

ΑΘΛΗΤΙΚΑ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΑ 2022-2023 ΔΗΜΟΥ ΠΑΛΑΙΟΥ ΦΑΛΗΡΟΥ Π.Ο.Α.Κ.Ε

ΓΥΜΝΑΣΤΕΣ	ΔΕΥΤΕΡΑ		ΤΡΙΤΗ		ΤΕΤΑΡΤΗ		ΠΕΜΠΤΗ		ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ	
	ΩΡΕΣ	ΤΟΠΟΘΕΣΙΑ	ΩΡΕΣ	ΤΟΠΟΘΕΣΙΑ	ΩΡΕΣ	ΤΟΠΟΘΕΣΙΑ	ΩΡΕΣ	ΤΟΠΟΘΕΣΙΑ	ΩΡΕΣ	ΤΟΠΟΘΕΣΙΑ
ΟΝΟΠΑ ΑΜΑΛΙΑ	9.00'-10.00' 10.10'-11.10' 12.15'-13.15'	ΜΠΕΦΟΝ ΜΠΕΦΟΝ ΑQUA PΙLATES	17.30'-18.30' 18.30'-19.30'	ΤΕΝΤΑ(ΔΑΚ) ΤΕΝΤΑ(ΔΑΚ)	9.00'-10.00' 10.10'-11.10'	ΜΠΕΦΟΝ ΘΕΡΑΠΕΥΤΙΚΗ	9.00'-10.00' 10.00'-11.00' 12.15'-13.15'	ΜΠΕΦΟΝ ΘΕΡΑΠΕΥΤΙΚΗ ΑQUA PΙLATES	9.00'-10.00' 10.10'-11.10' 12.15'-13.15'	ΜΠΕΦΟΝ ΜΠΕΦΟΝ ΑQUA PΙLATES
ΔΑΣΚΑΛΑΚΗΣ ΧΡΗΣΤΟΣ	8.30'-9.30' 9.30'-10.30' 10.45'-12.45'	ΜΑΜΑΛΗ ΜΑΜΑΛΗ ΤΕΝΤΑ(ΔΑΚ)			8.30'-9.30' 9.30'-10.30' 10.45'-12.45'	ΜΑΜΑΛΗ ΜΑΜΑΛΗ ΤΕΝΤΑ (ΔΑΚ)	18.15'-19.15' 19.15-20.15'	ΤΕΝΤΑ(ΔΑΚ) ΤΕΝΤΑ(ΔΑΚ)	8.30'-9.30' 9.30'-10.30' 10.45'-12.45'	ΜΑΜΑΛΗ ΜΑΜΑΛΗ ΤΕΝΤΑ(ΔΑΚ)
ΑΓΓΕΛΑΚΗΣ ΔΗΜΗΤΡΗΣ	9.00'-10.00" 10.10'-11.10" 16.10'-17.00' 17.00'-18.00'	ΜΠΕΦΟΝ ΜΠΕΦΟΝ ΤΕΝΤΑ ΤΕΝΤΑ	8.30'-9.30' 10.10'-11.10"	ΛΗΤΟΥΣ ΛΗΤΟΥΣ	8.30'-9.30' 10.10'-11.00"	ΛΗΤΟΥΣ ΜΠΕΦΟΝ	8.30'-9.30' 10.00'-11.00"	ΛΗΤΟΥΣ ΛΗΤΟΥΣ	8.30'-9.30' 10.00'-11.00"	ΛΗΤΟΥΣ ΜΠΕΦΟΝ
ΤΡΟΥΓΚΑΚΟΥ ΑΣΠΑΣΙΑ					17.00'-18.00' 18.00'-19.00' 19.00'-20.00'	ΤΕΝΤΑ (ΔΑΚ) ΤΕΝΤΑ (ΔΑΚ) ΤΕΝΤΑ (ΔΑΚ)				
ΠΑΙΔΙΚΟ ΤΜΗΜΑ ΛΙΟΝΤΟΥ ΝΤΙΝΑ	17.00'18.00'	ΔΑΚ			17.00'18.00'	ΔΑΚ				
ΠΑΡ.ΧΟΡΟΙ ΚΑΡΦΗΣ ΓΙΑΝΝΗΣ	17.00''22.00'	ΛΗΤΟΥΣ	17.00'22.00'	ΛΗΤΟΥΣ	17.00'22.00'	ΛΗΤΟΥΣ	17.00'22.00'	ΛΗΤΟΥΣ	8.30' 14.30''	ΛΗΤΟΥΣ
ΠΛΕΞΙΜΟ ΚΕΝΤΗΜΑ					17.00'19.00'	ΗΧΟΥΣ 26				