

ΙΟΥΛΙΟΣ 2018

Πρόγραμμα Προπονήσεων Δρόμων Αντοχής Αγωνιστικές Ομάδες και Ακαδημία

Κυριακή	Δευτέρα	Τρίτη	Τετάρτη	Πέμπτη	Παρασκευή	Σάββατο
1	2	3	4	5	6	7
	ΠΑΠΑΚΟΣΜΑ ΑΓΩΝΙΣΤΙΚΗ ΟΜΑΔΑ ΚΑΙ ΦΥΤΩΡΙΟ ΑΚΑΔΗΜΙΑ ROLLER		ΠΑΠΑΚΟΣΜΑ ΑΓΩΝΙΣΤΙΚΗ ΟΜΑΔΑ ΚΑΙ ΦΥΤΩΡΙΟ ΑΚΑΔΗΜΙΑ ΒΟΥΝΟ		ΠΑΠΑΚΟΣΜΑ ΑΓΩΝΙΣΤΙΚΗ ΟΜΑΔΑ ΚΑΙ ΦΥΤΩΡΙΟ ΑΚΑΔΗΜΙΑ ROLLER	
8	9	10	11	12	13	14
	ΠΑΠΑΚΟΣΜΑ ΑΓΩΝΙΣΤΙΚΗ ΟΜΑΔΑ ΚΑΙ ΦΥΤΩΡΙΟ ΑΚΑΔΗΜΙΑ ROLLER		ΠΑΠΑΚΟΣΜΑ ΑΓΩΝΙΣΤΙΚΗ ΟΜΑΔΑ ΚΑΙ ΦΥΤΩΡΙΟ ΑΚΑΔΗΜΙΑ ΒΟΥΝΟ		ΠΑΠΑΚΟΣΜΑ ΑΓΩΝΙΣΤΙΚΗ ΟΜΑΔΑ ΚΑΙ ΦΥΤΩΡΙΟ ΑΚΑΔΗΜΙΑ ROLLER	
15	16	17	18	19	20	21
	ΠΑΠΑΚΟΣΜΑ ΑΓΩΝΙΣΤΙΚΗ ΟΜΑΔΑ ΚΑΙ ΦΥΤΩΡΙΟ ΑΚΑΔΗΜΙΑ ROLLER		ΠΑΠΑΚΟΣΜΑ ΑΓΩΝΙΣΤΙΚΗ ΟΜΑΔΑ ΚΑΙ ΦΥΤΩΡΙΟ ΑΚΑΔΗΜΙΑ ΒΟΥΝΟ		ΠΑΠΑΚΟΣΜΑ ΑΓΩΝΙΣΤΙΚΗ ΟΜΑΔΑ ΚΑΙ ΦΥΤΩΡΙΟ ΑΚΑΔΗΜΙΑ ΒΟΥΝΟ	
22	23	24	25	26	27	28
	ΠΑΠΑΚΟΣΜΑ ΑΓΩΝΙΣΤΙΚΗ ΟΜΑΔΑ ΚΑΙ ΦΥΤΩΡΙΟ ΑΚΑΔΗΜΙΑ ROLLER		ΠΑΠΑΚΟΣΜΑ ΑΓΩΝΙΣΤΙΚΗ ΟΜΑΔΑ ΚΑΙ ΦΥΤΩΡΙΟ ΑΚΑΔΗΜΙΑ ROLLER		ΠΑΠΑΚΟΣΜΑ ΑΓΩΝΙΣΤΙΚΗ ΟΜΑΔΑ ΚΑΙ ΦΥΤΩΡΙΟ ΑΚΑΔΗΜΙΑ ROLLER	ΠΑΠΑΚΟΣΜΑ ΑΓΩΝΙΣΤΙΚΗ ΟΜΑΔΑ ΚΑΙ ΦΥΤΩΡΙΟ ΑΚΑΔΗΜΙΑ ΒΟΥΝΟ
29	30	31	1	2		
	ΠΑΠΑΚΟΣΜΑ ΑΓΩΝΙΣΤΙΚΗ ΟΜΑΔΑ ΚΑΙ ΦΥΤΩΡΙΟ ΑΚΑΔΗΜΙΑ ROLLER	ΠΑΠΑΚΟΣΜΑ ΑΓΩΝΙΣΤΙΚΗ ΟΜΑΔΑ ΚΑΙ ΦΥΤΩΡΙΟ ΑΚΑΔΗΜΙΑ ROLLER				

Σε περίπτωση κακοκαιρίας η προπόνηση θα αναβάλλεται κατόπιν τηλεφωνικής συνεννόησης με τον Προπονητή