

ΑΚΑΔΗΜΙΕΣ ΠΟΔΟΣΦΑΙΡΟΥ ΑΠΣ"ΟΙ ΑΜΠΕΛΟΚΗΠΟΙ"

ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΠΡΟΠΟΝΗΣΕΩΝ 2022 -2023

ΙΣΧΥΕΙ ΑΠΟ 5/9/2022

ΓΗΠΕΔΟ LIDL 5X5 ΚΑΡΑΘΕΟΔΩΡΗ

ΩΡΕΣ	ΔΕΥΤΕΡΑ	ΤΡΙΤΗ	ΤΕΤΑΡΤΗ	ΠΕΜΠΤΗ	ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ	ΩΡΕΣ	ΣΑΒΒΑΤΟ	ΚΥΡΙΑΚΗ		
5:00-6:00	K7 2016	K6-K7 2017-2018	K7 2016	K6-K7 2017-2018	ΝΕΟ ΤΜΗΜΑ	10:00-11:00	K9 K9-2 2014-13			K18 2004 2005 2006 ΤΣΟΡΜΠΑΤΖΟΓΛΟΥ
6:00-7:00	K8 2015	K9-2 2014-13	K8 2015	K9 -2 2014-13	K10-2 2013-2014	11:00-12:00	K6-K7 2017-2018			K16 2007 2008 ΣΠΥΡΙΔΑΚΗΣ
7:00-8:00	K10 2013-2014	K9 2014-13	K10 2013-2014	K9 2014-13	K10 2013-2014	12:00-13:00	K11 2011-2012			K16 -2 2007-2008 ΚΑΛΛΙΓΑΣ
8:00-9:00	ΚΟΡΙΤΣΙΑ	K11 2012-2011	ΚΟΡΙΤΣΙΑ	K11 2011-2012		13:00-14:00	K8 2015			K14 2009 2010 ΚΡΑΣΩΝΗΣ
						14:00-15:00	K7 2016			
						15:00-16:00	K10-2 2013-2014			
						17:00-18:00	ΚΟΡΙΤΣΙΑ			K12 2011 2012 ΔΑΤΣΩΛΗΣ

ΓΗΠΕΔΟ ΕΠΟ

5 X 5

11 X 11

ΩΡΕΣ	ΔΕΥΤΕΡΑ	ΤΡΙΤΗ	ΤΕΤΑΡΤΗ	ΠΕΜΠΤΗ	ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ	ΩΡΕΣ	ΣΑΒΒΑΤΟ	ΚΥΡΙΑΚΗ	ΣΑΒΒΑΤΟ	ΚΥΡΙΑΚΗ
15:30-16:30					K18	10:00-11:00				K10-2 2013-14 ΚΑΛΛΙΓΑΣ
7:00-8:00						11:00-12:00				K10 2013-14 ΚΑΛΛΙΓΑΣ
7.30-8.30	K12	K 14	K12	K14	K12	12:00-13:00		K14		K9 2014 - 2013 K9-2 2014-2013 ΧΑΛΗΣ
8.30-10.00	K18 K16	K-16 K16-2	K18 -ΑΝΔΡΙΚΟ	K-16 K16-2	K16-2	13:00-14:00				K8 2015- 2016 ΔΑΤΣΩΛΗΣ

www.apsampelokipoi.gr

τηλ.6946614412

facebook ΑΠΣ"Οι Αμπελόκηποι"

ΗΛΙΚΙΑΚΕΣ ΟΜΑΔΕΣ ΠΕΡΙΟΔΟΥ 2022-2023

K 8-K7 (2015-2016)	K6-K5 (2017-2018)
K 10 K9 (2013-2014)	
K 12 K11 (2011-2012)	
K13 K14 (2009-2010)	K 16 (2007-2008) K18 (2004-2005-2006)

K7 2016 ΔΑΤΣΩΛΗΣ

K6-K7 2017-2018

ΧΑΛΗΣ