

**Πρόγραμμα Προπονήσεων Περιόδου 2024 - 2025**

	ΑΝΔΡΙΚΟ	ΕΦΗΒΙΚΟ	ΠΑΙΔΙΚΟ	Γεννηθ. 2010	Γεννηθ. 2011	Γεννηθ. 2012	Γεννηθ. 2013	Γεννηθ. 2014	Γεννηθ. 2015	Γεννηθ. 2016	Γεννηθ. 2017	Γεννηθ. 2018	Γεννηθ. 2019	JUNIOR ΚΟΡΙΤΣΙΩΝ	MINI ΚΟΡΙΤΣΙΩΝ	ΠΑΓΚΟΡΑΣΙΔΩΝ
<b>Δευτέρα</b>	19:30 - 21:00 Νευροκοπτίου		21:30 - 22:45 Κλειστό Λυκείου			16:15 - 17:30 Κλειστό Λυκείου		17:45 - 19:00 Νευροκοπτίου (ανοικτό)	17:30 - 18:45 Κλειστό Λυκείου	19:00 - 20:15 Νευροκοπτίου (ανοικτό)	18:00 - 19:15 Κλειστό Δημοτικού	17:00 - 18:00 Κλειστό Δημοτικού	16:15 - 17:00 Κλειστό Δημοτικού	19:15 - 20:30 Κλειστό Δημοτικού	20:30 - 21:45 Κλειστό Δημοτικού	15:00 - 16:15 Κλειστό Λυκείου
<b>Τρίτη</b>		21:30 - 23:00 Νευροκοπτίου ΑΓΩΝΑΣ	20:00 - 21:30 Νευροκοπτίου ΑΓΩΝΑΣ	18:45 - 20:15 Κλειστό Λυκείου	20:15 - 21:30 Κλειστό Λυκείου	17:30 - 18:45 Κλειστό Λυκείου	15:00 - 16:15 Κλειστό Λυκείου	16:15 - 17:30 Κλειστό Λυκείου	19:00 - 20:15 Νευροκοπτίου (ανοικτό)					16:30 - 17:45 Νευροκοπτίου (ανοικτό)	18:00 - 19:00 Ενδυνάμωση Στίβος	
<b>Τετάρτη</b>	20:00 - 21:30 Νευροκοπτίου			19:00 - 20:15 Νευροκοπτίου (ανοικτό)	17:45 - 19:00 Νευροκοπτίου (ανοικτό)	20:30 - 21:45 Κλειστό Δημοτικού (προαιρετική)	19:00 - 20:15 Κλειστό Λυκείου	20:30 - 21:45 Κλειστό Δημοτικού (προαιρετική)			19:15 - 20:30 Κλειστό Δημοτικού	18:00 - 19:15 Κλειστό Δημοτικού	17:00 - 18:00 Κλειστό Δημοτικού	16:15 - 17:00 Κλειστό Δημοτικού		20:15 - 21:30 Κλειστό Λυκείου
<b>Πέμπτη</b>	21:00 - 23:30 Νευροκοπτίου ΑΓΩΝΑΣ	18:30 - 19:45 Κλειστό Λυκείου	15:00 - 16:15 Κλειστό Λυκείου	17:15 - 18:30 Κλειστό Λυκείου	18:00 - 19:00 Ενδυνάμωση 19:00 - 20:15 Νευροκοπτίου (ανοικτό)	18:00 - 19:00 Ενδυνάμωση 19:00 - 20:15 Νευροκοπτίου (ανοικτό)								16:15 - 17:30 Κλειστό Λυκείου	17:45 - 19:00 Νευροκοπτίου (ανοικτό)	
<b>Παρασκευή</b>		19:30 - 20:30 Ενδυνάμωση Στίβος					17:45 - 19:00 Νευροκοπτίου (ανοικτό)	16:30 - 17:45 Νευροκοπτίου (ανοικτό) - εναλλακτικά (κατ' επιλογή) - 20:30 - 21:45 Κλειστό Δημοτικού		19:15 - 20:30 Κλειστό Δημοτικού	18:00 - 19:15 Κλειστό Δημοτικού	17:00 - 18:00 Κλειστό Δημοτικού	16:15 - 17:00 Κλειστό Δημοτικού		15:00 - 16:15 Κλειστό Λυκείου	16:15 - 17:30 Κλειστό Λυκείου
<b>Σάββατο</b>	19:00 - 20:30 Νευροκοπτίου	20:30 - 22:00 Νευροκοπτίου	09:00 - 10:15 Κλειστό Λυκείου	17:15 - 18:30 Κλειστό Λυκείου	16:00 - 17:15 Κλειστό Λυκείου		14:45 - 16:00 Κλειστό Λυκείου ΑΓΩΝΑΣ	18:45 - 20:00 Κλειστό Λυκείου ΑΓΩΝΑΣ						18:45 - 20:00 Κλειστό Λυκείου ΑΓΩΝΑΣ		20:00 - 21:30 Κλειστό Λυκείου ΑΓΩΝΑΣ
<b>Κυριακή</b>	20:30 - 22:00 Νευροκοπτίου	19:00 - 20:30 Νευροκοπτίου	10:00 - 11:30 Νευροκοπτίου	17:30 - 19:00 Νευροκοπτίου ΑΓΩΝΑΣ	16:15 - 17:30 Κλειστό Λυκείου ΑΓΩΝΑΣ	15:00 - 16:15 Κλειστό Λυκείου ΑΓΩΝΑΣ									15:00 - 16:15 Κλειστό Λυκείου ΑΓΩΝΑΣ	