

Δ.Ο.Π.Α.Π. - ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΓΥΜΝΑΣΤΗΡΙΟΥ ΟΔΟΥ ΞΑΝΘΙΠΠΟΥ – ΚΟΙΝΟΤΗΤΑΣ ΧΟΛΑΡΓΟΥ 9 -2020

ΠΙΝΑΚΑΣ ΟΜΑΔΙΚΩΝ ΜΑΘΗΜΑΤΩΝ

ΩΡΕΣ	ΔΕΥΤΕΡΑ	ΤΡΙΤΗ	ΤΕΤΑΡΤΗ	ΠΕΜΠΤΗ	ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ
08.30 - 09.05	ΣΟΥΗΔΙΚΗ 1 ^ο group	08.30-09.30 ΣΟΥΗΔΙΚΗ	ΣΟΥΗΔΙΚΗ 1 ^ο group	08.30-09.30 ΣΟΥΗΔΙΚΗ	ΣΟΥΗΔΙΚΗ 1 ^ο group
09:20 - 09:55	ΣΟΥΗΔΙΚΗ 2 ^ο group	10.00-11.00 PILATES	ΣΟΥΗΔΙΚΗ 2 ^ο group	10.00-11.00 PILATES	ΣΟΥΗΔΙΚΗ 2 ^ο group
10:15 - 10:50	PILATES 1 ^ο group		PILATES 1 ^ο group		PILATES 1 ^ο group
11:05 - 11:40	PILATES 2 ^ο group		PILATES 2 ^ο group		PILATES 2 ^ο group
17:00 - 17:35	ΣΟΥΗΔΙΚΗ 1 ^ο group		ΣΟΥΗΔΙΚΗ 1 ^ο group		ΣΟΥΗΔΙΚΗ 1 ^ο group
17:50 - 18:25	ΣΟΥΗΔΙΚΗ 2 ^ο group		ΣΟΥΗΔΙΚΗ 2 ^ο group		ΣΟΥΗΔΙΚΗ 2 ^ο group
19:00 - 19:35	PILATES 1 ^ο group	ΠΑΡΑΔΟΣΙΑΚΟΙ ΧΟΡΟΙ 19.15 - 20.00 1 ^ο group	PILATES 1 ^ο group		PILATES 1 ^ο group
19:50 - 20:25	PILATES 2 ^ο group	ΠΑΡΑΔΟΣΙΑΚΟΙ ΧΟΡΟΙ 20.15 - 21.00 2 ^ο group	PILATES 2 ^ο group		PILATES 2 ^ο group

*ΤΡΙΤΗ-ΠΕΜΠΤΗ ΣΟΥΗΔΙΚΗ Ή ΠΙΛΑΤΕΣ 1 ΩΡΑ