

Πρόγραμμα προπόνησης

1,5' / πρόγραμμα

Παρασκευή, 20/04/18

ΣΥΛΛΟΓΟΣ	Αθλήτριες	Αρ. προγρ.	Χρόνος	από	έως
Γ.Α.Σ. ΛΙΒΑΔΕΙΑΣ	6	24	36	9:30	10:06
ΓΑΣ ΕΥΒΟΙΑΣ	4	16	24	10:06	10:30
Γ.Σ. ΑΡΕΤΗ ΧΑΛΚΙΔΑΣ	1	4	6	10:30	10:36
Α.Σ. ΕΙΡΗΝΗ ΧΑΛΚΙΔΑΣ	8	32	48	10:36	11:24
Α.Γ.Σ. ΑΛΜΑ ΟΡΩΠΟΥ	1	4	6	11:24	11:30
Α.Σ.Ο.Χ. ΑΘΗΝΑ	1	2	3	11:30	11:33
Γ.Α.Σ ΠΕΝΤΕΛΗΣ	5	20	30	11:33	12:03
Γ.Σ. ΑΡΕΜΙΣ ΓΑΛΑΤΣΙΟΥ	1	2	3	12:03	12:06
Α.Ε.Σ. ΕΝΩΣΗ ΓΑΛΑΤΣΙΟΥ	4	16	24	12:06	12:30
Α.Σ. ΡΥΘΜΟΣ & ΚΙΝΗΣΗ	4	16	24	12:30	12:54
Α.Σ. ΝΙΚΗ ΕΡΥΘΡΑΙΑΣ	1	4	6	12:54	13:00
Δ.Α.Ο. ΚΑΜΑΤΕΡΟΥ	2	8	12	13:00	13:12
Σ.ΦΙ.Γ.Α	4	15	23	13:12	13:35
Γ.Α.Σ. ΧΟΛΑΡΓΟΥ	6	24	36	13:35	14:11
Γ.Π.Ο. ΡΥΘΜΙΚΗ ΚΙΝΗΣΗ ΝΕΑΣ ΣΜΥΡΝΗΣ	2	8	12	14:11	14:23
Α.Ο. ΗΛΙΟΥΠΟΛΗΣ ΔΡΑΣΗ-ΑΘΛΟΣ	2	8	12	14:23	14:35
Α.Ο. ΠΑΛΜΟΣ ΑΡΓΥΡΟΥΠΟΛΗΣ	7	28	42	14:35	15:17
Γ.Σ. ΗΛΙΟΥΠΟΛΗΣ	2	8	12	15:17	15:29
ΦΙΛΑΘΛΗΤΙΚΟΣ ΚΑΛΛΙΘΕΑΣ	4	16	24	15:29	15:53
Γ.Ο.Π.Φ. Η ΑΡΜΟΝΙΑ	5	19	29	15:53	16:22
Α.Π.Σ. ΟΛΥΜΠΙΑΚΟΣ ΡΥΘΜΟΣ	6	22	33	16:22	16:55
Γ.Ν.Ο. ΑΡΗΣ ΝΙΚΑΙΑΣ	2	8	12	16:55	17:07
Ο.Γ.Η.Ρ.Α.	1	4	6	17:07	17:13
Α.Σ. ΗΕΤΙΩΝ ΔΡΑΠΕΤΣΩΝΑΣ	6	24	36	17:13	17:49
ΕΘΝΙΚΟΣ Ο.Φ.Π.Φ.	6	24	36	17:49	18:25
Α.Ο. ΑΘΛΟΚΙΝΗΣΗ ΧΑΛΑΝΔΡΙΟΥ	2	8	12	18:25	18:37
Α.Γ.Ο.ΕΥΡΥΑΛΗ ΓΛΥΦΑΔΑΣ	5	19	29	18:37	19:06
Η.Ρ.Α.	3	12	18	19:06	19:24
Γ.Σ.Η. Ν. ΚΑΖΑΝΤΖΑΚΗΣ	5	20	30	19:24	19:54
Α.Κ. ΑΠΟΚΟΡΩΝΑ ΧΑΝΙΩΝ	3	12	18	19:54	20:12
Α.Κ. ΑΠΟΛΛΩΝΙΑ ΧΑΝΙΩΝ	1	2	3	20:12	20:15
Γ.Σ. ΕΛ. ΒΕΝΙΖΕΛΟΣ	5	20	30	20:15	20:45
Ο.Α. ΛΑΥΡΙΟΥ	2	7	11	20:45	20:56