



## ΕΒΔΟΜΑΔΙΑΙΟ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΠΡΟΠΟΝΗΣΕΩΝ



	ΔΕΥΤΕΡΑ		ΤΡΙΤΗ		ΤΕΤΑΡΤΗ		ΠΕΜΠΤΗ		ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ	
16:30	2011	16:30	2014	16:30	2015	16:30	2013	16:30	2011	
17:30	2010	17:30	2013	17:45	2014	17:45	2012	17:45	2010	
18:30	ΠΑΙΔΙΚΟ	18:30	2012	19:00	2010	19:00	ΠΑΙΔΙΚΟ	19:15	ΠΑΙΔΙΚΟ	
20:00	ΕΦΗΒΙΚΟ	20:15	ΑΓΩΝΑΣ ΠΑΙΔΙΚΟ	20:30	ΑΝΔΡΙΚΟ	21:00	ΑΓΩΝΑΣ ΑΝΔΡΙΚΟ	20:45	ΕΦΗΒΙΚΟ	
21:30	ΑΝΔΡΙΚΟ	21:45	ΑΓΩΝΑΣ ΕΦΗΒΙΚΟ							

	ΣΑΒΒΑΤΟ	ΚΥΡΙΑΚΗ	
9:00 - 10:15	2016-17-18	2015-16-17	2015-16-17
10:15 - 11:30	2015	2014	2014
11:30 - 12:45	2014	2014	2014
12:45 - 14:00	2013	2013	2013
14:00 - 15:15	2012	2012	2012
15:15 - 16:30	2011	2011	2011
16:30 - 18:00	2010	2010	2010
18:00 - 19:30	ΠΑΙΔΙΚΟ	ΠΑΙΔΙΚΟ	ΠΑΙΔΙΚΟ
19:30 - 21:00	ΕΦΗΒΙΚΟ	ΕΦΗΒΙΚΟ	ΕΦΗΒΙΚΟ
21:00 - 22:30	ΑΝΔΡΙΚΟ	ΑΝΔΡΙΚΟ	ΑΝΔΡΙΚΟ