



# ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΠΡΟΠΟΝΗΣΕΩΝ 2022 - 2023 από 5/9/2022

## ΣΕΒΑΣΤΟΥΠΟΛΕΩΣ 67

	ΔΕΥΤΕΡΑ	ΤΡΙΤΗ	ΤΕΤΑΡΤΗ	ΠΕΜΠΤΗ	ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ		ΣΑΒΒΑΤΟ	
16:00 - 17:00	ΡΥΘΜΙΚΗ 3				ΡΥΘΜΙΚΗ 3	09:30 - 10:30		
17:00 - 18:00	ΡΥΘΜΙΚΗ 1	ΤΑΕΚΒΟΝΤΟ 1	ΑΜΕΑ	ΤΑΕΚΒΟΝΤΟ 1	ΡΥΘΜΙΚΗ 1	10:00 - 11:00	ΤΑΕΚΒΟΝΤΟ 3	
18:00 - 19:00	ΡΥΘΜΙΚΗ 2	18:15 19:15 ΤΑΕΚΒΟΝΤΟ 2		18:15 19:15 ΤΑΕΚΒΟΝΤΟ 2	ΡΥΘΜΙΚΗ 2	11:00 - 12:00	ΤΑΕΚΒΟΝΤΟ 1	
19:00-20:00	ΡΥΘΜΙΚΗ 2-2	19:15 - 20:15 ΤΑΕΚΒΟΝΤΟ 3		19:15 - 20:15 ΤΑΕΚΒΟΝΤΟ 3	ΡΥΘΜΙΚΗ 2-2	12:00- 13:00	ΤΑΕΚΒΟΝΤΟ 2	
19:00-21:00	ΓΥΜΝΑΣΤΙΚΗ ΕΝΗΛΙΚΩΝ	ΓΥΜΝΑΣΤΙΚΗ ΕΝΗΛΙΚΩΝ		ΓΥΜΝΑΣΤΙΚΗ ΕΝΗΛΙΚΩΝ	ΓΥΜΝΑΣΤΙΚΗ ΕΝΗΛΙΚΩΝ	13:00 - 14:00	ΑΜΕΑ	
						15:30 - 17:00		

**ΤΑΕΚΒΟΝΤΟ 1: ΖΩΝΕΣ ΑΣΠΡΗ - ΚΙΤΡΙΝΗ** νήπια-α'

**ΤΑΕΚΒΟΝΤΟ 2: ΖΩΝΕΣ ΑΣΠΡΗ - ΚΙΤΡΙΝΗ** β'-γ'-δ'

**ΤΑΕΚΒΟΝΤΟ 3: ΖΩΝΕΣ ΠΡΑΣΙΝΗ-ΚΟΚΚΙΝΗ** γ'-δ'-ε'

**ΤΑΕΚΒΟΝΤΟ 4: ΖΩΝΕΣ ΚΟΚΚΙΝΗ-ΜΑΥΡΗ** ε'-στ' & γυμνάσιο

**ΡΥΘΜΙΚΗ 1:** προνήπια ,νήπια

**ΡΥΘΜΙΚΗ 2:** α' , β' , γ' δημοτικού

**ΡΥΘΜΙΚΗ 3:** γ' , δ' , ε' , στ' δημοτικού

**ΜΑΖΟΡΕΤΕΣ 1:** β'-γ'-δ'- ε' δημοτικού

**ΜΑΖΟΡΕΤΕΣ 2:** γυμνάσιο - λύκειο



πληροφορίες 6946614412

ΔΕΥΤΕΡΑ εως ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ 17:30 - 21:00 & ΣΑΒΒΑΤΟ 10:00 - 14:00



[www.apsampelokipoi.gr](http://www.apsampelokipoi.gr)



facebook ΑΠΣ "Οι Αμπελόκηποι"