

**ΕΒΔΟΜΑΔΙΑΙΟ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΠΡΟΠΟΝΗΣΕΩΝ 2016-2017**Τηλ. 2108991154 <http://www.arisvoulas.gr> mail: info@arisvoulas.gr

5Χ5

17.30-18.30 ΑΡΕΙΑΝΑΚΙΑ 2 ΝΕΟΦΩΤΙΣΤΟΣ	18.30-19.20 PROJUNIOR PERF ΑΠΕΡΓΗΣ	19.30-20.20 JUNIOR 2 PERF ΑΠΕΡΓΗΣ	20.30-21.20 JNR2+ΠΑΜΠ 2 PERF ΑΠΕΡΓΗΣ	21.30-22.20 ΠΑΙΔΙΚΟ PERF ΑΠΕΡΓΗΣ
--	--	---	--	--

ΜΕΓΑΛΟ ΓΗΠΕΔΟ 11Χ11

17.00-18.30 A ΠΑΜΠΑΙΔΕΣ 1 ΔΕΛΗΓΙΑΝΝΗΣ	19.00-20.30 ΑΝΔΡΙΚΟ ΔΑΓΓ-ΔΕΛΗΓ	ΟΛΟ	20.30-22.00 ΕΦΗΒΙΚΟ 1 ΚΑΒΑΣΗΣ A
18.30-19.30 B ΑΡΕΙΑΝΑΚΙΑ 1 ΝΕΟΦΩΤΙΣΤΟΣ	18.30-19.30 ΤΦ JR1-ΠΑΜ2-ΠΑΙΔ ΒΑΣΙΛΟΠΟΥΛΟΣ		20.30-22.00 ΕΦΗΒΙΚΟ 2 ΚΟΥΜΑΡΑΣ B

ΔΕΥΤΕΡΑ

5Χ5

17.00-18.00 B ΠΡΟΤΖΟΥΝΙΟΡ ΑΛΕΞΟΠΟΥΛΟΣ	16.00-17.00 ΑΘΛΗΤΙΚΟΣ ΧΟΡΟΣ ΣΑΜΙΩΤΑΚΗ	19.00-19.50 ΠΑΜΠΑΙΔΕΣ 1 PERF ΑΠΕΡΓΗΣ	20.00-20.50 ΕΦΗΒΙΚΟ PERF ΑΠΕΡΓΗΣ	21.00-21.50 ΕΦΗΒΙΚΟ PERF ΑΠΕΡΓΗΣ
---	---	--	--	--

ΜΕΓΑΛΟ ΓΗΠΕΔΟ 11Χ11

17.40-19.10 B ΠΑΜΠΑΙΔΕΣ 2 ΚΟΥΜΑΡΑΣ	19.00-20.30 A ΑΝΔΡΙΚΟ ΔΑΓΓ-ΔΕΛΗΓ		20.30-22.00 ΟΛΟ ΠΑΙΔΙΚΟ ΚΟΥΜΑΡΑΣ
18.00-19.00 A JUNIOR 2 ΑΛΕΞΟΠΟΥΛΟΣ	18.30-19.30 ΤΦ JNR1-ΠΑΜ1-PRJN ΒΑΣΙΛΟΠΟΥΛΟΣ	19.30-20.30 B JUNIOR 1 ΚΑΒΑΣΗΣ	

ΤΡΙΤΗ

5Χ5

	18.00-19.00 ΑΡΕΙΑΝΑΚΙΑ 1 ΝΕΟΦΩΤΙΣΤΟΣ	19.30-20.30 JUNIOR 1 ΚΑΒΑΣΗΣ	
--	--	------------------------------------	--

ΜΕΓΑΛΟ ΓΗΠΕΔΟ 11Χ11

			20.30-22.00 A ΕΦΗΒΙΚΟ 1 ΚΑΒΑΣΗΣ
17.00-18.30 B ΠΑΜΠΑΙΔΕΣ 1 ΔΕΛΗΓΙΑΝΝΗΣ	19.00-20.30 ΑΝΔΡΙΚΟ ΔΑΓΓ-ΔΕΛΗΓ-ΒΑΣ	ΟΛΟ	20.30-22.00 B ΕΦΗΒΙΚΟ 2 ΚΟΥΜΑΡΑΣ

ΤΕΤΑΡΤΗ

5Χ5

17.30-18.30 ΑΡΕΙΑΝΑΚΙΑ 2 ΝΕΟΦΩΤΙΣΤΟΣ	18.30-19.30 ΑΡΕΙΑΝΑΚΙΑ 1 ΝΕΟΦΩΤΙΣΤΟΣ	19.30-20.20 JUNIOR 1 PERF ΑΠΕΡΓΗΣ	20.30-21.20 ΠΑΜΠ. 1-2 PERF ΑΠΕΡΓΗΣ	21.20-22.10 ΠΑΜΠ 1-2 ΑΠΕΡΓΗΣ
--	--	---	--	------------------------------------

ΜΕΓΑΛΟ ΓΗΠΕΔΟ 11Χ11

17.40-19.10 A ΠΑΜΠΑΙΔΕΣ 2 ΚΟΥΜΑΡΑΣ	18.00-19.00 A JUNIOR 2 ΑΛΕΞΟΠΟΥΛΟΣ		20.30-22.00 A ΕΦΗΒΙΚΟ ΚΑΒΑΣΗΣ
17.00-18.00 B PROJUNIOR ΑΛΕΞΟΠΟΥΛΟΣ	19.00-20.30 ΑΝΔΡΙΚΟ ΔΑΓΓ-ΔΕΛ-ΒΑΣΙΛ	ΟΛΟ	20.30-22.00 B ΠΑΙΔΙΚΟ ΚΟΥΜΑΡΑΣ

ΠΕΜΠΤΗ

5Χ5

16.00-17.00 ΑΘΛ.ΧΟΡΟΣ ΣΑΜΙΩΤΑΚΗ	17.30-18.30 JUNIOR 2 ΑΛΕΞΟΠΟΥΛΟΣ	
---------------------------------------	--	--

ΜΕΓΑΛΟ ΓΗΠΕΔΟ 11Χ11

17.40-19.10 ΠΑΜΠΑΙΔΕΣ 2 B ΚΟΥΜΑΡΑΣ	19.00-20.30 A ΑΝΔΡΙΚΟ ΔΑΓΓ-ΔΕΛΗΓ		20.30-22.00 A ΠΑΙΔΙΚΟ ΚΟΥΜΑΡΑΣ
17.00-18.30 ΠΑΜΠΑΙΔΕΣ 1 A ΔΕΛΗΓΙΑΝΝΗΣ	GOALKEEPERS PERSONAL TRAINING ΒΑΣΙΛΟΠΟΥΛΟΣ	19.00-20.00 B JUNIOR 1 ΚΑΒΑΣΗΣ	20.10-21.40 B ΕΦΗΒΙΚΟ 3 ΚΑΒΑΣΗΣ

ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ