



ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΔΗΜΟΚΡΑΤΙΑ  
ΥΠΟΥΡΓΕΙΟ ΠΑΙΔΕΙΑΣ,  
ΘΡΗΣΚΕΥΜΑΤΩΝ ΚΑΙ ΑΘΛΗΤΙΣΜΟΥ  
ΠΕΡΙΦΕΡΕΙΑΚΗ Δ/ΝΣΗ Π. & Δ. ΕΚΠ/ΣΗΣ  
ΑΤΤΙΚΗΣ  
Δ/ΝΣΗ ΔΕΥΤ/ΘΜΙΑΣ ΕΚΠ/ΣΗΣ ΠΕΙΡΑΙΑ  
ΦΥΣΙΚΗ ΑΓΩΓΗ

Ταχ. Δ/ση: Μαυρομιχάλη 3  
185 45, Πειραιάς  
Τηλέφωνα: 210 4114155, 210 4101184  
E-mail: [grfa@dide-peiraia.att.sch.gr](mailto:grfa@dide-peiraia.att.sch.gr)

Πειραιάς, 23 – 05 - 2024  
Αριθμ. Πρωτ.: 14908

ΠΡΟΣ:

Όλα τα Λύκεια, ΕΠΑ.Λ. και τα  
εξεταστικά κέντρα Δ/σης Δ.Ε.

Πειραιά

ΚΟΙΝ. :

1. Υ.ΠΑΙ.Θ.Α. -Δ/ση

Εξετάσεων και

Πιστοποιήσεων – τμήμα Α'

2. Περιφερειακή Δ/ση

Εκπ/σης Αττικής

3. Όλες τις Δ/σεις Δ/θμιας

Εκπ/σης

**ΘΕΜΑ: «Υγειονομική εξέταση και πρακτική δοκιμασία των υποψηφίων για  
τα Τ.Ε.Φ.Α.Α. ακαδημαϊκού έτους 2024-2025, Οδηγίες & Πρόγραμμα»**

Σχετ: 1. Φ.251/45855/Α5/30-4-2024/Υ.ΠΑΙ.Θ.Α., 2. Φ.251/48093/Α5/13-5-2024/Υ.ΠΑΙ.Θ.Α.,  
3. Φ.251/50787/Α5/17-5-2024/Υ.ΠΑΙ.Θ.Α

Σας αποστέλλουμε οδηγίες για τους υποψήφιους για τα Τ.Ε.Φ.Α.Α. ακαδημαϊκού έτους  
2024-2025 που επιθυμούν να εξεταστούν από την Επιτροπή της Διεύθυνσης  
Δευτεροβάθμιας Εκπαίδευσης Πειραιά.

#### ***Α. Ημερομηνίες κατάθεσης δικαιολογητικών και διεξαγωγής εξετάσεων***

Η υγειονομική εξέταση και πρακτική δοκιμασία (αγωνίσματα) των υποψηφίων για τα  
Τ.Ε.Φ.Α.Α. θα διεξαχθούν από τη **Δευτέρα 17 Ιουνίου 2024 μέχρι και την Παρασκευή 28  
Ιουνίου 2024** (εκτός Σαββάτου, Κυριακής και αργίας Αγ. Πνεύματος) σύμφωνα με το  
επισυναπτόμενο πρόγραμμα (Πίνακας 2).

## ***B. Τόπος κατάθεσης δικαιολογητικών και υγειονομικής εξέτασης***

**Δημοτικό Κλειστό Γυμναστήριο Δήμου Κορυδαλλού «Θεόδωρος Πούτος» (Διεύθυνση: Σολωμού,18122, Κορυδαλλός – έναντι φυλακών, [ΧΑΡΤΗΣ](#))**

Οι ημερομηνίες και ώρες προσέλευσης των υποψηφίων για τα Τ.Ε.Φ.Α.Α. στον χώρο κατάθεσης δικαιολογητικών και υγειονομικής εξέτασης αναγράφονται στο πρόγραμμα του **Πίνακα 1**.

**Επισημαίνεται ότι για την αποφυγή συγχρωτισμού και την ομαλή διεξαγωγή της υγειονομικής εξέτασης των υποψηφίων, θα τηρηθεί αυστηρά το πρόγραμμα** προσέλευσης των υποψηφίων για την κατάθεση των δικαιολογητικών. Αναπροσαρμογή του προγράμματος προσέλευσης για την κατάθεση των δικαιολογητικών προβλέπεται μόνο **για τους υποψήφιους των ΕΠΑΛ** που εξετάζονται ως τις 17 Ιουνίου, **τους υποψήφιους που συμμετέχουν στις εξετάσεις ειδικών μαθημάτων** από 17 έως και 28 Ιουνίου, καθώς και σε άλλες εξαιρετικές και έκτακτες περιπτώσεις, προσκομίζοντας την ανάλογη βεβαίωση.

Η κατάθεση των δικαιολογητικών θα γίνει σύμφωνα **με τον τελευταίο αριθμό του κωδικού υποψηφίου**, ο οποίος αναγράφεται στο δελτίο εξεταζομένου που θα του χορηγηθεί από το Λύκειό του.

**Πίνακας 1.** Ημερομηνίες και ώρες προσέλευσης των υποψηφίων για κατάθεση δικαιολογητικών και υγειονομική εξέταση.

| <b>Ημερομηνία</b>       | <b>Ώρα προσέλευσης</b> | <b>Τελευταίος αριθμός κωδικού υποψηφίου</b> |
|-------------------------|------------------------|---------------------------------------------|
| Δευτέρα 17 Ιουνίου 2024 | 07:30 – 10:30          | 1-3 (αγόρια – κορίτσια)                     |
| Δευτέρα 17 Ιουνίου 2024 | 10:30 – 12:30          | 4-5 (αγόρια – κορίτσια)                     |
| Τρίτη 18 Ιουνίου 2024   | 07:30 – 10:30          | 6-8 (αγόρια – κορίτσια)                     |
| Τρίτη 18 Ιουνίου 2024   | 10:30 – 12:30          | 9-0 (αγόρια – κορίτσια)                     |

## ***Γ. Απαραίτητα δικαιολογητικά***

Οι υποψήφιοι κατά την προσέλευσή τους στον χώρο κατάθεσης δικαιολογητικών και υγειονομικής εξέτασης, πρέπει απαραίτητα να έχουν μαζί τους τα εξής δικαιολογητικά :

- 1. Δύο (2) μικρές, πρόσφατες και όμοιες φωτογραφίες.**

2. Το **Δελτίο εξεταζομένου** που χορηγείται από το Λύκειό του και αναγράφεται ο κωδικός αριθμός του υποψηφίου.
  3. Το **Δελτίο Αστυνομικής ταυτότητας ή το Διαβατήριο ή άλλο έγγραφο αποδεικτικό της ταυτότητας του υποψηφίου.**
  4. **Ακτινογραφία θώρακα** από Νοσηλευτικό Ίδρυμα του Δημοσίου ή Ν.Π.Δ.Δ. ή Ιατρό του Δημοσίου ή Ιδιώτη Ιατρό, **με σχετική γνωμάτευση.**
  5. **Βεβαίωση οπτικής οξύτητας** από Νοσηλευτικό Ίδρυμα του Δημοσίου ή Ν.Π.Δ.Δ. ή Ιατρό του Δημοσίου ή Ιδιώτη Ιατρό.
  6. **Καρδιογράφημα** από Νοσηλευτικό Ίδρυμα του Δημοσίου ή Ν.Π.Δ.Δ. ή Ιατρό του Δημοσίου ή Ιδιώτη Ιατρό, **με σχετική γνωμάτευση.**
- (ΟΙ ΙΑΤΡΙΚΕΣ ΕΞΕΤΑΣΕΙΣ ΙΣΧΥΟΥΝ ΓΙΑ ΕΞΙ [6] ΜΗΝΕΣ ΑΠΟ ΤΗΝ ΗΜΕΡΟΜΗΝΙΑ ΕΚΔΟΣΗΣ ΤΟΥΣ.)**
7. Οι υποψήφιοι πρέπει να έχουν μαζί τους **δικό τους στυλό** για τη συμπλήρωση των σχετικών εγγράφων, καθώς για λόγους υγιεινής δεν θα διατίθεται κοινόχρηστο υλικό.

Οι υποψήφιοι δηλώνουν στην Επιτροπή Υγειονομικής Εξέτασης και Πρακτικής Δοκιμασίας τα **τρία (3)** από τα **τέσσερα (4)** αγωνίσματα στα οποία επιθυμούν να εξετασθούν. Η δήλωση αυτή δεν μπορεί να τροποποιηθεί κατά τη διάρκεια εξέτασης των αγωνισμάτων.

Όσον αφορά τις **ιατρικές εξετάσεις** που καλούνται να προσκομίσουν οι υποψήφιοι στις Επιτροπές, μπορούν να καταθέσουν είτε: **Α)** Βεβαίωση οπτικής οξύτητας, καρδιογράφημα και ακτινογραφία θώρακος (όπως αναφέρεται παραπάνω), είτε **Β)** Αντίγραφο Δελτίου Υγειονομικής Εξέτασης, είτε **Γ)** Βεβαίωση Ικανότητας. Σημειώνεται ότι οι περιπτώσεις Β και Γ πρέπει να αναγράφουν ότι ο υποψήφιος έχει κριθεί ικανός – κατάλληλος από τις **αρμόδιες Υγειονομικές Επιτροπές των Στρατιωτικών Σχολών ή των Αστυνομικών Σχολών ή των Σχολών Πυροσβεστικής Ακαδημίας ή των Σχολών Λιμενικού Σώματος Ελληνικής Ακτοφυλακής.**

Η ημερομηνία εξέτασης των πρακτικών δοκιμασιών των υποψηφίων καθορίζεται κατά τη διάρκεια κατάθεσης των δικαιολογητικών με βάση το ακόλουθο πρόγραμμα (**Πίνακας 2**).

**Πίνακας 2.** Πρόγραμμα υγειονομικής εξέτασης και πρακτικής δοκιμασίας υποψηφίων  
Τ.Ε.Φ.Α.Α. 2024

| ΔΙΕΥΘΥΝΣΗ ΔΕΥΤΕΡΟΒΑΘΜΙΑΣ ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗΣ ΠΕΙΡΑΙΑ<br>ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΥΓΕΙΟΝΟΜΙΚΗΣ ΕΞΕΤΑΣΗΣ & ΠΡΑΚΤΙΚΗΣ ΔΟΚΙΜΑΣΙΑΣ ΥΠΟΨΗΦΙΩΝ Τ.Ε.Φ.Α.Α. 2024<br>ΤΗΛ. ΕΠΙΚΟΙΝΩΝΙΑΣ ΦΥΣΙΚΗΣ ΑΓΩΓΗΣ: 210 4101184, 210 4114155 |                             |                                                                          |                                                                                 |                                                                                                             |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------|--------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| ΥΓΕΙΟΝΟΜΙΚΗ ΕΞΕΤΑΣΗ &<br>ΚΑΤΑΘΕΣΗ ΔΙΚΑΙΟΛΟΓΗΤΙΚΩΝ<br>ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΚΛΕΙΣΤΟ ΓΥΜΝΑΣΤΗΡΙΟ<br>ΚΟΡΥΔΑΛΛΟΥ<br>«ΘΕΟΔΩΡΟΣ ΠΟΥΤΟΣ»<br>ΣΟΛΩΜΟΥ (ΕΝΑΝΤΙ ΦΥΛΑΚΩΝ),<br>ΚΟΡΥΔΑΛΛΟΣ                                |                             | ΑΓΩΝΙΣΜΑΤΑ<br>ΣΤΙΒΟΥ<br>Δ.Α.Κ.<br>ΚΟΡΥΔΑΛΛΟΥ,<br>ΠΛΑΤΑΙΩΝ,<br>ΚΟΡΥΔΑΛΛΟΣ | ΑΓΩΝΙΣΜΑΤΑ<br>ΣΤΙΒΟΥ<br>Ε.Α.Κ.Ν.<br>ΑΓ. ΚΟΣΜΑΣ<br>Λ. ΠΟΣΕΙΔΩΝΟΣ<br>26, ΕΛΛΗΝΙΚΟ | ΚΟΛΥΜΒΗΣΗ<br>ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΚΛΕΙΣΤΟ<br>ΚΟΛΥΜΒΗΤΗΡΙΟ<br>ΝΙΚΑΙΑΣ «ΔΑΚ<br>ΠΛΑΤΩΝ» ΠΕΤΡΟΥ<br>ΡΑΛΛΗ & ΘΗΒΩΝ,<br>ΝΙΚΑΙΑ |
| ΗΜΕΡ/ΝΙΑ                                                                                                                                                                                       | ΚΑΤΑΘΕΣΗ<br>ΔΙΚΑΙΟΛΟΓΗΤΙΚΩΝ | ΣΦΑΙΡΑ-ΜΗΚΟΣ<br>(αγόρια - κορίτσια)                                      | ΔΡΟΜΟΙ (200μ)<br>(αγόρια -<br>κορίτσια)                                         | ΚΟΛΥΜΒΗΣΗ (50μ)<br>(αγόρια - κορίτσια)                                                                      |
| <b>ΔΕΥΤΕΡΑ</b><br>17-06-2024                                                                                                                                                                   | 07:30 – 12:30               | 09:00 – 12:30                                                            | -----                                                                           | -----                                                                                                       |
| <b>ΤΡΙΤΗ</b><br>18-06-2024                                                                                                                                                                     | 07:30 – 12:30               | -----                                                                    | 07:30 – 10:30                                                                   | -----                                                                                                       |
| <b>ΤΕΤΑΡΤΗ</b><br>19-06-2024                                                                                                                                                                   | 07:30 – 11:30               | 11:00 – 12:30                                                            | -----                                                                           | 07:30 – 10:30                                                                                               |
| <b>ΠΕΜΠΤΗ</b><br>20-06-2024                                                                                                                                                                    | 07:30 – 11:30               | 07:30 – 12:30                                                            | -----                                                                           | -----                                                                                                       |
| <b>ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ</b><br>21-06-2024                                                                                                                                                                 | 07:30 – 11:30               | -----                                                                    | 07:30 – 10:30                                                                   | -----                                                                                                       |
| <b>ΤΡΙΤΗ</b><br>25-06-2024                                                                                                                                                                     | 07:30 – 11:30               | 11:00 – 12:30                                                            | -----                                                                           | 07:30 – 10:30                                                                                               |
| <b>ΤΕΤΑΡΤΗ</b><br>26-06-2024                                                                                                                                                                   | 07:30 – 11:30               | 07:30 – 12:30                                                            | -----                                                                           | -----                                                                                                       |
| <b>ΠΕΜΠΤΗ</b><br>27-06-2024                                                                                                                                                                    | 07:30 – 11:30               | -----                                                                    | 07:30 – 10:30                                                                   | -----                                                                                                       |
| <b>ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ</b><br>28-06-2024                                                                                                                                                                 | <b>ΕΚΚΡΕΜΟΤΗΤΕΣ</b>         |                                                                          |                                                                                 |                                                                                                             |

#### **Δ. Οδηγίες προς τους υποψηφίους των νησιωτικών περιοχών και της περιφέρειας**

Οι υποψήφιοι των νησιωτικών περιοχών και της περιφέρειας που επιθυμούν να εξεταστούν από την Επιτροπή της ΔΔΕ Πειραιά **πρέπει να επικοινωνούν με τη Φυσική Αγωγή της Δ/σης Δ/θμιας Εκπ/σης Πειραιά – Τηλέφωνα επικοινωνίας: 210 4114155, 210 4101184, email:[grfa@dide-peiraia.att.sch.gr](mailto:grfa@dide-peiraia.att.sch.gr)** ώστε να προγραμματίζονται οι ημέρες και ώρες προσέλευσης και εξέτασής τους.

## ***E. Τόπος Πρακτικής Δοκιμασίας***

### **1. ΓΙΑ ΤΟΝ ΣΤΙΒΟ:**

#### **α. 200 μ (αγόρια – κορίτσια)**

Ε.Α.Κ.Ν. Αγ. Κοσμάς (Διεύθυνση: Λ. Ποσειδώνος 26, Ελληνικό, [ΧΑΡΤΗΣ](#))

#### **β. Μήκος & Σφαίρα :**

Δ.Α.Κ. Κορυδαλλού (Πλησίον του Κλειστού Γυμναστηρίου «Θεόδωρος Πούτος»

Διεύθυνση: Πλαταιών, 18122, Κορυδαλλός, [ΧΑΡΤΗΣ](#))

### **2. ΓΙΑ ΤΗΝ ΚΟΛΥΜΒΗΣΗ:**

Δημοτικό Κλειστό Κολυμβητήριο Νίκαιας «ΔΑΚ Πλάτων» (Διεύθυνση: Πέτρου Ράλλη και Θηβών, Νίκαια, [ΧΑΡΤΗΣ](#))

## ***Στ. Πληροφορίες και λοιπά στοιχεία***

1. Οι χώροι κατάθεσης δικαιολογητικών, υγειονομικής εξέτασης και πρακτικής δοκιμασίας είναι χώροι εξεταστικού κέντρου Πανελλαδικών Εξετάσεων και γι' αυτόν τον λόγο απαγορεύεται αυστηρά η είσοδος οποιουδήποτε άλλου ατόμου εκτός των εξεταζόμενων και των μελών των Επιτροπών.
2. **Δεν επιτρέπεται η εξέταση του υποψηφίου σε περισσότερες από μία (1) Επιτροπές.**
3. Οι υποψήφιοι κατά τη διάρκεια των πρακτικών δοκιμασιών πρέπει να έχουν μαζί τους:
  - Α. Καπέλο
  - Β. Νερό (δεν υπάρχει πρόσβαση σε κυλικείο)
  - Γ. Πετσέτα
  - Δ. Σκουφάκι και σαγιονάρες (υποχρεωτικά για το κολυμβητήριο)
  - Ε. Στυλό, για τη συμπλήρωση και υπογραφή των αναγκαίων εντύπων.

Ο ΔΙΕΥΘΥΝΤΗΣ ΤΗΣ Δ.Ε. ΠΕΙΡΑΙΑ

Διονύσιος Αναστασόπουλος Δρ.  
Φιλολόγος

**ΑΓΩΝΙΣΜΑΤΑ ΑΡΡΕΝΩΝ**

| ΒΑΘΜΟΙ | ΔΡΟΜΟΣ 200μ.  | ΑΛΜΑ ΣΕ ΜΗΚΟΣ   | ΣΦΑΙΡΟΒΟΛΙΑ<br>βάρος σφαίρας 6κ. | ΚΟΛΥΜΒΗΣΗ<br>50μ. Ελεύθερο |
|--------|---------------|-----------------|----------------------------------|----------------------------|
| 20     | μέχρι 25"     | 6.20μ. και άνω  | 14μ. και άνω                     | Μέχρι 29"                  |
| 19     | 25"01 - 25"50 | 6.19μ.-6.05μ.   | 13.99μ.-13.60μ.                  | 29"01 - 30"00              |
| 18     | 25"51 - 26"00 | 6.04μ.-5.90μ.   | 13.59μ.-13.20μ.                  | 30"01 -31"00               |
| 17     | 26"01 - 26"50 | 5.89μ.-5.75μ.   | 13.19μ.-12.80μ.                  | 31"01 -32"00               |
| 16     | 26"51 - 27"00 | 5.74μ.-5.60μ.   | 12.79μ.-12.40μ.                  | 32"01 - 33"00              |
| 15     | 27"01 - 27"50 | 5.59μ.-5.45μ.   | 12.39μ.-12.00μ.                  | 33"01 - 34"00              |
| 14     | 27"51 - 28"00 | 5.44μ.-5.30μ.   | 11.99μ.-11.60μ.                  | 34"01 - 35"00              |
| 13     | 28"01 - 28"50 | 5.29μ.-5.15μ.   | 11.59μ.-11.20μ.                  | 35"01 - 36"00              |
| 12     | 28"51 - 29"00 | 5.14μ.-5.00μ.   | 11.19μ.-10.80μ.                  | 36"01 - 37"00              |
| 11     | 29"01 - 29"50 | 4.99μ.-4.85μ.   | 10.79μ.-10.40μ.                  | 37"01 - 38"00              |
| 10     | 29"51 - 30"00 | 4.84μ.-4.70μ.   | 10.39μ. - 10.00μ.                | 38"01 - 39"00              |
| 9      | 30"01 - 30"50 | 4.69μ.-4.55μ.   | 9.99μ.-9.60μ.                    | 39"01 -40"00               |
| 8      | 30"51 -31"00  | 4.54μ.-4.40μ.   | 9.59μ.-9.20μ.                    | 40"01 -41"00               |
| 7      | 31"01 -31"50  | 4.39μ.-4.25μ.   | 9.19μ.-8.80μ.                    | 41"01 -42"00               |
| 6      | 31"51 -32"00  | 4.24μ.-4.10μ.   | 8.79μ.-8.40μ.                    | 42"01 -43"00               |
| 5      | 32"01 - 32"50 | 4.09μ.-3.95μ.   | 8.39μ.-8.00μ.                    | 43"01 -44"00               |
| 4      | 32"51 - 33"00 | 3.94μ.-3.80μ.   | 7.99μ.-7.60μ.                    | 44"01 -45"00               |
| 3      | 33"01 - 33"50 | 3.79μ.-3.65μ.   | 7.59μ.-7.20μ.                    | 45"01 -46"00               |
| 2      | 33"51 - 34"00 | 3.64μ.-3.50μ.   | 7.19μ-6.80μ.                     | 46"01-47"00                |
| 1      | 34"01 - 34"50 | 3.49μ.-3.35μ.   | 6.79-6.40μ.                      | 47"01 -48"00               |
| 0      | 34"51 και άνω | 3.34μ. και κάτω | 6.39μ. και κάτω                  | 48"01 και άνω              |

**ΑΓΩΝΙΣΜΑΤΑ ΘΗΛΕΩΝ**

| ΒΑΘΜΟΙ | ΔΡΟΜΟΣ<br>200μ. | ΑΛΜΑ ΣΕ<br>ΜΗΚΟΣ | ΣΦΑΙΡΟΒΟΛΙΑ<br>βάρος σφαίρας 4κ. | ΚΟΛΥΜΒΗΣΗ<br>50μ. Ελεύθερο |
|--------|-----------------|------------------|----------------------------------|----------------------------|
| 20     | Μέχρι 29"       | 5.15μ. και άνω   | 11μ. και άνω                     | έως 31"                    |
| 19     | 29"01 – 29"50   | 5.14μ. – 5.00μ.  | 10.99μ. – 10.60μ.                | 31"01 – 32"00              |
| 18     | 29"51 – 30"00   | 4.99μ. – 4.85μ.  | 10.59μ. – 10.20μ.                | 32"01 – 33"00              |
| 17     | 30"01 – 30"50   | 4.84μ. – 4.70μ.  | 10.19μ. – 9.80μ.                 | 33"01 – 34"00              |
| 16     | 30"51 – 31"00   | 4.69μ. – 4.55μ.  | 9.79μ. – 9.40μ.                  | 34"01 – 35"00              |
| 15     | 31"01 – 31"50   | 4.54μ. – 4.40μ.  | 9.39μ. – 9.00μ.                  | 35"01 – 36"00              |
| 14     | 31"51 – 32"00   | 4.39μ. – 4.25μ.  | 8.99μ. – 8.60μ.                  | 36"01 – 37"00              |
| 13     | 32"01 – 32"50   | 4.24μ. – 4.10μ.  | 8.59μ. – 8.20μ.                  | 37"01 – 38"00              |
| 12     | 32"51 – 33"00   | 4.09μ. – 3.95μ.  | 8.19μ. – 7.80μ.                  | 38"01 – 39"00              |
| 11     | 33"01 – 33"50   | 3.94μ. – 3.80μ.  | 7.79μ. – 7.40μ.                  | 39"01 – 40"00              |
| 10     | 33"51 – 34"00   | 3.79μ. – 3.65μ.  | 7.39μ. – 7.00μ.                  | 40"01 – 41"00              |
| 9      | 34"01 – 34"50   | 3.64μ. – 3.50μ.  | 6.99μ. – 6.60μ.                  | 41"01 – 42"00              |
| 8      | 34"51 – 35"00   | 3.49μ. – 3.35μ.  | 6.59μ. – 6.20μ.                  | 42"01 – 43"00              |
| 7      | 35"01 – 35"50   | 3.34μ. – 3.20μ.  | 6.19μ. – 5.80μ.                  | 43"01 – 44"00              |
| 6      | 35"51 – 36"00   | 3.19μ. – 3.05μ.  | 5.79μ. – 5.40μ.                  | 44"01 – 45"00              |
| 5      | 36"01 – 36"50   | 3.04μ. – 2.90μ.  | 5.39μ. – 5.00μ.                  | 45"01 – 46"00              |
| 4      | 36"51 – 37"00   | 2.89μ. – 2.75μ.  | 4.99μ. – 4.60μ.                  | 46"01 – 47"00              |
| 3      | 37"01 – 37"50   | 2.74μ. – 2.60μ.  | 4.59μ. – 4.20μ.                  | 47"01 – 48"00              |
| 2      | 37"51 – 38"00   | 2.59μ. – 2.45μ.  | 4.19μ. – 3.80μ.                  | 48"01 – 49"00              |
| 1      | 38"01 – 38"50   | 2.44μ. – 2.30μ.  | 3.79μ. – 3.40μ.                  | 49"01 – 50"00              |
| 0      | 38"51 και άνω   | 2.29μ. και κάτω  | 3.39μ. και κάτω                  | 50"01 και άνω              |