



ΔΕΥΤΕΡΑ	ΤΡΙΤΗ	ΤΕΤΑΡΤΗ	ΠΕΜΠΤΗ	ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ	ΣΑΒΒΑΤΟ
9:00-10:00 ΑΕΡΟΒΙΚΗ/ΣΟΥΗΔΙΚΗ	9:00-10:00 PILATES	9:00-10:00 ΦΥΣΙΚΗ ΚΑΤΑΣΤΑΣΗ ΣΤΟΝ ΣΤΙΒΟ	9:00-10:00 PILATES FITBALL	9:00-10:00 ΦΥΣΙΚΗ ΚΑΤΑΣΤΑΣΗ ΣΤΟΝ ΣΤΙΒΟ	9:00-10:00 ΡΥΘΜΙΚΗ (3,5 - 5 ΕΤΩΝ)
10:00-11:00 ΑΕΡΟΒΙΚΗ/ΣΟΥΗΔΙΚΗ	10:00-11:00 PILATES	9:00-10:00 ΑΕΡΟΒΙΚΗ/ΣΟΥΗΔΙΚΗ	10:00-11:00 PILATES FITBALL	9:00-10:00 ΑΕΡΟΒΙΚΗ/ΣΟΥΗΔΙΚΗ	10:00-11:00 ΡΥΘΜΙΚΗ (5-7 ΕΤΩΝ)
	11:00-12:00 TRX	10:00-11:00 ΑΕΡΟΒΙΚΗ/ΣΟΥΗΔΙΚΗ	11:00-12:00 TRX	10:00-11:00 ΑΕΡΟΒΙΚΗ/ΣΟΥΗΔΙΚΗ	11:00-12:00 ΡΥΘΜΙΚΗ (7-9 ΕΤΩΝ)
	11:00-12:00 YOGA	10:00-11:00 CROSS TRAINING		10:00-11:00 CROSS TRAINING	12:00-13:00 ΡΥΘΜΙΚΗ (9-11 ΕΤΩΝ)
	16:00-17:00 ΡΥΘΜΙΚΗ (3,5 - 5 ΕΤΩΝ)	11:00-12:00 TRX	16:00-17:00 ΡΥΘΜΙΚΗ (3,5 - 5 ΕΤΩΝ)	11:00-12:00 TRX	13:00-14:00 ΡΥΘΜΙΚΗ (11-13 ΕΤΩΝ)
	17:00-18:00 ΡΥΘΜΙΚΗ (5-7 ΕΤΩΝ)		17:00-18:00 ΡΥΘΜΙΚΗ (5-7 ΕΤΩΝ)		
	18:00 -19:00 ΡΥΘΜΙΚΗ (7-9 ΕΤΩΝ)		18:00 -19:00 ΡΥΘΜΙΚΗ (7-9 ΕΤΩΝ)		
	19:00-20:00 ΡΥΘΜΙΚΗ (9-11 ΕΤΩΝ)		19:00-20:00 ΡΥΘΜΙΚΗ (9-11 ΕΤΩΝ)		
	20:00-21:00 ΡΥΘΜΙΚΗ (11-13 ΕΤΩΝ)		20:00-21:00 ΡΥΘΜΙΚΗ (11-13 ΕΤΩΝ)		
	21:00-22:00 YOGA		21:00-22:00 YOGA		

Η ΑΙΘΟΥΣΑ ΜΥΙΚΗΣ ΕΝΔΥΝΑΜΩΣΗΣ "ΓΙΩΡΓΟΣ ΒΑΜΒΑΚΑΣ" ΛΕΙΤΟΥΡΓΕΙ ΔΕΥΤΕΡΑ ΕΩΣ ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ 8:00-22:00 & ΣΑΒΒΑΤΟ 10:00-18:00 ΠΑΝΤΑ ΜΕ ΕΠΙΒΛΕΨΗ ΓΥΜΝΑΣΤΗ

ΤΜΗΜΑ ΠΥΓΜΑΧΙΑΣ ΠΑΙΔΙΩΝ & ΕΝΗΛΙΚΩΝ ΔΕΥΤΕΡΑ ΕΩΣ ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ 18:00-19:00 & 19:00-21:00



ΔΕΥΤΕΡΑ	ΤΡΙΤΗ	ΤΕΤΑΡΤΗ	ΠΕΜΠΤΗ	ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ	ΣΑΒΒΑΤΟ
8:15-9:00 YOGA	9:00-10:00 ΑΕΡΟΒΙΚΗ/ΣΟΥΗΔΙΚΗ ΓΥΜΝΑΣΤΙΚΗ	9:00-10:00 ΑΕΡΟΒΙΚΗ/ΣΟΥΗΔΙΚΗ ΓΥΜΝΑΣΤΙΚΗ	9:00-10:00 ΑΕΡΟΒΙΚΗ/ΣΟΥΗΔΙΚΗ ΓΥΜΝΑΣΤΙΚΗ	9:00-10:00 ΑΕΡΟΒΙΚΗ/ΣΟΥΗΔΙΚΗ ΓΥΜΝΑΣΤΙΚΗ	
9:00-10:00 ΑΕΡΟΒΙΚΗ/ΣΟΥΗΔΙΚΗ ΓΥΜΝΑΣΤΙΚΗ	10:00-11:00 PILATES	10:00-11:00 PILATES	10:00-11:00 YOGA	10:00-11:00 PILATES	9:00-10:00 TOTAL BODY/ ΜΥΙΚΗ ΕΝΔΥΝΑΜΩΣΗ
10:00-11:00 PILATES					10:00-11:00 YOGA / PILATES-FITBALL
16:00-17:00 ΡΥΘΜΙΚΗ (3,5-6 ΕΤΩΝ)	16:15-17:15 ΡΥΘΜΙΚΗ (7-9 ΕΤΩΝ)	16:15-17:15 ΡΥΘΜΙΚΗ (7-9 ΕΤΩΝ)	16:15-17:15 ΞΙΦΑΣΚΙΑ (8-11ΕΤΩΝ)	16:00-16:45 ΡΥΘΜΙΚΗ (3,5-6 ΕΤΩΝ)	11:00-14:00 KID DANCE -ΜΟΝΤΕΡΝΟΙ ΧΟΡΟΙ (τμήματα επιδείξεων)
17:00-18:00 ΞΙΦΑΣΚΙΑ (4-7 ΕΤΩΝ)	17:15-18:15 ΡΥΘΜΙΚΗ (10-12 ΕΤΩΝ)	17:15-18:15 ΡΥΘΜΙΚΗ (10-12 ΕΤΩΝ)	17:15-18:15 ΞΙΦΑΣΚΙΑ (4-6 ΕΤΩΝ)	16:45-17:45 ΡΥΘΜΙΚΗ (7-9 ΕΤΩΝ)	16:00-19:30 ΡΥΘΜΙΚΗ (τμήματα επιδείξεων)
18:00-19:00 ΞΙΦΑΣΚΙΑ (8-11ΕΤΩΝ)	18:15 -19:30 KID DANCE -ΜΟΝΤΕΡΝΟΙ ΧΟΡΟΙ (ΑΠΟ 6 ΕΤΩΝ)	18:30 - 20:00 ΛΑΤΙΝ/ΕΥΡΩΠΑΪΚΟΙ ΧΟΡΟΙ (ΑΡΧΑΡΙΟΙ)	18:15 -19:15 KID DANCE -ΜΟΝΤΕΡΝΟΙ ΧΟΡΟΙ (ΑΠΟ 6 ΕΤΩΝ)	17:45-18:45 ΡΥΘΜΙΚΗ (10-12 ΕΤΩΝ)	
19:00-20:00 TOTAL BODY/ ΜΥΙΚΗ ΕΝΔΥΝΑΜΩΣΗ	19:30-20:30 TOTAL BODY/ ΜΥΙΚΗ ΕΝΔΥΝΑΜΩΣΗ	20:00-21:30 ΛΑΤΙΝ/ΕΥΡΩΠΑΪΚΟΙ ΧΟΡΟΙ (ΠΡΟΧΩΡΗΜΕΝΟΙ)	19:15-20:15 ΑΕΡΟΒΙΚΗ/ΣΟΥΗΔΙΚΗ ΓΥΜΝΑΣΤΙΚΗ	18:45-19:30 KID DANCE -ΜΟΝΤΕΡΝΟΙ ΧΟΡΟΙ (ΑΠΟ 6 ΕΤΩΝ)	
20:00-21:00 PILATES-FITBALL	20:30-21:30 YOGA / PILATES-FITBALL			19:30-20:30 TOTAL BODY/ ΜΥΙΚΗ ΕΝΔΥΝΑΜΩΣΗ	
				20:30-21:30 YOGA / PILATES-FITBALL	



ΔΕΥΤΕΡΑ	ΤΡΙΤΗ	ΤΕΤΑΡΤΗ	ΠΕΜΠΤΗ	ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ
9:00-14:30 ΤΜΗΜΑΤΑ ΕΝΗΛΙΚΩΝ	8:15-14:30 ΤΜΗΜΑΤΑ ΕΝΗΛΙΚΩΝ	8:15-14:30 ΤΜΗΜΑΤΑ ΕΝΗΛΙΚΩΝ	8:15-14:30 ΤΜΗΜΑΤΑ ΕΝΗΛΙΚΩΝ	8:15-14:30 ΤΜΗΜΑΤΑ ΕΝΗΛΙΚΩΝ
12:30-13:30 AQUA FITNESS	12:30-13:30 FITNESS AQUA	12:30-13:30 AQUA FITNESS	12:30-13:30 AQUA FITNESS	12:30-13:30 AQUA FITNESS
14:30-18:00 ΤΜΗΜΑΤΑ ΠΑΙΔΙΚΑ	14:30-18:00 ΤΜΗΜΑΤΑ ΠΑΙΔΙΚΑ	14:30-18:00 ΤΜΗΜΑΤΑ ΠΑΙΔΙΚΑ	14:30-18:00 ΤΜΗΜΑΤΑ ΠΑΙΔΙΚΑ	14:30-18:00 ΤΜΗΜΑΤΑ ΠΑΙΔΙΚΑ
20:00-22:00 ΤΜΗΜΑΤΑ ΕΝΗΛΙΚΩΝ	20:00-22:00 ΤΜΗΜΑΤΑ ΕΝΗΛΙΚΩΝ	20:00-22:00 ΤΜΗΜΑΤΑ ΕΝΗΛΙΚΩΝ	20:00-22:00 ΤΜΗΜΑΤΑ ΕΝΗΛΙΚΩΝ	20:00-22:00 ΤΜΗΜΑΤΑ ΕΝΗΛΙΚΩΝ



ΔΕΥΤΕΡΑ		ΤΡΙΤΗ		ΤΕΤΑΡΤΗ		ΠΕΜΠΤΗ		ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ		ΣΑΒΒΑΤΟ	
ΑΙΘ.1	ΑΙΘ.2	ΑΙΘ.1	ΑΙΘ.2	ΑΙΘ.1	ΑΙΘ.2	ΑΙΘ.1	ΑΙΘ.2	ΑΙΘ.1	ΑΙΘ.2	ΑΙΘ.1	ΑΙΘ.2
	9:00-10:00 ΑΕΡΟΒΙΚΗ/ ΣΟΥΗΔΙΚΗ ΓΥΜΝΑΣΤΙΚΗ		9:00-10:00 ΑΕΡΟΒΙΚΗ/ ΣΟΥΗΔΙΚΗ ΓΥΜΝΑΣΤΙΚΗ		9:00-10:00 ΑΕΡΟΒΙΚΗ/ ΣΟΥΗΔΙΚΗ ΓΥΜΝΑΣΤΙΚΗ		9:00-10:00 ΑΕΡΟΒΙΚΗ/ ΣΟΥΗΔΙΚΗ ΓΥΜΝΑΣΤΙΚΗ		9:00-10:00 ΑΕΡΟΒΙΚΗ/ ΣΟΥΗΔΙΚΗ ΓΥΜΝΑΣΤΙΚΗ	11:00-12:00 ΘΕΑΤΡΙΚΟ ΠΑΙΧΝΙΔΙ (4-6 ΕΤΩΝ)	11:00-12:00 ΘΕΑΤΡΙΚΟ ΠΑΙΧΝΙΔΙ (4-6 ΕΤΩΝ)
	10:00-11:00 ΑΕΡΟΒΙΚΗ/ ΣΟΥΗΔΙΚΗ ΓΥΜΝΑΣΤΙΚΗ		10:00-11:00 ΑΕΡΟΒΙΚΗ/ ΣΟΥΗΔΙΚΗ ΓΥΜΝΑΣΤΙΚΗ		10:00-11:00 ΑΕΡΟΒΙΚΗ/ ΣΟΥΗΔΙΚΗ ΓΥΜΝΑΣΤΙΚΗ		10:00-11:00 ΑΕΡΟΒΙΚΗ/ ΣΟΥΗΔΙΚΗ ΓΥΜΝΑΣΤΙΚΗ		10:00-11:00 ΑΕΡΟΒΙΚΗ/ ΣΟΥΗΔΙΚΗ ΓΥΜΝΑΣΤΙΚΗ	12:30-14:00 ΘΕΑΤΡΙΚΟ ΠΑΙΧΝΙΔΙ (10-12 ΕΤΩΝ)	12:00-13:00 ΘΕΑΤΡΙΚΟ ΠΑΙΧΝΙΔΙ (7-9ΕΤΩΝ)
		16:00-17:00 ΚΛΑΣΙΚΟ ΜΠΑΛΕΤΟ (3-5 ΕΤΩΝ)	16:00 - 17:30 ΕΙΦΑΣΚΙΑ (4-7 ΕΤΩΝ)	16:30-17:30 ΡΥΘΜΙΚΗ (4-6 ΕΤΩΝ)		16:00-17:00 ΚΛΑΣΙΚΟ ΜΠΑΛΕΤΟ (3-5 ΕΤΩΝ)		17:00-18:00 ΡΥΘΜΙΚΗ (4-6 ΕΤΩΝ)	16:00 - 17:00 ΕΙΦΑΣΚΙΑ (4-7 ΕΤΩΝ)	14:30-16:00 ΜΠΑΛΕΤΟ ΕΝΗΛΙΚΩΝ	13:00-14:30 ΘΕΑΤΡΙΚΟ ΠΑΙΧΝΙΔΙ (13-16 ΕΤΩΝ)
17:00-18:00 ΡΥΘΜΙΚΗ (4-6 ΕΤΩΝ)		17:00-18:00 ΚΛΑΣΙΚΟ ΜΠΑΛΕΤΟ (6-8 ΕΤΩΝ)	17:30-18:30 ΕΙΦΑΣΚΙΑ (8-11 ΕΤΩΝ)	17:30-18:30 ΡΥΘΜΙΚΗ (7-10 ΕΤΩΝ)		17:00-18:00 ΚΛΑΣΙΚΟ ΜΠΑΛΕΤΟ (6-8 ΕΤΩΝ)		18:00-19:00 ΡΥΘΜΙΚΗ (7-10 ΕΤΩΝ)	17:00-18:00 ΕΙΦΑΣΚΙΑ (8-11 ΕΤΩΝ)	16:00-18:00 ΜΗ ΚΥΒΕΡΝΗΤΙΚΟΣ ΟΡΓΑΝΙΣΜΟΣ "ΠΡΑΞΗ ΚΑΙ ΜΑΘΗΣΗ "	15:00-17:00 ΘΕΑΤΡΙΚΟ ΕΡΓΑΣΤΗΡΙ ΕΝΗΛΙΚΩΝ
18:00-19:00 ΡΥΘΜΙΚΗ (7-10 ΕΤΩΝ)	17:30-19:00 YOGA	18:00-19:00 ΚΛΑΣΙΚΟ ΜΠΑΛΕΤΟ (9-11 ΕΤΩΝ)	18:30-20:00 ΛΑΤΙΝ/ ΕΥΡΩΠΑΪΚΟΙ ΧΟΡΟΙ (ΑΡΧ)		17:30-19:00 YOGA		18:00-19:00 ΚΛΑΣΙΚΟ ΜΠΑΛΕΤΟ (9-11 ΕΤΩΝ)		18:00-19:00 YOGA		
19:00-20:00 ΑΕΡΟΒΙΚΗ ΓΥΜΝΑΣΤΙΚΗ/ ΜΥΣΙΚΗ ΕΝΔΥΝΑΜΩΣΗ	19:00-20:30 ORIENTAL (αρχ)	19:00-20:00 ΑΕΡΟΒΙΚΗ ΓΥΜΝΑΣΤΙΚΗ/ ΜΥΣΙΚΗ ΕΝΔΥΝΑΜΩΣΗ	20:00-21:30 ΛΑΤΙΝ/ ΕΥΡΩΠΑΪΚΟΙ ΧΟΡΟΙ (ΠΡΟΧ)		19:00-20:00 ΑΕΡΟΒΙΚΗ ΓΥΜΝΑΣΤΙΚΗ/ ΜΥΣΙΚΗ ΕΝΔΥΝΑΜΩΣΗ		19:00-20:00 ΑΕΡΟΒΙΚΗ ΓΥΜΝΑΣΤΙΚΗ/ ΜΥΣΙΚΗ ΕΝΔΥΝΑΜΩΣΗ		19:00-20:00 ΑΕΡΟΒΙΚΗ ΓΥΜΝΑΣΤΙΚΗ/ ΜΥΣΙΚΗ ΕΝΔΥΝΑΜΩΣΗ		
20:00 - 21:00 PILATES/ PROPS	20:30-22:00 ORIENTAL (προχ)	20:00 - 21:00 PILATES/ PROPS			20:00 - 21:00 PILATES/ PROPS		20:00 - 21:00 PILATES/ PROPS		20:00 - 21:00 PILATES/ PROPS		
		21:00-22:15 ΜΠΑΛΕΤΟ ΕΝΗΛΙΚΩΝ									

ΑΙΘ.3 ΚΑΡΑΤΕ: ΔΕΥΤΕΡΑ & ΤΕΤΑΡΤΗ 17:30-18:30 / 18:30-19:30

ΑΙΘ.3 KICK BOXING: ΤΡΙΤΗ + ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ 17:00-18:00& ΠΕΜΠΤΗ 16:30-17:30

ΑΙΘ.1. ΚΥΡΙΑΚΗ 11:00-14:00 "ΠΡΑΞΗ ΚΑΙ ΜΑΘΗΣΗ"



ΔΕΥΤΕΡΑ		ΤΡΙΤΗ		ΤΕΤΑΡΤΗ		ΠΕΜΠΤΗ		ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ		ΣΑΒΒΑΤΟ		ΚΥΡΙΑΚΗ
ΑΙΘ.ΑΡΙΣΤ	ΑΙΘ.ΔΕΞ	ΑΙΘ.ΑΡΙΣΤ	ΑΙΘ.ΔΕΞ	ΑΙΘ.ΑΡΙΣΤ.	ΑΙΘ.ΔΕΞ	ΑΙΘ.ΑΡΙΣΤ	ΑΙΘ.ΔΕΞ	ΑΙΘ.ΑΡΙΣΤ	ΑΙΘ.ΔΕΞ	ΑΙΘ.ΑΡΙΣΤ	ΑΙΘ.ΔΕΞ	ΑΙΘ.ΑΡΙΣΤ
		9:00-10:00 ΒΙΚΕΛΑΣ YOGA				9:00-10:00 ΒΙΚΕΛΑΣ YOGA					11:00-12:00 ΘΕΑΤΡΙΚΟ ΠΑΙΧΝΙΔΙ ΒΙΚΕΛΑΣ	
		10:30-11:30 ΒΙΚΕΛΑΣ YOGA ΑΡΧ				10:30-11:30 ΒΙΚΕΛΑΣ YOGA ΑΡΧ					12:00-13:00 AMAZONES ΕΝΟΡΓΑΝΗ	
										11:30-12:30 ΒΙΚΕΛΑΣ KIDS LATIN (4-11 ΕΤΩΝ)	11:00-14:00 AMAZONES ΕΝΟΡΓΑΝΗ	
										12:30 -13:30 ΒΙΚΕΛΑΣ KIDS LATIN (12-18 ΕΤΩΝ ΕΤΩΝ)		
										13:30 -14:30 ΒΙΚΕΛΑΣ ΛΑΤΙΝ (ΑΓΩΝΙΣΤΙΚΟ)		
17:30-18:45 ΒΙΚΕΛΑΣ ΛΑΤΙΝ ΕΥΡΩΠ.ΧΟΡΟΙ (αρχ)		17:00-18:00 ΘΕΑΤΡΙΚΟ ΠΑΙΧΝΙΔΙ ΒΙΚΕΛΑΣ				17:00-18:00 ΠΑΡΑΔΟΣΙΑΚΟΙ ΧΟΙΡΟΙ ΓΙΑ ΠΑΙΔΙΑ ΒΙΚΕΛΑΣ			17:30-19:00 AMAZONES CHEERLEADERS			
18:45-20:00 ΒΙΚΕΛΑΣ ΛΑΤΙΝ ΕΥΡΩΠ.ΧΟΡΟΙ (μεσαίο Α)		18:00- 19:00 ΒΙΚΕΛΑΣ YOGA			19:00-20:00 AMAZONES CHEERLEADERS	18:00- 19:00 ΒΙΚΕΛΑΣ YOGA			19:00-20:00 AMAZONES CHEERLEADERS			
20:00-21:15 ΒΙΚΕΛΑΣ ΛΑΤΙΝ - ΕΥΡΩΠΑΪΚΟΙ ΧΟΡΟΙ (μεσαίο Β)		19:00-20:00 ΒΙΚΕΛΑΣ FAMILY YOGA (ΑΠΟ 4 ΕΤΩΝ)	19:30-20:30 AMAZONES CHEERLEADERS		20:00-21:00 AMAZONES CHEERLEADERS	19:00-20:00 ORIENTAL ΒΙΚΕΛΑΣ (αρχ)	19:30-20:30 AMAZONES CHEERLEADERS	20:00-22:00 ΒΙΚΕΛΑΣ ARGENTINE TANGO	20:00-21:00 AMAZONES ΕΝΟΡΓΑΝΗ			
21:15-22:30 ΒΙΚΕΛΑΣ ΛΑΤΙΝ - ΕΥΡΩΠΑΪΚΟΙ ΧΟΡΟΙ (προχ)		20:00-22:00 ΒΙΚΕΛΑΣ ARGENTINE TANGO (ΠΡΟΧ.)	20:30-21:30 AMAZONES CHEERLEADERS			20:00-22:00 ΒΙΚΕΛΑΣ ARGENTINE TANGO (ΑΡΧ)	20:30-21:30 AMAZONES CHEERLEADERS					



	ΔΕΥΤΕΡΑ	ΤΡΙΤΗ	ΤΕΤΑΡΤΗ	ΠΕΜΠΤΗ	ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ
9:00-11:00	ΑΕΡΟΒΙΚΗ/ ΣΟΥΗΔΙΚΗ ΓΥΜΝΑΣΤΙΚΗ	ΑΕΡΟΒΙΚΗ/ ΣΟΥΗΔΙΚΗ ΓΥΜΝΑΣΤΙΚΗ	ΑΕΡΟΒΙΚΗ/ ΣΟΥΗΔΙΚΗ ΓΥΜΝΑΣΤΙΚΗ	ΑΕΡΟΒΙΚΗ/ ΣΟΥΗΔΙΚΗ ΓΥΜΝΑΣΤΙΚΗ	ΑΕΡΟΒΙΚΗ/ ΣΟΥΗΔΙΚΗ ΓΥΜΝΑΣΤΙΚΗ
11:00-12:00	ΑΕΡΟΒΙΚΗ/ ΣΟΥΗΔΙΚΗ ΓΥΜΝΑΣΤΙΚΗ		ΑΕΡΟΒΙΚΗ/ ΣΟΥΗΔΙΚΗ ΓΥΜΝΑΣΤΙΚΗ	ZUMBA ΓΙΑΝΝΑΚΟΠΟΥΛΟΣ 11.30-12.30	ΑΕΡΟΒΙΚΗ/ ΣΟΥΗΔΙΚΗ ΓΥΜΝΑΣΤΙΚΗ

2019-2020

ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΑ "ΑΘΛΗΣΗ ΓΙΑ ΟΛΟΥΣ" ΔΗΜΟΥ ΚΗΦΙΣΙΑΣ

ΔΗΜΟΤΙΚΑ ΓΗΠΕΔΑ ΑΝΤΙΣΦΑΙΡΙΣΗΣ

ΚΗΦΙΣΙΑ



Όθωνος & Σουλίου, Κάτω Κηφισιά - Τ.Κ. 145 61						
Τηλ.: 210 6231082 - 213 2007 208						
ΔΕΥΤΕΡΑ	ΤΡΙΤΗ	ΤΕΤΑΡΤΗ	ΠΕΜΠΤΗ	ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ	ΣΑΒΒΑΤΟ	ΚΥΡΙΑΚΗ
9:00-12:00 ΤΜΗΜΑΤΑ ΕΝΗΛΙΚΩΝ	9:00-12:00 ΤΜΗΜΑΤΑ ΕΝΗΛΙΚΩΝ	9:00-12:00 ΤΜΗΜΑΤΑ ΕΝΗΛΙΚΩΝ	9:00-12:00 ΤΜΗΜΑΤΑ ΕΝΗΛΙΚΩΝ	9:00-12:00 ΤΜΗΜΑΤΑ ΕΝΗΛΙΚΩΝ	9:00-13:00 ΕΝΟΙΚΙΑΣΗ ΓΗΠΕΔΩΝ	9:00-13:00 ΕΝΟΙΚΙΑΣΗ ΓΗΠΕΔΩΝ
16:00-19:00 ΠΑΙΔΙΚΟ ΤΜΗΜΑ	16:00-19:00 ΠΑΙΔΙΚΟ ΤΜΗΜΑ	16:00-19:00 ΠΑΙΔΙΚΟ ΤΜΗΜΑ	16:00-19:00 ΠΑΙΔΙΚΟ ΤΜΗΜΑ	16:00-19:00 ΠΑΙΔΙΚΟ ΤΜΗΜΑ		
19:00-22:00 ΤΜΗΜΑΤΑ ΕΝΗΛΙΚΩΝ	19:00-22:00 ΤΜΗΜΑΤΑ ΕΝΗΛΙΚΩΝ	19:00-22:00 ΤΜΗΜΑΤΑ ΕΝΗΛΙΚΩΝ	19:00-22:00 ΤΜΗΜΑΤΑ ΕΝΗΛΙΚΩΝ	19:00-22:00 ΤΜΗΜΑΤΑ ΕΝΗΛΙΚΩΝ	18:00-21:00 ΕΝΟΙΚΙΑΣΗ ΓΗΠΕΔΩΝ	18:00-21:00 ΕΝΟΙΚΙΑΣΗ ΓΗΠΕΔΩΝ
20:00-22:00 ΕΝΟΙΚΙΑΣΗ ΓΗΠΕΔΩΝ	21:00-22:00 ΕΝΟΙΚΙΑΣΗ ΓΗΠΕΔΩΝ	20:00-22:00 ΕΝΟΙΚΙΑΣΗ ΓΗΠΕΔΩΝ	21:00-22:00 ΕΝΟΙΚΙΑΣΗ ΓΗΠΕΔΩΝ	20:00-22:00 ΕΝΟΙΚΙΑΣΗ ΓΗΠΕΔΩΝ		

ΝΕΑ ΕΡΥΘΡΑΙΑ



Ν.Καζαντζάκη 20, Νέα Ερυθραία - Τ.Κ. 146 71						
Τηλ.: 213 2007208 - 210 8080527						
ΔΕΥΤΕΡΑ	ΤΡΙΤΗ	ΤΕΤΑΡΤΗ	ΠΕΜΠΤΗ	ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ	ΣΑΒΒΑΤΟ	ΚΥΡΙΑΚΗ
8:00-14:00 ΕΝΟΙΚΙΑΣΗ ΓΗΠΕΔΩΝ	8:00-14:00 ΕΝΟΙΚΙΑΣΗ ΓΗΠΕΔΩΝ	8:00-14:00 ΕΝΟΙΚΙΑΣΗ ΓΗΠΕΔΩΝ	8:00-14:00 ΕΝΟΙΚΙΑΣΗ ΓΗΠΕΔΩΝ	8:00-14:00 ΕΝΟΙΚΙΑΣΗ ΓΗΠΕΔΩΝ	8:00-14:00 ΕΝΟΙΚΙΑΣΗ ΓΗΠΕΔΩΝ	8:00-14:00 ΕΝΟΙΚΙΑΣΗ ΓΗΠΕΔΩΝ
17:00-19:00 ΠΑΙΔΙΚΟ ΤΜΗΜΑ	17:00-19:00 ΠΑΙΔΙΚΟ ΤΜΗΜΑ	17:00-19:00 ΠΑΙΔΙΚΟ ΤΜΗΜΑ	17:00-19:00 ΠΑΙΔΙΚΟ ΤΜΗΜΑ	17:00-19:00 ΠΑΙΔΙΚΟ ΤΜΗΜΑ		
19:00-22:00 ΤΜΗΜΑΤΑ ΕΝΗΛΙΚΩΝ	19:00-22:00 ΤΜΗΜΑΤΑ ΕΝΗΛΙΚΩΝ	19:00-22:00 ΤΜΗΜΑΤΑ ΕΝΗΛΙΚΩΝ	19:00-22:00 ΤΜΗΜΑΤΑ ΕΝΗΛΙΚΩΝ	19:00-22:00 ΤΜΗΜΑΤΑ ΕΝΗΛΙΚΩΝ	17:00-22:00 ΕΝΟΙΚΙΑΣΗ ΓΗΠΕΔΩΝ	17:00-22:00 ΕΝΟΙΚΙΑΣΗ ΓΗΠΕΔΩΝ

ΔΗΜΟΤΙΚΑ ΓΗΠΕΔΑ ΑΝΤΙΣΦΑΙΡΙΣΗΣ



ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΣΤΑΔΙΟ "Ι. ΖΗΡΙΝΗΣ"

Λεωφ. Κηφισίας 192, Τ.Κ. 145 62 Κηφισιά - Τηλ.: 210 8012549 - 210 8017976 - 213 2007208 - 210 8080527

ΔΕΥΤΕΡΑ	ΤΡΙΤΗ	ΤΕΤΑΡΤΗ	ΠΕΜΠΤΗ	ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ	ΣΑΒΒΑΤΟ	ΚΥΡΙΑΚΗ
8:00-14:00 ΕΝΟΙΚΙΑΣΗ ΓΗΠΕΔΩΝ	8:00-14:00 ΕΝΟΙΚΙΑΣΗ ΓΗΠΕΔΩΝ	8:00-14:00 ΕΝΟΙΚΙΑΣΗ ΓΗΠΕΔΩΝ	8:00-14:00 ΕΝΟΙΚΙΑΣΗ ΓΗΠΕΔΩΝ	8:00-14:00 ΕΝΟΙΚΙΑΣΗ ΓΗΠΕΔΩΝ	8:00-14:00 ΕΝΟΙΚΙΑΣΗ ΓΗΠΕΔΩΝ	8:00-14:00 ΕΝΟΙΚΙΑΣΗ ΓΗΠΕΔΩΝ
17:00-19:00 ΠΑΙΔΙΚΟ ΤΜΗΜΑ	17:00-19:00 ΠΑΙΔΙΚΟ ΤΜΗΜΑ	17:00-19:00 ΠΑΙΔΙΚΟ ΤΜΗΜΑ	17:00-19:00 ΠΑΙΔΙΚΟ ΤΜΗΜΑ	17:00-19:00 ΠΑΙΔΙΚΟ ΤΜΗΜΑ		
19:00-22:00 ΤΜΗΜΑΤΑ ΕΝΗΛΙΚΩΝ	19:00-22:00 ΤΜΗΜΑΤΑ ΕΝΗΛΙΚΩΝ	19:00-22:00 ΤΜΗΜΑΤΑ ΕΝΗΛΙΚΩΝ	19:00-22:00 ΤΜΗΜΑΤΑ ΕΝΗΛΙΚΩΝ	19:00-22:00 ΤΜΗΜΑΤΑ ΕΝΗΛΙΚΩΝ	17:00-22:00 ΕΝΟΙΚΙΑΣΗ ΓΗΠΕΔΩΝ	17:00-22:00 ΕΝΟΙΚΙΑΣΗ ΓΗΠΕΔΩΝ



ΕΚΑΛΗ

Φασίδερη 32, Τ.Κ. 145 78 Εκάλη - Τηλ: 213 2007208

ΔΕΥΤΕΡΑ	ΤΡΙΤΗ	ΤΕΤΑΡΤΗ	ΠΕΜΠΤΗ	ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ	ΣΑΒΒΑΤΟ	ΚΥΡΙΑΚΗ
8:00-15:00 ΕΝΟΙΚΙΑΣΗ ΓΗΠΕΔΩΝ	8:00-15:00 ΕΝΟΙΚΙΑΣΗ ΓΗΠΕΔΩΝ	8:00-15:00 ΕΝΟΙΚΙΑΣΗ ΓΗΠΕΔΩΝ	8:00-15:00 ΕΝΟΙΚΙΑΣΗ ΓΗΠΕΔΩΝ	8:00-15:00 ΕΝΟΙΚΙΑΣΗ ΓΗΠΕΔΩΝ		8:00-10:00 ΕΝΟΙΚΙΑΣΗ ΓΗΠΕΔΩΝ
						10:00-12:00 ΕΞΗΒΙΚΟ ΤΜΗΜΑ
21:00-23:00 ΤΜΗΜΑΤΑ ΕΝΗΛΙΚΩΝ	21:00-23:00 ΤΜΗΜΑΤΑ ΕΝΗΛΙΚΩΝ	21:00-23:00 ΤΜΗΜΑΤΑ ΕΝΗΛΙΚΩΝ	21:00-23:00 ΤΜΗΜΑΤΑ ΕΝΗΛΙΚΩΝ			12:00 - 13:00 ΠΑΙΔΙΚΟ ΤΜΗΜΑ
					16:00-19:00 ΕΞΗΒΙΚΟ ΤΜΗΜΑ	13:00-14:00 ΤΜΗΜΑΤΑ ΕΝΗΛΙΚΩΝ
					19:00-23:00 ΕΝΟΙΚΙΑΣΗ ΓΗΠΕΔΩΝ	14:00-23:00 ΕΝΟΙΚΙΑΣΗ ΓΗΠΕΔΩΝ