



## ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΑ «ΑΘΛΗΤΙΣΜΟΣ ΓΙΑ ΟΛΟΥΣ» 2020

<b>ΤΜΗΜΑΤΑ ΕΝΗΛΙΚΩΝ</b>					
	<b>ΔΕΥΤΕΡΑ</b>	<b>ΤΡΙΤΗ</b>	<b>ΤΕΤΑΡΤΗ</b>	<b>ΠΕΜΠΤΗ</b>	<b>ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ</b>
<b>ΤΜΗΜΑΤΑ ΑΕΡΟΒΙΚΗΣ ΠΡΩΪΝΑ</b>					
ΑΡΤΑΚΗΣ 34	08:30-09:30		08:30-09:30	08:30-09:30	08:30-09:30
ΑΘΛ.ΚΕΝΤΡΟ ΠΑΝΙΩΝΙΟΥ «ΒΑΡΙΚΑΣ»	08:30-09:30	08:30-09:30		08:30-09:30	08:30-09:30
<b>ΤΜΗΜΑΤΑ ΑΕΡΟΒΙΚΗΣ ΑΠΟΓΕΥΜΑΤΙΝΑ (ΕΛ.ΒΕΝΙΖΕΛΟΥ 78)</b>					
		18:00-19:00		18:00-19:00	18:00-19:00
<b>ΜΥΪΚΗ ΕΝΔΥΝΑΜΩΣΗ (ΕΛ.ΒΕΝΙΖΕΛΟΥ 78)</b>					
					20:00-21:00
					21:00-22:00
<b>ΠΑΡΑΔΟΣΙΑΚΟΙ ΧΟΡΟΙ (ΕΛ.ΒΕΝΙΖΕΛΟΥ 78)</b>					
	11:00-12:00		11:00-12:00		
	12:00-13:00		12:00-13:00		
		19:00-20:00		19:00-20:00	
		20:00-21:00		20:00-21:00	
<b>ΤΜΗΜΑΤΑ ΑΕΡΟΒΙΚΗΣ ΣΤΗΝ ΠΙΣΙΝΑ</b>					
ΚΟΛΥΜΒΗΤΗΡΙΟ (ΕΘΝ.ΣΤΕΓΗΣ & ΑΡΤΑΚΗΣ)		08:30-09:15		08:30-09:15	08:30-09:15
<b>ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ «ΚΟΛΥΜΠΑΩ ΣΩΣΤΑ»</b>					
ΚΟΛΥΜΒΗΤΗΡΙΟ (ΕΘΝ.ΣΤΕΓΗΣ & ΑΡΤΑΚΗΣ)	12:30-13:15	09.30-10.15	12:30-13:15	09.30-10.15	
<b>ΤΕΝΝΙΣ (ΑΝ. ΓΗΠΕΔΟ ΤΕΝΝΙΣ ΑΡΤΑΚΗΣ)</b>					
ΑΡΧΑΡΙΟΙ ΕΝΗΛΙΚΕΣ	18:00-19:00	10:00-13:00	18:00-19:00	10:00-13:00	18:00-19:00
ΠΡΟΧΩΡΗΜΕΝΟΙ ΕΝΗΛΙΚΕΣ	19:00-20:00		19:00-20:00		19:00-20:00
<b>BABY SWIMMING</b>					
ΚΟΛΥΜΒΗΤΗΡΙΟ (ΕΘΝ.ΣΤΕΓΗΣ & ΑΡΤΑΚΗΣ)		10.30-11.30			10.30-11.30
<b>ΠΑΙΔΙΚΑ ΤΜΗΜΑΤΑ</b>					
	<b>ΔΕΥΤΕΡΑ</b>	<b>ΤΡΙΤΗ</b>	<b>ΤΕΤΑΡΤΗ</b>	<b>ΠΕΜΠΤΗ</b>	<b>ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ</b>
<b>ΤΕΝΝΙΣ (ΑΝ. ΓΗΠΕΔΟ ΤΕΝΝΙΣ ΑΡΤΑΚΗΣ)</b>					
Μαθητές Δ' -Ε' -ΣΤ' - Δημοτικού	17:00-18:00		17:00-18:00		17:00-18:00

**ΤΜΗΜΑΤΑ ΚΑΠΗ (χορός)**

	<b>ΔΕΥΤΕΡΑ</b>	<b>ΤΡΙΤΗ</b>	<b>ΤΕΤΑΡΤΗ</b>	<b>ΠΕΜΠΤΗ</b>	<b>ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ</b>
Α' & Ε' ΚΑΠΗ (Αρτάκης)	09:00-10:00			09:00-10:00	
Β' ΚΑΠΗ (Σταδίου)	10:00-11:00			10:00-11:00	
Γ' & Δ' ΚΑΠΗ (Πλαστήρα)		10:00-11:00			10:00-11:00

**ΤΜΗΜΑΤΑ ΚΑΠΗ (γυμναστική)**

	<b>ΔΕΥΤΕΡΑ</b>	<b>ΤΡΙΤΗ</b>	<b>ΤΕΤΑΡΤΗ</b>	<b>ΠΕΜΠΤΗ</b>	<b>ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ</b>
Α' & Ε' ΚΑΠΗ (Αρτάκης)		09:00-10:00			09:00-10:00
Β' ΚΑΠΗ (Σταδίου)		09:00-10:00			09:00-10:00
Γ' & Δ' ΚΑΠΗ (Πλαστήρα)	10:00-11:00			10:00-11:00	