

ΑΘΛΗΤΙΚΟ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ 2019-2020 ΑΙΘΟΥΣΑ 1 DOJO 1						
ΩΡΑ	ΔΕΥΤΕΡΑ	ΤΡΙΤΗ	ΤΕΤΑΡΤΗ	ΠΕΜΠΤΗ	ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ	ΣΑΒΒΑΤΟ
10:00 – 14:00						MINI CAMP ΤΜΗΜΑΤΑ JUNIORS - ΠΡΟΕΦΗΒΙΚΟ
17:00 – 18:00	ΜΟΥΣΙΚΗ ΚΙΝΗΣΗ Κ ΧΟΡΟΣ (ΡΥΘΜΙΚΗ) ΧΡΙΣΤΙΝΑ	ΕΝΑΕΡΙΑ ΑΚΡΟΒΑΤΙΚΗ ΓΥΜΝΑΣΤΙΚΗ ΜΙΝΙ ΠΙΑΝΝΑ	ΜΟΥΣΙΚΗ ΚΙΝΗΣΗ Κ ΧΟΡΟΣ (ΡΥΘΜΙΚΗ) ΧΡΙΣΤΙΝΑ	ΕΝΑΕΡΙΑ ΑΚΡΟΒΑΤΙΚΗ ΓΥΜΝΑΣΤΙΚΗ ΜΙΝΙ ΠΙΑΝΝΑ	ΡΥΘΜΙΚΗ ΜΟΥΣΙΚΗ Κ Κ Χ - ΠΡΟΝΥΜΦΕΣ ΧΡΙΣΤΙΝΑ	
18:00 – 19:00	ΡΥΘΜΙΚΗ ΠΡΟΝΥΜΦΕΣ ΧΡΙΣΤΙΝΑ	ΕΝΑΕΡΙΑ ΑΚΡΟΒΑΤΙΚΗ ΓΥΜΝΑΣΤΙΚΗ JUNIORS ΠΙΑΝΝΑ	ΡΥΘΜΙΚΗ ΠΡΟΝΥΜΦΕΣ ΧΡΙΣΤΙΝΑ	ΕΝΑΕΡΙΑ ΑΚΡΟΒΑΤΙΚΗ ΓΥΜΝΑΣΤΙΚΗ JUNIORS ΠΙΑΝΝΑ	ΤΖΟΥΝΤΟ ΜΙΝΙΟΝΣ	
19:00 – 20:00		ΕΝΑΕΡΙΑ ΑΚΡΟΒΑΤΙΚΗ ΓΥΜΝΑΣΤΙΚΗ ΠΡΟΕΦΗΒΙΚΟ ΠΙΑΝΝΑ	ΤΖΟΥΝΤΟ RABBITS	ΕΝΑΕΡΙΑ ΑΚΡΟΒΑΤΙΚΗ ΓΥΜΝΑΣΤΙΚΗ ΠΡΟΕΦΗΒΙΚΟ ΠΙΑΝΝΑ	ΤΖΟΥΝΤΟ ΜΠΑΜΠΟΥΛΕΣ ΑΕ	
20:00 – 21:00	ΤΖΟΥΝΤΟ ΕΦΗΒΩΝ ΕΝΗΛΙΚΩΝ - ΚΑΤΑ ΤΕΧΝΙΚΕΣ ΘΕΩΡΙΑ	ΑΪΚΙΝΤΟ ΑΡΧΑΡΙΩΝ ΠΕΤΡΟΣ	ΑΪΚΙΝΤΟ ΑΡΧΑΡΙΩΝ ΠΕΤΡΟΣ	ΑΪΚΙΝΤΟ ΑΡΧΑΡΙΩΝ ΠΕΤΡΟΣ		
21:00 – 22:00	ΑΪΚΙΝΤΟ ΠΡΟΧΩΡΗΜΕΝΩΝ - ΑΡΧΑΡΙΩΝ ΠΕΤΡΟΣ	ΑΪΚΙΝΤΟ ΠΡΟΧΩΡΗΜΕΝΩΝ ΠΕΤΡΟΣ	ΑΪΚΙΝΤΟ ΠΡΟΧΩΡΗΜΕΝΩΝ ΠΕΤΡΟΣ	ΑΪΚΙΝΤΟ ΠΡΟΧΩΡΗΜΕΝΩΝ ΠΕΤΡΟΣ		

ΑΘΛΗΤΙΚΟ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ 2019-2020 ΑΙΘΟΥΣΑ 2 DOJO 2						
ΩΡΑ	ΔΕΥΤΕΡΑ	ΤΡΙΤΗ	ΤΕΤΑΡΤΗ	ΠΕΜΠΤΗ	ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ	ΣΑΒΒΑΤΟ
10:00 – 14:00						MINI CAMP ΤΜΗΜΑΤΑ ΑΓΩΝΙΣΤΙΚΑ - ΠΡΟΑΓΩΝΙΣΤΙΚΑ
17:00 – 18:00	ΡΥΘΜΙΚΗ ΠΡΟΝΥΜΦΕΣ ΝΑΝΤΙΑ	ΕΝΑΕΡΙΑ ΑΚΡΟΒΑΤΙΚΗ ΓΥΜΝΑΣΤΙΚΗ ΠΡΟ ΜΙΝΙ ΠΙΑΝΝΑ	ΡΥΘΜΙΚΗ ΠΡΟΝΥΜΦΕΣ ΝΑΝΤΙΑ	ΕΝΑΕΡΙΑ ΑΚΡΟΒΑΤΙΚΗ ΓΥΜΝΑΣΤΙΚΗ ΠΡΟ ΜΙΝΙ ΠΙΑΝΝΑ	ΡΥΘΜΙΚΗ ΠΡΟΝΥΜΦΕΣ ΝΑΝΤΙΑ	
18:00 – 19:00	ΡΥΘΜΙΚΗ ΠΕΤΑΛΟΥΔΕΣ ΝΑΝΤΙΑ	ΤΑΕ ΚΒΟΝ ΝΤΟ ΔΥΝΑΜΙΤΑΚΙΑ ΒΟΥΛΑ	ΡΥΘΜΙΚΗ ΠΕΤΑΛΟΥΔΕΣ ΝΑΝΤΙΑ	ΤΑΕ ΚΒΟΝ ΝΤΟ ΔΥΝΑΜΙΤΑΚΙΑ ΒΟΥΛΑ	ΡΥΘΜΙΚΗ ΠΕΤΑΛΟΥΔΕΣ - ΠΡΟΑΓΩΝΙΣΤΙΚΟ ΝΑΝΤΙΑ	
19:00 – 20:00	ΡΥΘΜΙΚΗ ΠΡΟΑΓΩΝΙΣΤΙΚΟ ΝΑΝΤΙΑ	ΤΑΕ ΚΒΟΝ ΝΤΟ ΠΡΟΑΓΩΝΙΣΤΙΚΟ ΒΟΥΛΑ	ΡΥΘΜΙΚΗ ΠΡΟΑΓΩΝΙΣΤΙΚΟ ΝΑΝΤΙΑ	ΤΑΕ ΚΒΟΝ ΝΤΟ ΠΡΟΑΓΩΝΙΣΤΙΚΟ ΒΟΥΛΑ	ΡΥΘΜΙΚΗ ΑΓΩΝΙΣΤΙΚΟ ΝΑΝΤΙΑ	
20:00 – 21:00	ΡΥΘΜΙΚΗ ΑΓΩΝΙΣΤΙΚΟ ΝΑΝΤΙΑ	ΤΑΕ ΚΒΟΝ ΝΤΟ ΑΓΩΝΙΣΤΙΚΟ ΒΟΥΛΑ	ΡΥΘΜΙΚΗ ΑΓΩΝΙΣΤΙΚΟ ΝΑΝΤΙΑ	ΤΑΕ ΚΒΟΝ ΝΤΟ ΑΓΩΝΙΣΤΙΚΟ ΒΟΥΛΑ	ΤΑΕ ΚΒΟΝ ΝΤΟ ΔΥΝΑΜΙΤΑΚΙΑ ΠΡΟΑΓΩΝΙΣΤΙΚΟ ΒΟΥΛΑ	
21:00 – 22:00		ΤΑΕ ΚΒΟΝ ΝΤΟ ΜΙΚΤΟ SPARRING		ΤΑΕ ΚΒΟΝ ΝΤΟ ΜΙΚΤΟ SPARRING		

ΑΘΛΗΤΙΚΟ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ 2019-2020 ΑΙΘΟΥΣΑ 3 DOJO 3						
ΩΡΑ	ΔΕΥΤΕΡΑ	ΤΡΙΤΗ	ΤΕΤΑΡΤΗ	ΠΕΜΠΤΗ	ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ	ΣΑΒΒΑΤΟ
06:00-07:00					ΤΖΟΥΝΤΟ ΕΦΗΒΩΝ ΠΑΙΔΩΝ ΜΙΚΤΟ ΑΓΩΝΙΣΤΙΚΟ	CAMP 48 ΩΡΑ ΤΜΗΜΑΤΑ ΕΦΗΒΩΝ- ΠΑΙΔΩΝ
08:00-10:00						ΤΖΟΥΝΤΟ ΕΦΗΒΩΝ ΠΑΙΔΩΝ ΜΙΚΤΟ ΑΓΩΝΙΣΤΙΚΟ (ΣΤΙΒΟΣ)
10:00-14:00						MINI CAMP ΤΜΗΜΑΤΑ ΑΓΩΝΙΣΤΙΚΑ - ΠΡΟΑΓΩΝΙΣΤΙΚΑ ΚΑΙ SID
17:00-18:00	ΤΖΟΥΝΤΟ RABBITS	ΤΖΟΥΝΤΟ ΜΙΝΙΟΝΣ	ΤΖΟΥΝΤΟ SID	ΤΖΟΥΝΤΟ ΜΙΝΙΟΝΣ	ΤΖΟΥΝΤΟ RABBITS	
18:00-19:00	ΤΖΟΥΝΤΟ SID	ΤΖΟΥΝΤΟ ΜΠΑΜΠΟΥΛΕΣ ΑΕ	ΤΖΟΥΝΤΟ ΠΡΟΑΓΩΝΙΣΤΙΚΟ Α	ΤΖΟΥΝΤΟ ΜΠΑΜΠΟΥΛΕΣ ΑΕ	ΤΖΟΥΝΤΟ SID	
19:00-20:00	ΤΖΟΥΝΤΟ ΠΡΟΑΓΩΝΙΣΤΙΚΟ Α	ΤΖΟΥΝΤΟ ΠΡΟΑΓΩΝΙΣΤΙΚΟ Β	ΤΖΟΥΝΤΟ ΠΑΙΔΩΝ Α ΑΓΩΝΙΣΤΙΚΟ	ΤΖΟΥΝΤΟ ΠΡΟΑΓΩΝΙΣΤΙΚΟ Β ΕΝΑΕΡΙΑ ΑΚΡΟΒΑΤΙΚΗ ΓΥΜΝΑΣΤΙΚΗ ΜΙΚΤΟ ΠΙΑΝΝΑ "ΥΨΗΛΟΥ" ΕΠΙΠΕΔΟΥ	ΤΖΟΥΝΤΟ ΠΡΟΑΓΩΝΙΣΤΙΚΟ Α ΤΖΟΥΝΤΟ ΠΡΟΑΓΩΝΙΣΤΙΚΟ Β	
20:00-21:00	ΤΖΟΥΝΤΟ ΠΑΙΔΩΝ Α ΑΓΩΝΙΣΤΙΚΟ	ΤΖΟΥΝΤΟ ΠΑΙΔΩΝ Β ΑΓΩΝΙΣΤΙΚΟ	ΤΖΟΥΝΤΟ ΕΦΗΒΩΝ ΑΓΩΝΙΣΤΙΚΟ ΤΖΟΥΝΤΟ ΕΝΗΛΙΚΩΝ	ΤΖΟΥΝΤΟ ΠΑΙΔΩΝ Β ΑΓΩΝΙΣΤΙΚΟ	ΤΖΟΥΝΤΟ ΠΑΙΔΩΝ Α ΑΓΩΝΙΣΤΙΚΟ ΤΖΟΥΝΤΟ ΠΑΙΔΩΝ Β ΑΓΩΝΙΣΤΙΚΟ	
21:00-22:00	ΤΖΟΥΝΤΟ ΕΦΗΒΩΝ ΑΓΩΝΙΣΤΙΚΟ ΤΖΟΥΝΤΟ ΕΝΗΛΙΚΩΝ				ΤΖΟΥΝΤΟ ΕΦΗΒΩΝ ΑΓΩΝΙΣΤΙΚΟ ΤΖΟΥΝΤΟ ΕΝΗΛΙΚΩΝ 20:00 - 21:30	