

Μάιος 2018

Πρόγραμμα Προπονήσεων Δρόμων Αντοχής

Αγωνιστικές Ομάδες και Ακαδημία

Κυριακή	Δευτέρα	Τρίτη	Τετάρτη	Πέμπτη	Παρασκευή	Σάββατο
30	31	1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
ΑΓΩΝΙΣΤΙΚΗ ΟΜΑΔΑ ΠΑΙΔΩΝ	ΦΥΤΩΡΙΟ ΑΚΑΔΗΜΙΑ	ΑΓΩΝΙΣΤΙΚΗ ΟΜΑΔΑ ΠΑΙΔΩΝ		ΦΥΤΩΡΙΟ ΑΚΑΔΗΜΙΑ	ΑΓΩΝΙΣΤΙΚΗ ΟΜΑΔΑ ΠΑΙΔΩΝ	
13	14	15	16	17	18	19
	ΦΥΤΩΡΙΟ ΑΚΑΔΗΜΙΑ	ΑΓΩΝΙΣΤΙΚΗ ΟΜΑΔΑ ΠΑΙΔΩΝ		ΦΥΤΩΡΙΟ ΑΚΑΔΗΜΙΑ	ΑΓΩΝΙΣΤΙΚΗ ΟΜΑΔΑ ΠΑΙΔΩΝ	ΑΓΩΝΙΣΤΙΚΗ ΟΜΑΔΑ ΠΑΙΔΩΝ
20	21	22	23	24	25	26
	ΦΥΤΩΡΙΟ ΑΚΑΔΗΜΙΑ	ΑΓΩΝΙΣΤΙΚΗ ΟΜΑΔΑ ΠΑΙΔΩΝ		ΦΥΤΩΡΙΟ ΑΚΑΔΗΜΙΑ	ΑΓΩΝΙΣΤΙΚΗ ΟΜΑΔΑ ΠΑΙΔΩΝ	
27	28	29	30	31		
		ΑΓΩΝΙΣΤΙΚΗ ΟΜΑΔΑ ΠΑΙΔΩΝ		ΦΥΤΩΡΙΟ ΑΚΑΔΗΜΙΑ ΑΓΩΝΙΣΤΙΚΗ ΟΜΑΔΑ ΠΑΙΔΩΝ	<u>Σε περίπτωση κακοκαιρίας η προπόνηση θα αναβάλλεται κατόπιν τηλεφωνικής συνεννόησης με τον Προπονητή</u>	

Αγωνιστική Ομάδα Παίδων
Ακολουθεί πρόγραμμα με κόκκινα γράμματα

Ακαδημία – Φυτόριο
Ακολουθεί πρόγραμμα με μπλε γράμματα

ΑΓΩΝΙΣΤΙΚΗ ΟΜΑΔΑ ΕΦΗΒΩΝ
Ακολουθεί πρόγραμμα με μαύρα γράμματα