

**ΠΕΡΙΦΕΡΕΙΑΚΟΣ ΚΑΙ ΠΡΟΚΡΙΜΑΤΙΚΟΣ ΑΓΩΝΑΣ ΤΡΑΜΠΟΛΙΝΟ Β ΠΕΡΙΦΕΡΕΙΑΣ  
ΣΥΛΛΟΓΩΝ ΚΑΙ ΑΤΟΜΙΚΟΥ 1-4 ΕΠΙΠΕΔΩΝ ΚΑΙ Α-Β-Γ-Δ ΚΑΤΗΓΟΡΙΩΝ  
ΚΛΕΙΣΤΟ ΓΥΜΝΑΣΤΗΡΙΟ ΗΡΑΚΛΕΙΑΣ ΣΕΡΡΩΝ  
3-4 ΜΑΡΤΙΟΥ 2018**

**ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΠΡΟΠΟΝΗΣΗΣ ΚΑΙ ΑΓΩΝΑ**

<b>ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ 2/3 ΠΡΟΠΟΝΗΣΗ 5<sup>ου</sup> ΕΠΙΠΕΔΟΥ</b>		
13:00	14:00	ΓΟ ΑΙΑΣ ΘΕΡΜΑΪΚΟΥ
14:00	15:00	ΑΓΕΜΣ ΣΠΑΡΤΑΚΟΣ - ΑΕΣ ΧΑΡΑΥΓΗ - ΑΟ ΑΡΙΣΤΟΤΕΛΗΣ ΠΟΛΥΓΥΡΟΥ
15:00	16:00	ΖΕΥΣ ΣΥΚΕΩΝ - ΓΟ ΚΑΒΑΛΑΣ
16:00	17:00	ΑΟ ΠΑΛΜΟΣ ΚΑΒΑΛΑΣ- ΗΡΑΚΛΗΣ ΚΟΖΑΝΗΣ
17:00	18:00	ΑΣ ΕΡΑΤΩ ΞΑΝΘΗΣ - ΑΟ ΝΑΟΥΣΑΣ ΗΡΑΚΛΗΣ
18:00	19:00	ΓΕ ΚΑΛΑΜΠΑΚΑΣ
19:00	20:00	ΓΕ ΤΡΙΚΑΛΩΝ
20:00	21:00	ΑΧΙΛΛΕΥΣ ΤΡΙΚΑΛΩΝ-ΕΡΜΗΣ ΚΑΡΔΙΤΣΑΣ

<b>ΣΑΒΒΑΤΟ 3/3 ΑΓΩΝΑΣ 5<sup>ου</sup> ΕΠΙΠΕΔΟΥ</b>				
08:00	10:30	<b>ΕΛΕΥΘΕΡΗ ΠΡΟΠΟΝΗΣΗ</b>		
10:30	11:00	<b>ΤΕΧΝΙΚΗ ΣΥΣΚΕΨΗ - ΠΑΡΕΛΑΣΗ ΑΘΛΗΤΩΝ</b>		
		<b>ΤΡΑΜΠΟΛΙΝΟ ΠΡΟΠΟΝΗΣΗΣ</b>	<b>ΤΡΑΜΠΟΛΙΝΟ ΑΓΩΝΑ</b>	
			<b>ΔΙΠΛΟ ΜΙΝΙΤΡΑΜΠ</b>	
11:00	11:30	ΠΑΓΚΟΡΑΣΙΔΕΣ Β γκρουπ1(15)		
11:30	12:00	ΠΑΓΚΟΡΑΣΙΔΕΣ Β γκρουπ2(15)	ΠΑΓΚΟΡΑΣΙΔΕΣ Β γκρουπ1(15)	
12:00	12:30	ΠΑΓΚΟΡΑΣΙΔΕΣ Β γκρουπ3(14)	ΠΑΓΚΟΡΑΣΙΔΕΣ Β γκρουπ2(15)	
12:30	13:00	ΠΑΜΠΑΙΔΕΣ Β γκρουπ1(11)	ΠΑΓΚΟΡΑΣΙΔΕΣ Β γκρουπ3(14)	
13:00	13:30	ΠΑΜΠΑΙΔΕΣ Β γκρουπ2(11)	ΠΑΜΠΑΙΔΕΣ Β γκρουπ1(11)	ΠΑΓΚΟΡΑΣΙΔΕΣ Β γκρουπ1 (15)
13:30	14:00	ΠΑΓΚΟΡΑΣΙΔΕΣ Α γκρουπ1(15)	ΠΑΜΠΑΙΔΕΣ Β γκρουπ2(11)	ΠΑΓΚΟΡΑΣΙΔΕΣ Β γκρουπ2 (15)
14:00	14:30	ΠΑΓΚΟΡΑΣΙΔΕΣ Α γκρουπ2(15)	ΠΑΓΚΟΡΑΣΙΔΕΣ Α γκρουπ1(15)	ΠΑΓΚΟΡΑΣΙΔΕΣ Β γκρουπ3 (13)
14:30	15:00	ΠΑΜΠΑΙΔΕΣ Α(12)	ΠΑΓΚΟΡΑΣΙΔΕΣ Α γκρουπ2(15)	ΠΑΜΠΑΙΔΕΣ Β (17)
15:00	15:30	ΚΟΡΑΣΙΔΕΣ γκρουπ1(10)	ΠΑΜΠΑΙΔΕΣ Α(12)	ΠΑΓΚΟΡΑΣΙΔΕΣ Α γκρουπ1 (15)
15:30	16:00	ΚΟΡΑΣΙΔΕΣ γκρουπ2(9)	ΚΟΡΑΣΙΔΕΣ γκρουπ1(10)	ΠΑΓΚΟΡΑΣΙΔΕΣ Α γκρουπ2 (14)
16:00	16:30	ΝΕΑΝΙΔΕΣ(12)	ΚΟΡΑΣΙΔΕΣ γκρουπ2(9)	ΠΑΜΠΑΙΔΕΣ Α (11)
16:30	17:00	ΠΑΙΔΕΣ(7)-ΕΦΗΒΟΙ(6)	ΝΕΑΝΙΔΕΣ(12)	ΚΟΡΑΣΙΔΕΣ (15)
17:00	17:30	ΓΥΝΑΙΚΕΣ(6)-ΑΝΤΡΕΣ(5)	ΠΑΙΔΕΣ(7)-ΕΦΗΒΟΙ(6)	ΝΕΑΝΙΔΕΣ (12)
17:30	18:00		ΓΥΝΑΙΚΕΣ(6)-ΑΝΤΡΕΣ(5)	ΠΑΙΔΕΣ(6)-ΕΦΗΒΟΙ(7)
18:00	18:30			ΓΥΝΑΙΚΕΣ (4) - ΑΝΤΡΕΣ(3)

ΠΕΡΙΦΕΡΕΙΑΚΟΣ ΚΑΙ ΠΡΟΚΡΙΜΑΤΙΚΟΣ ΑΓΩΝΑΣ ΤΡΑΜΠΟΛΙΝΟ Β ΠΕΡΙΦΕΡΕΙΑΣ  
ΣΥΛΛΟΓΩΝ ΚΑΙ ΑΤΟΜΙΚΟΥ 1-4 ΕΠΙΠΕΔΩΝ ΚΑΙ Α-Β-Γ-Δ ΚΑΤΗΓΟΡΙΩΝ  
ΚΛΕΙΣΤΟ ΓΥΜΝΑΣΤΗΡΙΟ ΗΡΑΚΛΕΙΑΣ ΣΕΡΡΩΝ  
3-4 ΜΑΡΤΙΟΥ 2018

**ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΠΡΟΠΟΝΗΣΗΣ ΚΑΙ ΑΓΩΝΑ**

ΚΥΡΙΑΚΗ 4/3				
ΑΓΩΝΑΣ ΕΠΙΠΕΔΩΝ 1-4				
09:00	11:00	ΕΛΕΥΘΕΡΗ ΠΡΟΠΟΝΗΣΗ ΕΠΙΠΕΔΩΝ 1-4		
11:00	11:30	ΤΕΧΝΙΚΗ ΣΥΣΚΕΨΗ - ΠΑΡΕΛΑΣΗ ΑΘΛΗΤΩΝ		
		ΤΡΑΜΠΟΛΙΝΟ ΠΡΟΠΟΝΗΣΗΣ	ΤΡΑΜΠΟΛΙΝΟ ΑΓΩΝΑ	ΔΙΠΛΟ ΜΙΝΙΤΡΑΜΠ
11:30	12:00	ΚΟΡΙΤΣΙΑ ΕΠ1 γκρουπ1(16)		
12:00	12:30	ΚΟΡΙΤΣΙΑ ΕΠ1 γκρουπ2(16)	ΚΟΡΙΤΣΙΑ ΕΠ1 γκρουπ1(16)	ΚΟΡΙΤΣΙΑ ΕΠ3 (8)
12:30	13:00	ΚΟΡΙΤΣΙΑ ΕΠ1 γκρουπ3(15)	ΚΟΡΙΤΣΙΑ ΕΠ1 γκρουπ2(16)	ΚΟΡΙΤΣΙΑ ΕΠ4 (13)
13:00	13:30	ΚΟΡΙΤΣΙΑ ΕΠ2 (11)	ΚΟΡΙΤΣΙΑ ΕΠ1 γκρουπ3(15)	ΑΓΟΡΙΑ ΕΠ1 (4)
13:30	14:00	ΚΟΡΙΤΣΙΑ ΕΠ3(6) ΚΟΡΙΤΣΙΑ ΕΠ4(8)	ΚΟΡΙΤΣΙΑ ΕΠ2 (11)	ΚΟΡΙΤΣΙΑ ΕΠ1 γκρουπ1 (17)
14:00	14:30	ΑΓΟΡΙΑ ΕΠ1(6)	ΚΟΡΙΤΣΙΑ ΕΠ3(6) ΚΟΡΙΤΣΙΑ ΕΠ4(8)	ΚΟΡΙΤΣΙΑ ΕΠ1 γκρουπ2 (17)
14:30	15:00		ΑΓΟΡΙΑ ΕΠ1(6)	ΚΟΡΙΤΣΙΑ ΕΠ2 (14)
15:00	16:00	ΑΠΟΝΟΜΕΣ ΕΠΙΠΕΔΩΝ 1-4		