

ΑΓΩΝΙΣΤΙΚΟΣ ΑΠΟΛΟΓΙΣΜΟΣ 2020 - ΤΜΗΜΑΤΟΣ ΣΤΙΒΟΥ ΓΑΣ ΧΟΛΑΡΓΟΥ

Με τον καλύτερο τρόπο έκλεισε η φετινή πολύ δύσκολη σαιζόν για τον σύλλογό μας!!! Μέσα από μια επεισοδιακή φετινή προετοιμασία, με δίμηνη αποχή από προπονήσεις και μέσα σε μία πρωτόγνωρη συγκυρία με εφαρμογή κανόνων και πρωτοκόλλων για την διασφάλιση της υγείας, με μόνο 20 αθλητές και αθλήτριες ανά αγώνισμα να προκρίνονται από όλη την Ελλάδα στα Πανελλήνια Πρωταθλήματα ανοιχτού στίβου και μετά από πολλές περιπέτειες ... Ήρθε η διάκριση να επισφραγίσει την προσπάθεια όλων μας αλλά κυρίως των αθλητών μας!!!

ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΟ ΠΡΩΤΑΘΛΗΜΑ ΔΡΟΜΟΥ ΣΕ ΑΝΩΜΑΛΟ ΕΔΑΦΟΣ, ΤΡΙΚΑΛΑ 23-2-2020

Με 4 αθλήτριες και 2 αθλητές συμμετείχε ο σύλλογος μας στο Πανελλήνιο πρωτάθλημα ανωμάλου δρόμου στην πόλη των Τρικάλων!!

Όλοι οι αθλητές μας συμμετείχαν για πρώτη φορά σε Πανελλήνιο ανωμάλου και παρόλα αυτά σημείωσαν πολύ καλές επιδόσεις αλλά πάνω απ' όλα απέκτησαν πλούσιες εμπειρίες που θα τους βοηθήσουν στο μέλλον να πάνε ακόμα καλύτερα!!!

Αναλυτικά αποτελέσματα.

Κατηγορία Κ16 Κορίτσια/3000μ.

Κονταξοπούλου Ζηνοβία 12'28"

Κανελλοπούλου Έφη 13'56"

Μίχα Ιφιγένεια 14'20"

Κατηγορία Κ16 Αγόρια/4000μ.

Τσαγκάς Κων/νος 15'04"

Πετροπαναγιωτάκης Μιχάλης 15'20"

Κατηγορία Κ18 Κορίτσια/4000μ.

Χουδελουδη Χρυσή 18'32"

ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΟ ΠΡΩΤΑΘΛΗΜΑ ΚΛΕΙΣΤΟΥ ΣΤΙΒΟΥ Α/Γ 2020, ΣΕΦ 28-29/2/2020

Ένα **Χάλκινο μετάλλιο**, **δύο 4^{ες} θέσεις**, μια **5^η θέση**, **δύο συμμετοχές σε τελικούς**, ισοφάριση προηγούμενων **ρεκόρ** και επίτευξη νέων είναι ο απολογισμός της συμμετοχής των **αθλητών και αθλητριών του ΓΑΣ Χολαργού στο Πανελλήνιο Πρωτάθλημα Κλειστού Στίβου 2020.**

Ο **Γιώργος Λεκκός** για **τρίτη συνεχόμενη χρονιά** ανέβηκε στο βάθρο των νικητών, κατακτώντας το **χάλκινο μετάλλιο** στο αγώνισμα των 200μ. με επίδοση 21"93 (ισοφάριση ατομικού του ρεκόρ κλειστού στίβου) και μάλιστα σε έναν δύσκολο τελικό, αποδεικνύοντας ότι δίκαια βρίσκεται στη κορυφή!!!

Η **Ευαγγελία Βαρβάρα** πήρε την **4η θέση** στο πένταθλο με 3104 βαθμούς (ατομικό ρεκόρ) **αγωνιζόμενη με σύσπαση στη γάμπα μόλις από το 2ο αγώνισμα** του προγράμματος!!!!

Πρόκριση στον τελικό των 60μ για τους πρωταθλητές μας **Τάσο Δαμίρη** (χρόνος 7"07) και **Γιάννη Ζαχαρία** (χρόνος 7"11) στον οποίο κατέλαβαν τη 10η και τη 12η θέση αντίστοιχα

Η ομάδα της σκυταλοδρομίας **4 x 400μ.των ανδρών**, αποτελούμενη από τους Γιάννη **Ζαχαρία**, Κώστα **Κουτσούμπα**, Γιώργο **Τσιρούλη** και Διονύση **Ζήκα** κατέλαβε την **5η θέση** με την **καταπληκτική επίδοση 3'25"96** (μεγάλο ρεκόρ συλλόγου).

Η ομάδα της σκυταλοδρομίας **4 x 400μ.των γυναικών** αποτελούμενη από τις Ναυσικά **Μπογδάνη**, Γιώτα **Ξενάκη**, Μαρία **Αντωνοπούλου** και Χρυσή **Χουδελούδη** (και οι τέσσερις ανήκουν στην κατηγορία K18 των κορασιδών) κατέλαβε **την 4η θέση** με την **πολύ καλή επίδοση 4'33"76!!**

στα πρωινά προκριματικά

στα 400μ ο Γιώργος Τσιρούλης πέτυχε 51"10 (πολύ μεγάλο ατομικό ρεκόρ) και ο Διονύσης Ζήκας 52"11

στα 60μ. οι Κώστας Κουτσούμπας 7"32, Ευαγγελία Συργκάνη 8"31 και Ζωή Λιούγκου 8"59

στα 200μ. πήραν μέρος ο Ζαχαρίας Γιάννης με 22"80, ο Βλάχος Βασίλης 22"94, ο Κουτσούμπας Κωνσταντίνος 22"98 και η κορασίδα Μπογδάνη Ναυσικά 28"00(μεγάλο ατομικό ρεκόρ!!!).

ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΟ ΠΡΩΤΑΘΛΗΜΑ ΠΠΑ'-ΠΚΑ'(Κ16) 4ος ΟΜΙΛΟΣ ΚΥΡΙΑΚΗ 12/7/2020 (ΑΓΙΟΣ ΚΟΣΜΑΣ)

Με 3 αθλήτριες συμμετείχε ο σύλλογος μας στον 4ο όμιλο του Πανελληνίου πρωταθλήματος!!

Η **Κονταξοπούλου Ζηνοβία**, η **Μίχα Ιφιγένεια** και η **Κανελλόπουλου Έφη** πήραν μέρος στη σκυταλοδρομία 3Χ1200μ. καταλαμβάνοντας την 9η θέση με την πολύ καλή επίδοση 14'41"60!!!

ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΟ ΠΡΩΤΑΘΛΗΜΑ ΠΑΙΔΩΝ-ΚΟΡΑΣΙΔΩΝ- Κ18 -ΛΑΡΙΣΑ;::

Ο αθλητής μας **Γιάννης Ψαθάκης** κέρδισε την πρόκριση και την συμμετοχή στο αγώνισμα των 100μ αλλά στάθηκε άτυχος διότι κατά την διάρκεια του αγώνα τραυματίστηκε και δεν τερμάτισε. Οριακά εκτός (αλλά στη λίστα των επιλαχόντων) βρέθηκαν ο Φάνης Μαυροδοντης (4ος επιλαχών στη σφαιροβολία) και οι σκυτάλες των κοριτσιών 4Χ100μ. (4η επιλαχούσα ομάδα) 4Χ400 (5η επιλαχούσα ομάδα)..

ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΟ ΠΡΩΤΑΘΛΗΜΑ Α/Γ (ΠΑΤΡΑ 8-9/8/2020)

Ένα **Χάλκινο μετάλλιο**, μια **7η θέση** και **συμμετοχές με** 4 αθλητές να έχουν κερδίσει την πρόκριση στα 100μ, 2 αθλητές στα 200μ, 1 αθλήτρια στα 100μ με εμπόδια και με τις δυο ομάδες της σκυταλοδρομίας 4 x 100μ και ανδρών και γυναικών - όπου συμμετείχαν συνολικά μόνο οι 20 καλύτεροι από όλη την Ελλάδα σύμφωνα με τους νέους κανονισμούς λόγω covid-19- είναι ο απολογισμός της συμμετοχής των **αθλητών και αθλητριών του ΓΑΣ Χολαργού στο Πανελλήνιο Πρωτάθλημα Α/Γ 2020.**

Αναλυτικά:

Η ομάδα της σκυταλοδρομίας 4 x 100 των Ανδρών (Ζαχαρίας-Κουτσούμπας-Λεκκός-Δαμίρης) παρέμεινε στις κορυφαίες θέσεις αφού πήρε το χάλκινο μετάλλιο με χρόνο 41"95 ενώ η αντίστοιχη ομάδα 4 x 100 των γυναικών (Λιούγκου-Σκολαρίκου-Παπακωστοπούλου-Βαρβάρα) κατέλαβε την 7η θέση στην Ελλάδα με χρόνο 50'47!!!

Αναλυτικά τα αποτελέσματα:

Βαρβάρα Ευαγγελία 100μ. Εμπόδια 15"44 και 13η στην Ελλάδα.

Δαμίρης Αναστάσιος 100μ. 11"05 και 10ος στην Ελλάδα.

Ζαχαρίας Γιάννης 100μ. 11"24 και 12ος στην Ελλάδα.

Λεκκός Γιώργος - ακυρώθηκε άδικα στα 100μ. λόγω εσφαλμένης εκκίνησης ενώ δεν πήρε μέρος στα 200μ. λόγω τραυματισμού στη διάρκεια της σκυταλοδρομίας 4 x 100μ

Βλάχος Βασίλης δεν συμμετείχε λόγω τραυματισμού

ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΟ ΠΡΩΤΑΘΛΗΜΑ ΣΥΝΘΕΤΩΝ ΑΓΩΝΙΣΜΑΤΩΝ ΠΑΤΡΑ 10-11/8/2020

Με την μεγάλη εμφάνιση της **Βαρβάρας Ευαγγελίας** στο Πανελλήνιο Πρωτάθλημα Σύνθετων Αγωνισμάτων ολοκληρώθηκε αυτή η πραγματικά ιδιαίτερη σαιζόν.

10η στην Ελλάδα!! με 6 απο τα 7 αγωνίσματα βαθμολογημένα!! αφού στο 1ο αγώνισμα (100μ με εμπόδια) δεν βαθμολογήθηκε λόγω πτώσης. Βαθμοί: 3422! Μπράβο σου Ευαγγελία μας!!

Συγχαρητήρια σε όλα τα παιδιά του συλλόγου μας που πήραν μέρος στα Πανελλήνια Πρωτάθληματα 2020, για τις επιδόσεις τους, τις θέσεις που κατέλαβαν και πάνω απ' όλα για τη **νοοτροπία νικητή αλλά και το γνωστό ήθος τους, χαρακτηριστικά που αντιπροσωπεύουν τον ΓΑΣ Χολαργού!!!!**

Συγχαρητήρια και στους άξιους προπονητές μας, Καλοχέρη Όλγα, Καλτζίδη Ανέστη, Βανταράκη Αντώνη και Κοκορέση Κώστα έναν από τους καλύτερους προπονητές ταχυτήτων στην Ελλάδα και μαέστρο στις σκυτάλες!!!

Ένα **μεγάλο ευχαριστώ στους γονείς** των παιδιών που πάντα κοντά στους αθλητές και τις αθλήτριες μας όπως και στον σύλλογο

Ένα **τεράστιο ευχαριστώ στον φυσικοθεραπευτή της αγωνιστικής ομάδας στίβου του ΓΑΣΧ, Τσίγκανο Χρήστο** για την **πολύτιμη φροντίδα αλλά και την αγάπη** με την οποία περιβάλλει του αθλητές και αθλήτριες μας.