

Δ.Ο.Π.Α.Π. - ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΓΥΜΝΑΣΤΗΡΙΟΥ ΟΔΟΥ ΞΑΝΘΙΠΠΟΥ - ΚΟΙΝΟΤΗΤΑΣ ΧΟΛΑΡΓΟΥ 2 -2022

ΩΡΕΣ	ΔΕΥΤΕΡΑ	ΤΡΙΤΗ	ΤΕΤΑΡΤΗ	ΠΕΜΠΤΗ	ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ
08:30 - 09:30	ΣΟΥΗΔΙΚΗ ΝΕΟ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ	ΟΡΓΑΝΑ	ΣΟΥΗΔΙΚΗ ΝΕΟ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ	ΟΡΓΑΝΑ_	ΣΟΥΗΔΙΚΗ ΝΕΟ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ
09:30 - 10:30	ΣΟΥΗΔΙΚΗ_	ΟΡΓΑΝΑ	ΣΟΥΗΔΙΚΗ	ΟΡΓΑΝΑ	ΣΟΥΗΔΙΚΗ
10:30 - 11:30	PILATES_	10.00 - 11.00 PILATES	PILATES_	10.00 - 11.00 PILATES	PILATES_
11:30 - 15:00	ΟΡΓΑΝΑ	ΟΡΓΑΝΑ	ΟΡΓΑΝΑ	ΟΡΓΑΝΑ	ΟΡΓΑΝΑ
16:00 - 17:00	ΟΡΓΑΝΑ	ΟΡΓΑΝΑ	ΟΡΓΑΝΑ	ΟΡΓΑΝΑ	ΟΡΓΑΝΑ_
17:00 - 18:00	ΣΟΥΗΔΙΚΗ_	ΟΡΓΑΝΑ	ΣΟΥΗΔΙΚΗ_	ΟΡΓΑΝΑ	ΣΟΥΗΔΙΚΗ_
18:00 - 19:00	ΟΡΓΑΝΑ	ΟΡΓΑΝΑ	ΟΡΓΑΝΑ	ΟΡΓΑΝΑ	ΟΡΓΑΝΑ
19:00 - 20:00	PILATES_	ΠΑΡΑΔΟΣΙΑΚΟΙ ΧΟΡΟΙ 19.30 - 21.00	PILATES_	ΟΡΓΑΝΑ	PILATES_
20:00 - 21:00	ΟΡΓΑΝΑ_	ΟΡΓΑΝΑ	ΟΡΓΑΝΑ	ΟΡΓΑΝΑ	ΟΡΓΑΝΑ
21:00 - 22:00	ΟΡΓΑΝΑ	ΟΡΓΑΝΑ	ΟΡΓΑΝΑ	ΟΡΓΑΝΑ	ΟΡΓΑΝΑ