



Ακαδημία ΙΣΤΙΟΠΛΟΪΑΣ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΠΡΟΠΟΝΗΣΕΩΝ

ΟΡΤΙΜΙΣΤ					
	ΤΕΤΑΡΤΗ	ΠΕΜΠΤΗ	ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ	ΣΑΒΒΑΤΟ	ΚΥΡΙΑΚΗ
ΕΚΜΑΘΗΣΗ				09:00-13:00	09:00-13:00
ΠΡΟΑΓΩΝΙΣΤΙΚΟ				13:00-15:30	13:00-15:30
ΑΓΩΝΙΣΤΙΚΟ	14:30-17:30		14:30-17:30	12:30-17:00	12:30-17:00
BUG					
ΕΚΜΑΘΗΣΗ				12:30-15:00	12:30-15:00
LASER					
ΑΓΩΝΙΣΤΙΚΟ	14:30-17:30		14:30-17:30	12:30-17:00	12:30-17:00