



ΕΒΔΟΜΑΔΙΑΙΟ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΠΡΟΠΟΝΗΣΕΩΝ ΤΜΗΜΑΤΟΣ ΚΑΛΑΘΟΣΦΑΙΡΙΣΗΣ
ΑΓΩΝΙΣΤΙΚΗ ΠΕΡΙΟΔΟΣ 2019-2020

	ΔΕΥΤΕΡΑ	ΤΡΙΤΗ	ΤΕΤΑΡΤΗ	ΠΕΜΠΤΗ	ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ	ΣΑΒΒΑΤΟ	ΚΥΡΙΑΚΗ
ΤΜΗΜΑΤΑ							
ΠΑΙΔΙΚΟ (2004-2005)	17:30-19:00		17:30-19:00		19:00-20:30 ΑΝΟΙΧΤΟ ΓΗΠΕΔΟ	19:30-21:00 ΠΡΟΠΟΝΗΣΗ ή ΑΓΩΝΑΣ ΕΝΤΟΣ	
ΠΑΜΠΑΙΔΙΚΟ- MINI (2006-2007)			16:00-17:30		17:30-19:00 ΑΝΟΙΧΤΟ ή ΕΝΔΥΝΑΜΩΣΗ	18:00-19:30 ΑΝΟΙΧΤΟ ή ΕΝΔΥΝΑΜΩΣΗ	19:00-20:30 ΠΡΟΠΟΝΗΣΗ ή ΑΓΩΝΑΣ ΕΝΤΟΣ
ΠΡΟΜΙΝΙ (2008-2009)		16:00-17:30				11:00-12:00	12:00-13:15
JUNIOR Α' (2007-8-9)				16:00-17:30		09:00-10:00	14:15-15:15
JUNIOR Β' (2010-2011) JUNIOR Γ' (2012-13-14)				16:00-17:30		10:00-11:00	13:15-14:15
ΕΦΗΒΙΚΟ (2001-2-3)					17:30-19:00	21:00-22:30	21:00-22:30
ΑΝΔΡΙΚΟ	20:30-22:00 ΑΓΩΝΑΣ	ΡΕΠΟ	20:30-22:00	19:00-20:30	19:00-20:30	18:00-19:30	15:00-16:00