|  |
| --- |
| ΕΒΔΟΜΑΔΙΑΙΟ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΑΙΘΟΥΣΑΣ ΑΘΛΟΠΑΙΔΙΩΝΑΘΛΗΤΙΚΟΥ ΚΕΝΤΡΟΥ Ε.Μ.Π.2019 - 2020 |
| **ΩΡΕΣ** | **ΔΕΥΤΕΡΑ** | **ΤΡΙΤΗ** | **ΤΕΤΑΡΤΗ** | **ΠΕΜΠΤΗ** | **ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ** |
| **09:00 – 10:00** |  |  |  |  |  |
| **10:00 – 11:00** |  |  |  |  |  |
| **11:00 – 12:00** |  | BASKET | BASKET | BASKET |  |
| **12:00 – 13:00** |  | BASKET | BASKET | BASKET |  |
| **13:00 – 14:00** | VOLLEY | BASKET | BASKET | BASKET | VOLLEY |
| **14:00 – 15:00** | VOLLEY | BASKET | BASKET | BASKET | VOLLEY |
| **15:00 – 16:00** | BRAZILIAN JIU JITSUSHOTOKAN KARATEAIKIDO | KICK BOXINGFUTSAL | BASKET ΚΑΘΗΓΗΤΩΝ | BRAZILIAN JIU JITSUSHOTOKAN KARATEKICK BOXINGAIKIDO | VOLLEY***ΕΡΓΑΖΟΜΕΝΩΝ*** |
| **16:00 – 17:00** | BRAZILIAN JIU JITSUSHOTOKAN KARATEAIKIDO | KICK BOXINGFUTSAL | BASKET ΚΑΘΗΓΗΤΩΝ | BRAZILIAN JIU JITSUSHOTOKAN KARATEKICK BOXINGAIKIDO | FUTSAL |
| **17:00 – 17:30** |  |  |  |  |  |

***ΤΟ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΔΥΝΑΤΑΙ ΝΑ ΜΕΤΑΒΛΗΘΕΙ ΑΝΑΛΟΓΑ ΜΕ ΤΙΣ ΕΚΑΣΤΟΤΕ ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΕΣ & ΠΡΟΠΟΝΗΤΙΚΕΣ ΑΝΑΓΚΕΣ ΤΟΥ ΓΥΜΝΑΣΤΗΡΙΟΥ***