



# ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΠΡΟΠΟΝΗΣΕΩΝ SEASON 24-25

## ΔΕΥΤΕΡΑ

---

🥋   ΤΑΕ ΚΩΝ ΔΟ ΒΑΒΥ (3,5 - 5,5 ετών)	17.00-18.00
🥋   ΤΑΕ ΚΩΝ ΔΟ ΠΡΟΑΓΩΝΙΣΤΙΚΟ 1 (6-8 ετών)	18.00-19.00
🥋   ΤΑΕ ΚΩΝ ΔΟ ΠΡΟΑΓΩΝΙΣΤΙΚΟ 2 (9-10 ετών)	19.00-20.00
🥋   ΤΑΕ ΚΩΝ ΔΟ ΠΡΟΑΓΩΝΙΣΤΙΚΟ 3 (11-13 ετών)	20.00-21.00
🥋   ΤΑΕ ΚΩΝ ΔΟ ΑΓΩΝΙΣΤΙΚΟ (14 και άνω)	20.00-21.30

## ΤΡΙΤΗ

---

🏃   ΑΕΡΟΒΙΚΗ ΓΥΝΑΙΚΩΝ	17.30-18.30
-----------------------	-------------

## ΤΕΤΑΡΤΗ

---

🥋   ΤΑΕ ΚΩΝ ΔΟ ΒΑΒΥ (3,5 - 5,5 ετών)	17.00-18.00
🥋   ΤΑΕ ΚΩΝ ΔΟ ΠΡΟΑΓΩΝΙΣΤΙΚΟ 1 (6-8 ετών)	18.00-19.00
🥋   ΤΑΕ ΚΩΝ ΔΟ ΠΡΟΑΓΩΝΙΣΤΙΚΟ 2 (9-10 ετών)	19.00-20.00
🥋   ΤΑΕ ΚΩΝ ΔΟ ΠΡΟΑΓΩΝΙΣΤΙΚΟ 3 (11-13 ετών)	20.00-21.00
🥋   ΤΑΕ ΚΩΝ ΔΟ ΑΓΩΝΙΣΤΙΚΟ (14 και άνω)	20:00-21:30

## ΠΕΜΠΤΗ

---

🏃   ΑΕΡΟΒΙΚΗ ΓΥΝΑΙΚΩΝ	17.30-18.30
-----------------------	-------------

## ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ

---

🏃   ΑΕΡΟΒΙΚΗ ΓΥΝΑΙΚΩΝ	17.00-18.00
🥋   ΤΑΕ ΚΩΝ ΔΟ ΒΑΒΥ (3,5 - 5,5 ετών)	18.00-19.00
🥋   ΤΑΕ ΚΩΝ ΔΟ ΠΡΟΑΓΩΝΙΣΤΙΚΟ 1&2 (6-10 ετών) <small>*(κοινό τμήμα του προαγωνιστικού 1 και του προαγωνιστικού 2)</small>	19.00-20.00
🥋   ΤΑΕ ΚΩΝ ΔΟ ΠΡΟΑΓΩΝΙΣΤΙΚΟ 3 (11-13 ετών)	20.00-21.00
🥋   ΤΑΕ ΚΩΝ ΔΟ ΑΓΩΝΙΣΤΙΚΟ (14 και άνω)	20.00-21.30





## ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΠΡΟΠΟΝΗΣΕΩΝ ΑΕΡΟΒΙΚΗΣ ΓΥΝΑΙΚΩΝ

ΤΡΙΤΗ

ΑΕΡΟΒΙΚΗ ΓΥΝΑΙΚΩΝ

17.30-18.30

ΠΕΜΠΤΗ

ΑΕΡΟΒΙΚΗ ΓΥΝΑΙΚΩΝ

17.30-18.30

ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ

ΑΕΡΟΒΙΚΗ ΓΥΝΑΙΚΩΝ

17.00-18.00





# ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΠΡΟΠΟΝΗΣΕΩΝ ΤΑΕ KWON DO

## ΤΑΕΚ WON DO BABY (3,5 - 5,5 ετών)

ΔΕΥΤΕΡΑ  
17.00 - 18.00

ΤΕΤΑΡΤΗ  
17.00 - 18.00

ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ  
18.00 - 19.00

## ΤΑΕΚ WON DO ΠΡΟΑΓΩΝΙΣΤΙΚΟ 1 (6-8 ετών)

ΔΕΥΤΕΡΑ  
18.00 - 19.00

ΤΕΤΑΡΤΗ  
18.00 - 19.00

ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ  
19.00 - 20.00

## ΤΑΕΚ WON DO ΠΡΟΑΓΩΝΙΣΤΙΚΟ 2 (9-10 ετών)

ΔΕΥΤΕΡΑ  
19.00 - 20.00

ΤΕΤΑΡΤΗ  
19.00 - 20.00

ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ  
19.00 - 20.00

## ΤΑΕΚ WON DO ΠΡΟΑΓΩΝΙΣΤΙΚΟ 3 (11-13 ετών)

ΔΕΥΤΕΡΑ  
20.00 - 21.00

ΤΕΤΑΡΤΗ  
20.00 - 21.00

ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ  
20.00 - 21.00

## ΤΑΕΚ WON DO ΑΓΩΝΙΣΤΙΚΟ (14 ετών και άνω)

ΔΕΥΤΕΡΑ  
20.00 - 21.30

ΤΕΤΑΡΤΗ  
20.00 - 21.30

ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ  
20.00 - 21.30