

ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΠΡΟΠΟΝΗΣΕΩΝ 2023-24 (ΓΗΠΕ ΔΟ - SPORTS CLUB)

ΩΡΕΣ / ΗΜΕΡΑ	ΔΕΥΤΕΡΑ	ΤΡΙΤΗ	ΤΕΤΑΡΤΗ	ΠΕΜΠΤΗ	ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ	ΣΑΒΒΑΤΟ	ΚΥΡΙΑΚΗ
9.00 - 9.30							
9.30 - 10.00						JUNIOR A	
10.00 - 10.30							
10.30 - 11.00						JUNIOR B	
11.00 - 11.30							
11.30 - 12.00						PROMINI 1	
12.00 - 12.30							
12.30 - 13.00						PΑΜΠΑΙΔΕΣ Β2	
13.00 - 13.30							
13.30 - 14.00							
14.00 - 14.30							
14.30 - 15.00							
15.00 - 15.30							
15.30 - 16.00							
16.00 - 16.30							
16.30 - 17.00	JUNIOR A	JUNIOR B	PROMINI 2	JUNIOR A	JUNIOR B		
17.00 - 17.30							
17.30 - 18.00	PROMINI 2	ΠΑΜΠΑΙΔΕΣ Β1	PROMINI 1	PROMINI 2	PROMINI 1		
18.00 - 18.30							
18.30 - 19.00	ΠΑΜΠΑΙΔΕΣ Β1	ΠΑΓΚΟΡΑΣΙΔΕΣ	ΠΑΜΠΑΙΔΕΣ Β2	ΠΑΜΠΑΙΔΕΣ Β1	ΠΑΜΠΑΙΔΕΣ Β2		
19.00 - 19.30							
19.30 - 19.45							
19.45 - 20.00	ΠΑΓΚΟΡΑΣΙΔΕΣ				ΠΑΓΚΟΡΑΣΙΔΕΣ		
20.00 - 20.30							
20.30 - 21.00							
21.30 - 22.00							
22.00 - 22.30							
22.30 - 23.00							
23.00 - 23.30							
23.30 - 00.00							