

ΑΚΑΔΗΜΙΕΣ ΠΟΔΟΣΦΑΙΡΟΥ ΑΠΣ"ΟΙ ΑΜΠΕΛΟΚΗΠΟΙ"

ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΠΡΟΠΟΝΗΣΕΩΝ 2019 -2020

ΙΣΧΥΕΙ ΑΠΟ 2/9/2019

ΓΗΠΕΔΟ LIDL 5X5 ΚΑΡΑΘΕΟΔΩΡΗ

ΩΡΕΣ	ΔΕΥΤΕΡΑ	ΤΡΙΤΗ	ΤΕΤΑΡΤΗ	ΠΕΜΠΤΗ	ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ	ΩΡΕΣ	ΣΑΒΒΑΤΟ	ΚΥΡΙΑΚΗ
5:00-6:00	K6 2014-15	K8 2013	K8 2012	K8 2012 K8 2013	K6 2014-15	10:00-11:00	K8 2013	
6:00-7:00	K-9 2011- 12	K10 2010	K-9 2011- 12	K10 2010	K-9 2011- 12	11:00-12:00	K8 2012	
7:00-8:00	ΚΟΡΙΤΣΙΑ K13 2007-2	K11 2009-2	K12 2008 ?	K11 2009-2	K12 2008 ?	12:00-13:00	K6 2014-15	
8:00-9:00			K13 2007-2	ΚΟΡΙΤΣΙΑ		13:00-14:00		

ΓΗΠΕΔΟ ΕΠΟ

5 X 5

11 X 11

ΩΡΕΣ	ΔΕΥΤΕΡΑ	ΤΡΙΤΗ	ΤΕΤΑΡΤΗ	ΠΕΜΠΤΗ	ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ	ΩΡΕΣ	ΣΑΒΒΑΤΟ	ΚΥΡΙΑΚΗ	ΣΑΒΒΑΤΟ	ΚΥΡΙΑΚΗ
						10:00-11:00				
4:00-5:30	ΠΑΙΔΙΚΟ ΕΦΗΒΙΚΟ		ΠΑΙΔΙΚΟ ΕΦΗΒΙΚΟ	5.30 - 7.00 ΑΝΔΡΙΚΟ	ΠΑΙΔΙΚΟ ΕΦΗΒΙΚΟ	11:00-12:00				
7:00-8:00		K11 2009				12:00-13:00			K13 2007 K13 2007-2	
8:00-9:30	K14 2006	K14 2007	K14 2006	K14 2007	K14 2006	13:00-14:00	K11 2009-2 K10 2010		K11 2009	

ΠΡΟΣΟΧΗ ΟΙ ΩΡΕΣ ΤΟΥ ΣΑΒΒΑΤΟΥ ΚΑΙ ΤΗΣ ΚΥΡΙΑΚΗΣ ΣΤΟ ΓΗΠΕΔΟ ΤΗΣ ΕΠΟ ΕΙΝΑΙ ΕΝΔΕΙΚΤΙΚΕΣ.

ΘΑ ΕΝΗΜΕΡΩΝΕΣΤΕ ΑΠΟ ΤΟ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΤΟΥ ΣΑΒΒΑΤΟΚΥΡΙΑΚΟΥ ΓΙΑ ΠΡΟΠΟΝΗΣΕΙΣ ΚΑΙ ΑΓΩΝΕΣ

www.apsampelokipoi.gr

τηλ.6946614412

facebook ΑΠΣ"Οι Αμπελόκηποι"

K 8 ΑΣΤΕΡΑΚΙΑ (2012-2013)	K6 ΜΠΑΜΠΙΝΙ (2014-2015)
K 10 ΠΡΟΤΖΟΥΝΙΟΡ (2010-11-12)	
K 12 ΤΖΟΥΝΙΟΡ (2008-2009)	
K14 ΠΑΜΠΑΙΔΙΚΟ (2006-2007) K 16 ΠΑΙΔΙΚΟ (2004 - 2005) ΕΦΗΒΙΚΟ (2002-2003)	