚΑΡΒΕΛΑΣ ΚΩΝ/ΝΟΣ	85-89	ΣΕΒΑΣ ΠΕΙΡΑΙΑ	26"73

100m WOMEN

ΡΟΚΑΚΗ ΑΙΚΑΤΕΡΙΝΗ	35-39	ΠΕΔΑΣ	15"38	
ΜΟΥΡΑΤΙΔΟΥ ΜΑΡΙΑ	50-54	ΣΕΒΑΣΘ	14"39	NATIONAL RECORD
ΝΟΙΚΟΚΥΡΑΚΗ ΕΛΕΝΗ	60-64	ΠΕΔΑΣ	20"75	
ΑΝΤΩΝΑΚΗ ΕΥΑΓΓΕΛΙΑ	60-64	ΟΦΗ	20"77	
ΠΛΟΥΜΗ ΑΡΓΥΡΩ	65-69	ΠΕΔΑΣ	26"50	

400m MEN

ΣΜΥΡΝΑΚΗΣ ΜΙΧΑΗΛ	50-54	ΠΕΔΑΣ	1'.03"
ΧΑΤΖΗΕΜΜΑΝΟΥΗΛ ΚΩΝ/ΝΟΣ	85-89	ΦΕΙΔΙΠΠΙΔΗΣ ΚΩ	1'.55"

400m WOMEN

ΡΟΚΑΚΗ ΑΙΚΑΤΕΡΙΝΗ	35-39	ΠΕΔΑΣ	1'.17"
-------------------	-------	-------	--------

1.500m MEN

ΜΙΧΕΛΑΚΑΚΗΣ ΣΤΕΛΙΟΣ	35-39		7'.00".31
ΦΙΛΑΝΔΑΡΑΚΗΣ ΜΙΧΑΛΗΣ	40-44		4'.47".09
ΠΑΠΑΓΙΑΝΝΑΚΗΣ ΓΕΩΡΓΙΟΣ	40-44		4'.53".15
ΑΝΥΦΑΝΤΑΚΗΣ ΑΛΕΞΑΝΔΡΟΣ	45-49	ΠΕΔΑΣ	4'.46".25
ΜΑΓΚΑΦΟΥΡΑΚΗΣ ΑΝ.	45-49	ΟΦΗ	4'.47".35
ΣΠΑΝΑΚΗΣ	45-49		6'.37".18
ΜΑΥΡΙΚΑΚΗΣ ΠΑΥΛΟΣ	50-54		6'.01".86
ΠΑΤΤΑΚΟΣ ΕΜΜΑΝΟΥΗΛ	55-59	ΠΕΔΑΣ	6'.44".64
ΚΟΤΡΩΝΑΚΗΣ ΓΕΩΡΓΙΟΣ	60-64		6'.07".71

## 1.500m WOMEN

ΤΡΟΥΛΗ ΜΑΡΙΑΝΝΑ	40-44		5'30".08	
ΤΟΛΙΑ ΓΙΑΝΝΑ	45-49		7'.43'.67	
ΠΛΟΥΜΗ ΑΡΓΥΡΩ	65-69	ΠΕΔΑΣ	10'.04".31	

## ΔΡΟΜΟΣ 80m ΜΕ ΕΜΠΟΔΙΑ WOMEN

ΛΥΚΟΥ ΦΑΝΗ	40-44	ΣΕΒΑΣ ΑΘΗΝΩΝ	15"16	NATIONAL RECORD
------------	-------	--------------	-------	-----------------

## ΔΡΟΜΟΣ 100m ΜΕ ΕΜΠΟΔΙΑ MEN

ΠΑΤΤΑΚΟΣ ΕΜΜΑΝΟΥΗΛ	55-59	ΠΕΔΑΣ	23"19	
--------------------	-------	-------	-------	--

## 3.000m WALK MEN

ΚΑΜΠΙΤΑΚΗΣ ΝΙΚΟΛΑΟΣ	50-54	ΟΦΗ	15'42".0	
ΚΥΡΔΗΜΟΣ ΙΩΑΝΝΗΣ	70-74	ΠΕΔΑΣ	19'.07.95	

## 3.000m WALK WOMEN

ΓΑΒΑΛΑΚΗ ΠΟΠΗ	50-54	ΑΣΕΔΑΣ	16'37"52	
ΠΛΟΥΜΗ ΑΡΓΥΡΩ	65-69	ΠΕΔΑΣ	ΑΚΥΡΩΘΗΚΕ	

## 3.000m MEN

ΜΙΧΕΛΑΚΑΚΗΣ ΣΤΕΛΙΟΣ	35-39		14'.50".80	
ΚΑΜΠΙΤΑΚΗΣ ΜΙΛΤΙΑΔΗΣ	50-54	ΟΦΗ	10'.21".79	NATIONAL RECORD
ΧΡΗΣΤΟΥ ΖΑΧΑΡΙΑΣ	50-54		14'.58".46	
ΣΑΡΙΔΑΚΗΣ ΙΩΑΝΝΗΣ	60-64	ΟΦΗ	10'.45".42	NATIONAL RECORD

## 3.000m WOMEN

ΒΟΓΙΑΤΖΗ ΔΗΜΗΤΡΑ	45-49	ΟΦΗ	12'.06".10	NATIONAL RECORD
ΦΡΑΓΚΑΚΗ ΛΕΝΑ	45-49	ΠΕΔΑΣ	14'.23".72	
ΜΠΕΛΑΔΑΚΗ ΑΝΤΩΝΙΑ	45-49	ΠΕΔΑΣ	15'.44".64	
ΤΣΑΧΑΚΗ ΑΡΙΑΔΝΗ	55-59	ΠΕΔΑΣ	17'.51"47	
ΝΟΙΚΟΚΥΡΑΚΗ ΕΛΕΝΗ	60-64	ΠΕΔΑΣ	18'.03"19	

## 5.000m MEN

ΡΗΓΑΣ ΘΕΜΙΣΤΟΚΛΗΣ	35-39	ΠΕΔΑΣ	22'.52".78
ΛΥΡΑΡΑΚΗΣ ΛΑΜΠΡΟΣ	35-39		24'.23".83
ΜΙΧΕΛΑΚΑΚΗΣ ΣΤΥΛΙΑΝΟΣ	35-39		27'.01".60
ΤΖΙΩΤΗΣ ΝΙΚΗΦΟΡΟΣ	40-44	ΟΦΗ	16'.48".01
ΠΑΠΑΔΑΚΗΣ ΔΗΜΗΤΡΗΣ	40-44		21'.11".57
ΑΘΑΝΑΣΑΚΗΣ ΘΩΜΑΣ	45-49	ΠΕΔΑΣ	19'.15".72
ΜΑΝΙΟΥΔΑΚΗΣ ΚΩΝ/ΝΟΣ	45-49		19'.06".60
ΓΙΑΝΝΑΚΑΚΗΣ ΝΙΚΟΣ	45-49		23'.38".45

## 5.000m WOMEN

ΛΥΡΑΡΑΚΗ ΑΙΚΑΤΕΡΙΝΗ	40-44	ΠΕΔΑΣ	23'.24".35
ΝΤΑΜΠΟΥΔΗ ΜΑΡΙΛΕΝΑ	40-44	ΠΕΔΑΣ	25'.07".63
ΥΓΡΟΠΟΥΛΟΥ ΕΙΡΗΝΗ	40-44	ΠΕΔΑΣ	29'.44".62
ΙΕΡΩΝΥΜΑΚΗ ΕΥΑ	60-64	ΠΕΔΑΣ	38'.33".61

## HAMMER WOMEN

ΚΥΠΑΡΙΣΣΗ ΑΓΓΕΛΙΚΗ	45-49	ΣΕΒΑΣΘ	23,00m	
ΠΟΛΟΜΑΡΚΑΚΗ ΜΑΡΙΑ	50-54	ΣΕΒΑΣ ΧΑΝΙΩΝ	35,63m	BALKAN RECORD
ΦΙΛΙΠΠΑΚΗ ΣΟΦΙΑ	55-59	ΣΕΒΑΣ ΑΘΗΝΩΝ	22,65m	

## HAMMER MEN

ΚΑΛΑΝΤΖΗΣ ΑΘΑΝΑΣΙΟΣ	60-64	ΣΕΒΑΣ ΠΕΙΡΑΙΑ	32,53m
---------------------	-------	---------------	--------

## JAVELIN WOMEN

ΚΥΠΑΡΙΣΣΗ ΑΓΓΕΛΙΚΗ	45-49	ΣΕΒΑΣΘ	17,10m
--------------------	-------	--------	--------

## JAVELIN MEN

ΦΑΝΑΡΤΖΗΣ ΙΜΠΡΑΗΜ	45-49	ΦΕΙΔΙΠΠΙΔΗΣ ΚΩ	45,00m
ΠΑΤΤΑΚΟΣ ΕΜΜΑΝΟΥΗΛ	55-59	ΠΕΔΑΣ	32,75m
ΠΛΟΥΜΙΣΤΟΣ ΑΝΤΡΕΑΣ	55-59	ΠΕΔΑΣ	39,59m
ΜΑΝΩΛΟΠΟΥΛΟΣ ΠΑΝΑΓΙΩΤΗΣ	65-69	ΣΕΒΑΣ ΑΘΗΝΩΝ	28,50m
ΜΠΕΛΑΔΑΚΗΣ ΑΛΚΙΒΙΑΔΗΣ	75-79	ΠΕΔΑΣ	10,29m

#### SHOT PUT WOMEN

ΚΥΠΑΡΙΣΣΗ ΑΓΓΕΛΙΚΗ	45-49		7,75m
ΠΟΛΟΜΑΡΚΑΚΗ ΜΑΡΙΑ	50-54	ΣΕΒΑΣ ΧΑΝΙΩΝ	9,61m
ΣΠΑΡΤΑΛΗ ΧΑΡΙΚΛΕΙΑ	50-54	ΣΕΒΑΣΘ	8,89m
ΜΟΥΡΑΤΙΔΟΥ ΜΑΡΙΑ	50-54	ΣΕΒΑΣΘ	8,11m
ΦΙΛΙΠΠΑΚΗ ΣΟΦΙΑ	55-59	ΣΕΒΑΣ ΑΘΗΝΩΝ	10,96m

#### SHOT PUT MEN

ΒΑΡΟΥΧΑΣ ΕΜΜΑΝΟΥΗΛ	35-39	ΓΕΗ	9,60m
ΓΙΑΝΝΑΔΑΚΗΣ ΝΙΚΟΣ	40-44	ΠΕΔΑΣ	10,23m
ΣΠΑΝΔΑΓΟΣ ΒΑΣΙΛΗΣ	40-44	ΟΚΑ ΑΡΚΑΔΙ	8,45m
ΦΑΝΑΡΤΖΗΣ ΙΜΠΡΑΗΜ	45-49	ΦΕΙΔΙΠΠΙΔΗΣ ΚΩ	12,47m
ΦΡΟΥΔΑΚΗΣ ΜΙΧΑΛΗΣ	55-59	ΠΕΔΑΣ	11,71m
ΔΕΔΕΣ ΓΡΗΓΟΡΗΣ	55-59	ΣΕΒΑΣ ΚΩΝ/ΤΩΝ	9,78m
ΒΑΡΟΥΧΑΣ ΓΕΩΡΓΙΟΣ	65-69	ΓΕΗ	8,08m
ΛΙΟΥΔΑΚΗΣ ΕΜΜΑΝΟΥΗΛ	70-74	ΠΕΔΑΣ	8,70m
ΜΠΕΛΑΔΑΚΗΣ ΑΛΚΙΒΙΑΔΗΣ	75-79	ΠΕΔΑΣ	5,52m
ΧΑΤΖΗΕΜΜΑΝΟΥΗΛ ΚΩΝ/ΝΟΣ	85-89	ΦΕΙΔΙΠΠΙΔΗΣ ΚΩ	5,52m

#### DISCUS MEN

ΒΑΡΟΥΧΑΣ ΕΜΜΑΝΟΥΗΛ	35-39	ΓΕΗ	33,00m
ΦΟΥΡΝΑΡΑΚΗΣ ΚΩΝ/ΝΟΣ	45-49	ΣΕΒΑΣ ΧΑΝΙΩΝ	38,27m
ΦΡΟΥΔΑΚΗΣ ΜΙΧΑΛΗΣ	55-59	ΠΕΔΑΣ	41,30m
ΒΑΡΟΥΧΑΣ ΓΕΩΡΓΙΟΣ	65-69	ΓΕΗ	26,45m
ΜΑΝΩΛΟΠΟΥΛΟΣ ΠΑΝΑΓΙΩΤΗΣ	65-69	ΣΕΒΑΣ ΑΘΗΝΩΝ	25,71m
ΛΙΟΥΔΑΚΗΣ ΕΜΜΑΝΟΥΗΛ	70-74	ΠΕΔΑΣ	23,86m

#### DISCUS WOMEN

ΠΟΛΟΜΑΡΚΑΚΗ ΜΑΡΙΑ	50-54	ΣΕΒΑΣ ΧΑΝΙΩΝ	29,62m
ΣΠΑΡΤΑΛΗ ΧΑΡΙΚΛΕΙΑ	50-54	ΣΕΒΑΣΘ	27,45m
ΦΙΛΙΠΠΑΚΗ ΣΟΦΙΑ	55-59	ΣΕΒΑΣ ΑΘΗΝΩΝ	24,30m

#### KRETAN STONE

ΣΠΑΝΔΑΓΟΣ ΒΑΣΙΛΗΣ	40-44	ΟΚΑ ΑΡΚΑΔΙ	10,40m
ΦΑΝΑΡΤΖΗΣ ΙΜΠΡΑΗΜ	45-49	ΦΕΙΔΙΠΠΙΔΗΣ ΚΩ	9,30m
ΦΡΟΥΔΑΚΗΣ ΜΙΧΑΛΗΣ	55-59	ΠΕΔΑΣ	13,06m
ΔΕΔΕΣ ΓΡΗΓΟΡΗΣ	55-59	ΣΕΒΑΣΚΩΝ/ΤΩΝ	10,31m
ΜΑΓΓΑΝΑΣ ΒΑΣΙΛΗΣ	60-64	ΑΟΠ ΦΑΛΗΡΟΥ	13,62m
ΚΩΝΣΤΑΝΤΟΠΟΥΛΟΣ ΝΙΚΟΣ	60-64	ΑΟΠ ΦΑΛΗΡΟΥ	9,81m

#### GREEK DISCUS

ΒΑΡΟΥΧΑΣ ΕΜΜΑΝΟΥΗΛ	35-39	ΓΕΗ	24.76m
ΦΟΥΡΝΑΡΑΚΗΣ ΚΩΝ/ΝΟΣ	45-49	ΣΕΒΑΣ ΧΑΝΙΩΝ	30.06m
ΜΑΓΓΑΝΑΣ ΒΑΣΙΛΗΣ	60-64	ΑΣΕΔΑΣ	30.56m
ΒΑΡΟΥΧΑΣ ΓΕΩΡΓΙΟΣ	65-69	ΓΕΗ	26.36m

#### LONG JUMP MEN

ΚΤΙΣΤΟΠΟΥΛΟΣ ΧΡΗΣΤΟΣ	50-54	ΠΑΣΥΔΑΣ	5.23m
ΠΛΟΥΜΙΣΤΟΣ ΑΝΤΡΕΑΣ	55-59	ΠΕΔΑΣ	4.35m
ΚΑΡΒΕΛΑΣ ΚΩΝ/ΝΟΣ	85-89	ΣΕΒΑΣ ΠΕΙΡΑΙΑ	2.14m

#### LONG JUMP WOMEN

ΛΥΚΟΥ ΦΑΝΗ	40-44	ΣΕΒΑΣ ΑΘΗΝΩΝ	4.78m	
ΜΟΥΡΑΤΙΔΟΥ ΜΑΡΙΑ	50-54	ΣΕΒΑΣΘ	4.04m	NATIONAL RECORD