

**ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΠΡΟΠΟΝΗΣΕΩΝ 2019-2020**

	<b>ΔΕΥΤΕΡΑ</b>	<b>ΤΡΙΤΗ</b>	<b>ΤΕΤΑΡΤΗ</b>	<b>ΠΕΜΠΤΗ</b>	<b>ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ</b>	<b>ΣΑΒΒΑΤΟ</b>
<b>ΚΟΛΥΜΒΗΣΗ ΕΝΗΛΙΚΩΝ</b>						
08.00-10.00		ΚΟΛΥΜΒΗΣΗ ΕΝΗΛΙΚΩΝ	ΚΟΛΥΜΒΗΣΗ ΕΝΗΛΙΚΩΝ	ΚΟΛΥΜΒΗΣΗ ΕΝΗΛΙΚΩΝ	ΚΟΛΥΜΒΗΣΗ ΕΝΗΛΙΚΩΝ	
14.00-16.00	ΚΟΛΥΜΒΗΣΗ ΕΝΗΛΙΚΩΝ	ΚΟΛΥΜΒΗΣΗ ΕΝΗΛΙΚΩΝ	ΚΟΛΥΜΒΗΣΗ ΕΝΗΛΙΚΩΝ	ΚΟΛΥΜΒΗΣΗ ΕΝΗΛΙΚΩΝ	ΚΟΛΥΜΒΗΣΗ ΕΝΗΛΙΚΩΝ	
20.00-21.00	ΚΟΛΥΜΒΗΣΗ ΕΝΗΛΙΚΩΝ	ΚΟΛΥΜΒΗΣΗ ΕΝΗΛΙΚΩΝ	ΚΟΛΥΜΒΗΣΗ ΕΝΗΛΙΚΩΝ	ΚΟΛΥΜΒΗΣΗ ΕΝΗΛΙΚΩΝ	ΚΟΛΥΜΒΗΣΗ ΕΝΗΛΙΚΩΝ	
<b>SWIM CROSS</b>						
10.00-11.00		SWIM CROSS	SWIM CROSS	SWIM CROSS		
<b>AQUA AEROBIC</b>						
09.30-10.30		AQUA AEROBIC		AQUA AEROBIC	AQUA AEROBIC	
20.00-21.00	AQUA AEROBIC	AQUA AEROBIC	AQUA AEROBIC	AQUA AEROBIC	AQUA AEROBIC	
<b>BABY SWIMMING</b>						
11.00-12.00		BABY SWIMMING		BABY SWIMMING	BABY SWIMMING	BABY SWIMMING
19.30-20.00			BABY SWIMMING			
21.00-21.30	BABY SWIMMING					
<b>ΕΚΜΑΘΗΣΗ ΣΤΗ ΜΙΚΡΗ ΠΙΣΙΝΑ</b>						
14.00-15.00				ΕΚΜΑΘΗΣΗ ΜΙΚΡΗ ΠΙΣΙΝΑ		
15.00-15.45					ΕΚΜΑΘΗΣΗ ΜΙΚΡΗ ΠΙΣΙΝΑ	
15.45-16.30					ΕΚΜΑΘΗΣΗ ΜΙΚΡΗ ΠΙΣΙΝΑ	
16.30-17.15	ΕΚΜΑΘΗΣΗ ΜΙΚΡΗ ΠΙΣΙΝΑ					
17.15-18.00	ΕΚΜΑΘΗΣΗ ΜΙΚΡΗ ΠΙΣΙΝΑ					
18.00-18.45		ΕΚΜΑΘΗΣΗ ΜΙΚΡΗ ΠΙΣΙΝΑ			ΕΚΜΑΘΗΣΗ ΜΙΚΡΗ ΠΙΣΙΝΑ	
18.45-19.30		ΕΚΜΑΘΗΣΗ ΜΙΚΡΗ ΠΙΣΙΝΑ			ΕΚΜΑΘΗΣΗ ΜΙΚΡΗ ΠΙΣΙΝΑ	
20.00-21.00			ΕΚΜΑΘΗΣΗ ΜΙΚΡΗ ΠΙΣΙΝΑ			
<b>ΑΚΑΔΗΜΙΕΣ</b>						
16.00-16.45	ΑΚΑΔΗΜΙΕΣ	ΑΚΑΔΗΜΙΕΣ	ΑΚΑΔΗΜΙΕΣ	ΑΚΑΔΗΜΙΕΣ	ΑΚΑΔΗΜΙΕΣ	
16.45-17.30	ΑΚΑΔΗΜΙΕΣ	ΑΚΑΔΗΜΙΕΣ	ΑΚΑΔΗΜΙΕΣ	ΑΚΑΔΗΜΙΕΣ	ΑΚΑΔΗΜΙΕΣ	
17.30-18.15	ΑΚΑΔΗΜΙΕΣ	ΑΚΑΔΗΜΙΕΣ	ΑΚΑΔΗΜΙΕΣ	ΑΚΑΔΗΜΙΕΣ	ΑΚΑΔΗΜΙΕΣ	
18.15-19.00	ΑΚΑΔΗΜΙΕΣ	ΑΚΑΔΗΜΙΕΣ	ΑΚΑΔΗΜΙΕΣ	ΑΚΑΔΗΜΙΕΣ	ΑΚΑΔΗΜΙΕΣ	
19.00-19.45	ΑΚΑΔΗΜΙΕΣ	ΑΚΑΔΗΜΙΕΣ	ΑΚΑΔΗΜΙΕΣ	ΑΚΑΔΗΜΙΕΣ	ΑΚΑΔΗΜΙΕΣ	
<b>ΕΠΙΛΕΚΤΟΙ - ΤΜΗΜΑΤΑ ΑΘΛΗΣΗΣ</b>						
16.10-17.00	ΤΜΗΜΑΤΑ ΑΘΛΗΣΗΣ	ΤΜΗΜΑΤΑ ΑΘΛΗΣΗΣ	ΤΜΗΜΑΤΑ ΑΘΛΗΣΗΣ	ΤΜΗΜΑΤΑ ΑΘΛΗΣΗΣ	ΤΜΗΜΑΤΑ ΑΘΛΗΣΗΣ	
17.00-18.00	ΕΠΙΛΕΚΤΟΙ	ΕΠΙΛΕΚΤΟΙ	ΕΠΙΛΕΚΤΟΙ	ΕΠΙΛΕΚΤΟΙ	ΕΠΙΛΕΚΤΟΙ	
18.00-19.15	ΕΠΙΛΕΚΤΟΙ	ΕΠΙΛΕΚΤΟΙ	ΕΠΙΛΕΚΤΟΙ	ΕΠΙΛΕΚΤΟΙ	ΕΠΙΛΕΚΤΟΙ	
19.15-20.00	ΤΜΗΜΑΤΑ ΑΘΛΗΣΗΣ	ΤΜΗΜΑΤΑ ΑΘΛΗΣΗΣ	ΤΜΗΜΑΤΑ ΑΘΛΗΣΗΣ	ΤΜΗΜΑΤΑ ΑΘΛΗΣΗΣ	ΤΜΗΜΑΤΑ ΑΘΛΗΣΗΣ	
<b>ΠΡΟ-ΑΓΩΝΙΣΤΙΚΗ</b>						
18.00-20.00	ΠΡΟ-ΑΓΩΝΙΣΤΙΚΗ	ΠΡΟ-ΑΓΩΝΙΣΤΙΚΗ	ΠΡΟ-ΑΓΩΝΙΣΤΙΚΗ	ΠΡΟ-ΑΓΩΝΙΣΤΙΚΗ	ΠΡΟ-ΑΓΩΝΙΣΤΙΚΗ	
10.00-12.00						ΠΡΟ-ΑΓΩΝΙΣΤΙΚΗ
<b>ΑΓΩΝΙΣΤΙΚΗ</b>						
16.00-18.00	ΑΓΩΝΙΣΤΙΚΗ	ΑΓΩΝΙΣΤΙΚΗ	ΑΓΩΝΙΣΤΙΚΗ	ΑΓΩΝΙΣΤΙΚΗ	ΑΓΩΝΙΣΤΙΚΗ	
10.00-12.00						ΑΓΩΝΙΣΤΙΚΗ

**SPONSORS**
