

ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΠΡΟΠΟΝΗΣΗΣ

ΣΑΒΒΑΤΟ 18 ΙΟΥΝΙΟΥ 2022 - ΠΡΟΠΟΝΗΣΗ

	ΤΡΑΜΠΟΛΙΝΟ ΠΡΟΠΟΝΗΣΗΣ	ΤΡΑΜΠΟΛΙΝΟ ΑΓΩΝΑ	ΔΙΠΛΟ ΜΙΝΙΤΡΑΜΠ
10:00-10:30	ΦΟΗ ΑΡΙΑΔΝΗ ΦΙΛΑΘΛΗΤΙΚΟΣ ΓΣΗ ΓΣΗ Ν.ΚΑΖΑΝΤΖΑΚΗΣ ΔΑΣ ΔΡΑΠΕΤΣΩΝΑΣ		ΑΟ ΑΣΤΕΡΑΣ ΠΕΥΚΗΣ
10:30-11:00	ΑΟ ΑΣΤΕΡΑΣ ΠΕΥΚΗΣ	ΦΟΗ ΑΡΙΑΔΝΗ ΦΙΛΑΘΛΗΤΙΚΟΣ ΓΣΗ ΓΣΗ Ν.ΚΑΖΑΝΤΖΑΚΗΣ ΔΑΣ ΔΡΑΠΕΤΣΩΝΑΣ	
11:00-11:30	ΑΣ ΑΠΤΕΡΟΣ ΝΙΚΗ ΓΣ ΦΟΙΝΙΚΑΣ ΑΣ ΑΛΤΙΣ	ΑΟ ΑΣΤΕΡΑΣ ΠΕΥΚΗΣ	ΦΟΗ ΑΡΙΑΔΝΗ ΦΙΛΑΘΛΗΤΙΚΟΣ ΓΣΗ ΓΣΗ Ν.ΚΑΖΑΝΤΖΑΚΗΣ ΔΑΣ ΔΡΑΠΕΤΣΩΝΑΣ
11:30-12:00	ΝΙΚΗΦΟΡΟΣ ΔΑΦΝΗΣ ΓΣ ΑΣ ΑΡΙΑΔΝΗ ΠΕΡΙΣΤΕΡΙΟΥ ΔΑΣ ΑΡΓΥΡΟΥΠΟΛΗΣ	ΑΣ ΑΠΤΕΡΟΣ ΝΙΚΗ ΓΣ ΦΟΙΝΙΚΑΣ ΑΣ ΑΛΤΙΣ	ΑΣ ΚΟΡΟΙΒΟΣ ΑΜΑΛΙΑΔΑΣ ΓΑΣ ΑΛΕΞΑΝΔΡΟΣ ΑΓΣ ΠΗΓΑΣΟΣ ΝΙΚΑΙΑΣ
12:00-12:30	ΑΣ ΚΟΡΟΙΒΟΣ ΑΜΑΛΙΑΔΑΣ ΓΑΣ ΑΛΕΞΑΝΔΡΟΣ ΓΟ ΑΘΛΟΣ ΚΑΛΑΜΑΤΑΣ ΑΓΣ ΠΗΓΑΣΟΣ ΝΙΚΑΙΑΣ ΑΓΣ ΕΠΤΑΝΗΣΩΝ ΑΣ ΑΛΤΙΣ ΠΑΡΟΥ	ΝΙΚΗΦΟΡΟΣ ΔΑΦΝΗΣ ΓΣ ΑΣ ΑΡΙΑΔΝΗ ΠΕΡΙΣΤΕΡΙΟΥ ΔΑΣ ΑΡΓΥΡΟΥΠΟΛΗΣ	ΑΣ ΑΠΤΕΡΟΣ ΝΙΚΗ ΑΣ ΑΛΤΙΣ
12:30-13:00		ΑΣ ΚΟΡΟΙΒΟΣ ΑΜΑΛΙΑΔΑΣ ΓΑΣ ΑΛΕΞΑΝΔΡΟΣ ΓΟ ΑΘΛΟΣ ΚΑΛΑΜΑΤΑΣ ΑΓΣ ΠΗΓΑΣΟΣ ΝΙΚΑΙΑΣ ΑΓΣ ΕΠΤΑΝΗΣΩΝ ΑΣ ΑΛΤΙΣ ΠΑΡΟΥ	ΝΙΚΗΦΟΡΟΣ ΔΑΦΝΗΣ ΓΣ ΑΣ ΑΡΙΑΔΝΗ ΠΕΡΙΣΤΕΡΙΟΥ ΔΑΣ ΑΡΓΥΡΟΥΠΟΛΗΣ ΑΚΟ ΛΙΒΑΔΕΙΑΣ ΑΣ ΕΥ ΦΛΟΓΑ ΗΛΙΟΣ

ΤΕΛΙΚΗ ΦΑΣΗ ΤΡΑΜΠΟΛΙΝΟ ΣΥΛΛΟΓΩΝ ΚΑΙ ΑΤΟΜΙΚΟΥ
Δ ΚΑΤΗΓΟΡΙΑΣ Α-Γ-Δ ΠΕΡΙΦΕΡΕΙΩΝ
ΚΛΕΙΣΤΟ ΓΥΜΝΑΣΤΗΡΙΟ ΚΕΡΑΤΕΑΣ
18-19 ΙΟΥΝΙΟΥ 2022

ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΑΓΩΝΑ

ΣΑΒΒΑΤΟ 18 ΙΟΥΝΙΟΥ 2022			
	ΤΡΑΜΠΟΛΙΝΟ ΠΡΟΠΟΝΗΣΗΣ	ΤΡΑΜΠΟΛΙΝΟ ΑΓΩΝΑ	ΔΙΠΛΟ ΜΙΝΙΤΡΑΜΠ
13:00	13:30	ΠΑΓΚΟΡΑΣΙΔΕΣ Β γκρουπ1	
13:30	14:00	ΠΑΓΚΟΡΑΣΙΔΕΣ Β γκρουπ2	ΠΑΓΚΟΡΑΣΙΔΕΣ Β γκρουπ1
14:00	14:30	ΠΑΜΠΑΙΔΕΣ Β γκρουπ1	ΠΑΓΚΟΡΑΣΙΔΕΣ Β γκρουπ2
14:30	15:15	ΠΑΜΠΑΙΔΕΣ Β γκρουπ2	ΠΑΜΠΑΙΔΕΣ Β
15:15	15:45	ΠΑΓΚΟΡΑΣΙΔΕΣ Α γκρουπ1	ΠΑΓΚΟΡΑΣΙΔΕΣ Α γκρουπ1
15:45	16:15	ΠΑΓΚΟΡΑΣΙΔΕΣ Α γκρουπ2	ΠΑΓΚΟΡΑΣΙΔΕΣ Α γκρουπ2
16:15	16:45	ΠΑΜΠΑΙΔΕΣ Α	ΠΑΜΠΑΙΔΕΣ Α γκρουπ1
16:45	17:15		ΠΑΜΠΑΙΔΕΣ Α γκρουπ2
17:15	18:15	ΠΡΟΠΟΝΗΣΗ ΣΥΓΧΡΟΝΙΣΜΕΝΟΥ ΤΡΑΜΠΟΛΙΝΟ	
18:15	18:45	ΑΓΩΝΑΣ ΣΥΓΧΡΟΝΙΣΜΕΝΟΥ ΤΡΑΜΠΟΛΙΝΟ	
18:45	19:30	ΑΠΟΝΟΜΕΣ ΟΜΑΔΙΚΟΥ ΤΡΑΜΠΟΛΙΝΟ ΚΑΙ ΣΥΓΧΡΟΝΙΣΜΕΝΟΥ	

ΚΥΡΙΑΚΗ 19 ΙΟΥΝΙΟΥ 2022			
	ΤΡΑΜΠΟΛΙΝΟ ΠΡΟΠΟΝΗΣΗΣ	ΤΡΑΜΠΟΛΙΝΟ ΑΓΩΝΑ	ΔΙΠΛΟ ΜΙΝΙΤΡΑΜΠ
9:30	10:00	ΓΕΝΙΚΗ ΠΡΟΘΕΡΜΑΝΣΗ εκτός οργάνων	
10:00	10:30	ΠΑΓΚΟΡΑΣΙΔΕΣ Β ΤΕΛΙΚΟΣ	
10:30	10:50	ΠΑΜΠΑΙΔΕΣ Β ΤΕΛΙΚΟΣ	ΠΑΓΚΟΡΑΣΙΔΕΣ Β ΤΕΛΙΚΟΣ
10:50	11:10	ΠΑΓΚΟΡΑΣΙΔΕΣ Α ΤΕΛΙΚΟΣ	ΠΑΜΠΑΙΔΕΣ Β ΤΕΛΙΚΟΣ
11:10	11:30	ΠΑΜΠΑΙΔΕΣ Α ΤΕΛΙΚΟΣ	ΠΑΓΚΟΡΑΣΙΔΕΣ Α ΤΕΛΙΚΟΣ
11:30	11:50		ΠΑΜΠΑΙΔΕΣ Α ΤΕΛΙΚΟΣ
12:00	12:20		ΠΑΓΚΟΡΑΣΙΔΕΣ Β γκρουπ1 ΠΡΟΚΡΙΜΑΤΙΚΟΣ
12:20	12:40		ΠΑΓΚΟΡΑΣΙΔΕΣ Β γκρουπ2 ΠΡΟΚΡΙΜΑΤΙΚΟΣ
12:40	12:50		ΠΑΓΚΟΡΑΣΙΔΕΣ Β ΤΕΛΙΚΟΣ
12:50	13:10		ΠΑΜΠΑΙΔΕΣ Β ΠΡΟΚΡΙΜΑΤΙΚΟΣ
13:10	13:20		ΠΑΜΠΑΙΔΕΣ Β ΤΕΛΙΚΟΣ
13:20	13:40		ΠΑΓΚΟΡΑΣΙΔΕΣ Α ΠΡΟΚΡΙΜΑΤΙΚΟΣ
13:40	13:50		ΠΑΓΚΟΡΑΣΙΔΕΣ Α ΤΕΛΙΚΟΣ
13:50	14:10		ΠΑΜΠΑΙΔΕΣ Α ΠΡΟΚΡΙΜΑΤΙΚΟΣ
14:10	14:20		ΠΑΜΠΑΙΔΕΣ Α ΤΕΛΙΚΟΣ
14:30	15:30	ΑΠΟΝΟΜΕΣ ΑΤΟΜΙΚΟΥ ΤΡΑΜΠΟΛΙΝΟ ΚΑΙ ΔΙΠΛΟΥ ΜΙΝΙΤΡΑΜΠ ΚΑΙ ΟΜΑΔΙΚΟΥ ΔΙΠΛΟΥ ΜΙΝΙΤΡΑΜΠ	