

ΑΘΛΗΤΙΚΟ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ 2023-2024 ΑΙΘΟΥΣΑ 1 ΔΟJO 1

ΩΡΑ	ΔΕΥΤΕΡΑ	ΤΡΙΤΗ	ΤΕΤΑΡΤΗ	ΠΕΜΠΤΗ	ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ	ΣΑΒΒΑΤΟ
10:00-14:00 H 48 ΩΡΑ						MINI CAMP ΤΜΗΜΑΤΑ JUNIORS - ΠΡΟΕΦΗΒΙΚΟ
16:00 – 17:00		ΕΝΑΕΡΙΑ ΑΚΡΟΒΑΤΙΚΗ ΓΥΜΝΑΣΤΙΚΗ ΠΡΟΜΙΝΙ ΓΙΑΝΝΑ		ΕΝΑΕΡΙΑ ΑΚΡΟΒΑΤΙΚΗ ΓΥΜΝΑΣΤΙΚΗ ΠΡΟΜΙΝΙ ΓΙΑΝΝΑ		
17:00 – 18:00	NE WAZA	ΕΝΑΕΡΙΑ ΑΚΡΟΒΑΤΙΚΗ ΓΥΜΝΑΣΤΙΚΗ ΜΙΝΙ ΓΙΑΝΝΑ		ΕΝΑΕΡΙΑ ΑΚΡΟΒΑΤΙΚΗ ΓΥΜΝΑΣΤΙΚΗ ΜΙΝΙ ΓΙΑΝΝΑ	ΤΖΟΥΝΤΟ ΜΙΝΙΟΝΣ	
18:00 – 19:00	NE WAZA	ΕΝΑΕΡΙΑ ΑΚΡΟΒΑΤΙΚΗ ΓΥΜΝΑΣΤΙΚΗ JUNIORS ΓΙΑΝΝΑ	ΤΖΟΥΝΤΟ RABBITS	ΕΝΑΕΡΙΑ ΑΚΡΟΒΑΤΙΚΗ ΓΥΜΝΑΣΤΙΚΗ JUNIORS ΓΙΑΝΝΑ	ΤΖΟΥΝΤΟ ΜΠΑΜΠΟΥΛΕΣ ΑΕ	
19:00 – 20:00	ΤΖΟΥΝΤΟ ΚΑΤΑ ΤΕΧΝΙΚΕΣ ΘΕΩΡΙΑ	ΕΝΑΕΡΙΑ ΑΚΡΟΒΑΤΙΚΗ ΓΥΜΝΑΣΤΙΚΗ ΠΡΟΕΦΗΒΙΚΟ ΓΙΑΝΝΑ		ΕΝΑΕΡΙΑ ΑΚΡΟΒΑΤΙΚΗ ΓΥΜΝΑΣΤΙΚΗ ΠΡΟΕΦΗΒΙΚΟ ΓΙΑΝΝΑ	ΤΖΟΥΝΤΟ ΠΡΟΑΓΩΝΙΣΤΙΚΟ Α ΤΖΟΥΝΤΟ ΠΡΟΑΓΩΝΙΣΤΙΚΟ Γ	
20:00 – 21:00	ΤΖΟΥΝΤΟ ΕΝΗΛΙΚΩΝ	NE WAZA	ΤΖΟΥΝΤΟ ΕΝΗΛΙΚΩΝ	NE WAZA		

ΑΘΛΗΤΙΚΟ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ 2023-2024 ΑΙΘΟΥΣΑ 2 ΔΟJO 2

ΩΡΑ	ΔΕΥΤΕΡΑ	ΤΡΙΤΗ	ΤΕΤΑΡΤΗ	ΠΕΜΠΤΗ	ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ	ΣΑΒΒΑΤΟ
10:00-14:00 H 48 ΩΡΑ						MINI CAMP ΤΜΗΜΑΤΑ ΑΓΩΝΙΣΤΙΚΑ - ΠΡΟΑΓΩΝΙΣΤΙΚΑ
15:45-17:00	ΤΖΟΥΝΤΟ ΠΑΙΔΩΝ A- B ΑΓΩΝΙΣΤΙΚΟ					
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 Γ	ΤΖΟΥΝΤΟ ΠΡΟΑΓΩΝΙΣΤΙΚΟ Β	ΤΖΟΥΝΤΟ ΠΡΟΑΓΩΝΙΣΤΙΚΟ Γ	ΤΖΟΥΝΤΟ ΠΡΟΑΓΩΝΙΣΤΙΚΟ Β ΤΖΟΥΝΤΟ JUNIORS - ΠΑΙΔΩΝ ΑΓΩΝΙΣΤΙΚΟ	
20:00-21:00	ΤΖΟΥΝΤΟ ΠΡΟΑΓΩΝΙΣΤΙΚΟ Β	ΤΖΟΥΝΤΟ JUNIORS - ΠΑΙΔΩΝ ΑΓΩΝΙΣΤΙΚΟ 20:00 - 21:15	ΤΖΟΥΝΤΟ ΠΑΙΔΩΝ A- B ΑΓΩΝΙΣΤΙΚΟ 20: 00 - 21:15	ΤΖΟΥΝΤΟ JUNIORS - ΠΑΙΔΩΝ ΑΓΩΝΙΣΤΙΚΟ 20:00 - 21:15	ΤΖΟΥΝΤΟ ΠΑΙΔΩΝ A- B ΑΓΩΝΙΣΤΙΚΟ 20: 00 - 21:30	
21:00-22:15	ΤΖΟΥΝΤΟ ΠΑΙΔΩΝ A- B ΑΓΩΝΙΣΤΙΚΟ					

ΑΘΛΗΤΙΚΟ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ 2023-2024

ΩΡΑ	ΔΕΥΤΕΡΑ	ΤΡΙΤΗ	ΤΕΤΑΡΤΗ	ΠΕΜΠΤΗ	ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ	ΣΑΒΒΑΤΟ
16:30-17:45		ΓΥΜΝΑΣΤΗΣ ΧΡΗΣΤΟΣ ΤΜΗΜΑΤΑ ΑΓΩΝΙΣΤΙΚΑ & ΕΝΗΛΙΚΩΝ	ΔΙΑΤΡΟΦΟΛΟΓΟΣ	ΓΥΜΝΑΣΤΗΣ ΧΡΗΣΤΟΣ ΤΜΗΜΑΤΑ ΑΓΩΝΙΣΤΙΚΑ & ΕΝΗΛΙΚΩΝ	ΕΙΔΙΚΟΣ ΨΥΧΙΚΗΣ ΥΓΕΙΑΣ ΑΘΛΗΤΗ	ΕΙΔΙΚΗ ΓΥΜΝΑΣΤΡΙΑ ΑΓΩΝΙΣΤΙΚΟΥ ΤΜΗΜΑΤΟΣ ΧΡΙΣΤΙΑΝΑ