

**Hellas Gym for Life Challenge**  
**12-16 Ιουνίου 2026**

**Πρόγραμμα Προβών Ομάδων 2026**

Ωρα Πρόβας		Δευτέρα 08/06/2026	Τρίτη 09/06/2026	Τετάρτη 10/06/2026
07:50	08:00			
08:00	08:10			
08:10	08:20			
08:20	08:30			
08:30	08:40			
08:40	08:50			
08:50	09:00			
09:00	09:10			
09:10	09:20			
09:20	09:30			
09:30	09:40			
09:40	09:50			
09:50	10:00			
10:00	10:10		Φ.Ο. ΝΙΚΗ ΑΧΑΡΝΩΝ ☹	
10:10	10:20			
10:20	10:30			
10:30	10:40		Φ.Ο. ΝΙΚΗ ΑΧΑΡΝΩΝ !	
10:40	10:50			
10:50	11:00			
11:00	11:10			
11:10	11:20			
11:20	11:30			
11:30	11:40			
11:40	11:50			
11:50	12:00			
12:00	12:10			
12:10	12:20			
12:20	12:30			

# Hellas Gym for Life Challenge

12-16 Ιουνίου 2026

## Πρόγραμμα Προβών Ομάδων 2026

Ωρα Πρόβας		Πέμπτη 11/06/2026	Παρασκευή 12/06/2026	Σάββατο 13/06/2026
07:50	08:00			
08:00	08:10			
08:10	08:20			
08:20	08:30			Α.Σ. ΜΑΚΕΔΟΝΕΣ ΕΛΕΥΘΕΡΙΟΥ ΚΟΡΔΕΛΙΟΥ ΣΤ
08:30	08:40			
08:40	08:50			ΡΥΘΜΟΣ ΑΘΛ ΣΥΛΛΟΓΟΣ ΑΓ. ΝΙΚΟΛΑΟΥ ΣΤ στο 2ο ταπί εν μέσω διοργα
08:50	09:00			
09:00	09:10			Γ.Α.Σ. ΑΚΑΛΛΗ Ε στο 2ο ταπί εν μέσω διοργάνωσης
09:10	09:20			Γ.Α.Σ. ΑΚΑΛΛΗ Ε στο 2ο ταπί εν μέσω διοργάνωσης
09:20	09:30			Β.Α.Ο. ΛΙΒΑΔΙΩΝ Ε στο 2ο ταπί εν μέσω διοργάνωσης
09:30	09:40			Β.Α.Ο. ΛΙΒΑΔΙΩΝ Θ στο 2ο ταπί εν μέσω διοργάνωσης
09:40	09:50			Α.Π.Σ. ΤΡΙΚΑΛΩΝ Ε στο 2ο ταπί εν μέσω διοργάνωσης
09:50	10:00			Α.Π.Σ. ΤΡΙΚΑΛΩΝ Α στο 2ο ταπί εν μέσω διοργάνωσης
10:00	10:10		ΠΡΩΤΟΠΟΡΕΙΑ Ι	Α.Σ.ΩΡΙΩΝ ΤΟΥΜΠΑΣ Ζ στο 2ο ταπί εν μέσω διοργάνωσης
10:10	10:20		ΠΡΩΤΟΠΟΡΕΙΑ Ι	
10:20	10:30		ΑΘΛΗΤΙΚΟΣ ΣΥΛΛΟΓΟΣ ΑΚΡΟΒΑΤΕΣ Γ	
10:30	10:40			
10:40	10:50		ΡΥΘΜΟΣ ΑΘΛΗΤΙΚΟΣ ΣΥΛΛΟΓΟΣ Ρ.Γ. ΑΓ. ΝΙΚΟΛΑΟΥ Β	
10:50	11:00			
11:00	11:10			
11:10	11:20			
11:20	11:30			
11:30	11:40			
11:40	11:50			
11:50	12:00			
12:00	12:10			
12:10	12:20			
12:20	12:30			

# Hellas Gym for Life Challenge

12-16 Ιουνίου 2026

## Πρόγραμμα Προβών Ομάδων 2026

Ωρα Πρόβας		Κυριακή 14/06/2026	Δευτέρα 15/06/2026	Τρίτη 16/06/2026
07:50	08:00			
08:00	08:10			
08:10	08:20			
08:20	08:30			
08:30	08:40			
08:40	08:50	κωσης		
08:50	09:00			
09:00	09:10	Α.Ο. ΝΑΟΥΣΑΣ ΗΡΑΚΛΗΣ Z		Γ.Ο.Η. ΑΣΤΕΡΙΩΝΑΣ Λ
09:10	09:20	Γ.Α.Σ. ΑΙΤΩΛΟΑΚΑΡΝΑΝΙΑΣ ΘΟΑΣ ΑΓΡΙΝΙΟΥ Z		
09:20	09:30	ΑΝΑΣΣΑ Z		Α.Σ. ΜΕΓΑΣ ΑΛΕΞΑΝΔΡΟΣ Κ
09:30	09:40			
09:40	09:50			
09:50	10:00			
10:00	10:10		ΦΙΛΑΘΛΗΤΙΚΟΣ Γ.Σ.Η. Θ	ΦΙΛΑΘΛΗΤΙΚΟΣ Γ.Σ.Η. Μ
10:10	10:20			
10:20	10:30			
10:30	10:40			
10:40	10:50			
10:50	11:00			
11:00	11:10			
11:10	11:20			
11:20	11:30			
11:30	11:40			
11:40	11:50			
11:50	12:00			
12:00	12:10			
12:10	12:20			
12:20	12:30			

# Hellas Gym for Life Challenge

12-16 Ιουνίου 2026

## Πρόγραμμα Προβών Ομάδων 2026

Ωρα Πρόβας		Δευτέρα 08/06/2026	Τρίτη 09/06/2026	Τετάρτη 10/06/2026
12:30	12:40			
12:40	12:50			
12:50	13:00			
13:00	13:10			
13:10	13:20	Α.Ο. ΔΑΦΝΗΣ ΥΜΗΤΤΟΥ ΕΥ ΖΗΝ ΚΑΙ ΑΘΛΗΣΗ <b>Λ</b>		
13:20	13:30			
13:30	13:40	Α.Ο.Ν.Σ. Ο ΜΙΛΩΝ <b>Η</b>		
13:40	13:50	Σ.ΦΙ.Γ.Α. <b>Ε</b>		
13:50	14:00	Σ.ΦΙ.Γ.Α. <b>Ζ</b>		
14:00	14:10	ΑΚΡΟ-ΚΙΝΗΣΗ <b>Α</b>		Γ.Α.Σ. ΚΑΛΥΒΙΑ <b>Θ</b>
14:10	14:20	ΑΚΡΟ-ΚΙΝΗΣΗ <b>Ε</b>		
14:20	14:30			
14:30	14:40	ΕΥΠΥΡΙΔΕΣ <b>Ζ</b>		
14:40	14:50	ACRO		Α.Σ. ΗΦΑΙΣΤΕΙΑ ΑΤΤΙΚΗΣ <b>Ε</b>
14:50	15:00			Α.Σ. ΗΦΑΙΣΤΕΙΑ ΑΤΤΙΚΗΣ <b>Ε</b>
15:00	15:10			ACRO
15:10	15:20			Α.Σ. ΑΝΔΡΟΜΕΔΑ <b>ΣΤ</b>
15:20	15:30			Α.Σ. ΑΝΔΡΟΜΕΔΑ <b>Ζ</b>
15:30	15:40			Α.Σ. ΑΝΔΡΟΜΕΔΑ <b>Ζ</b>
15:40	15:50			Α.Σ. ΑΝΔΡΟΜΕΔΑ <b>Ι</b>
15:50	16:00			
16:00	16:10			
16:10	16:20			
16:20	16:30			
16:30	16:40			
16:40	16:50			

# Hellas Gym for Life Challenge

12-16 Ιουνίου 2026

## Πρόγραμμα Προβών Ομάδων 2026

Ωρα		Πέμπτη	Παρασκευή	Σάββατο
Πρόβας		11/06/2026	12/06/2026	13/06/2026
12:30	12:40	Α.Σ. ΑΡΙΑΔΝΗ ΠΕΡΙΣΤΕΡΙΟΥ <b>H</b>		
12:40	12:50			
12:50	13:00			
13:00	13:10	ΡΥΘΜΟΣ ΚΑΙ ΚΙΝΗΣΗ <b>E</b>	Α.Ο. ΠΑΛΜΟΣ ΑΡΓΥΡΟΥΠΟΛΗΣ <b>Z</b>	
13:10	13:20		Α.Ο. ΔΑΦΝΗΣ ΥΜΗΤΤΟΥ ΕΥ ΖΗΝ ΚΑΙ ΑΘΛΗΣΗ <b>E</b>	
13:20	13:30			
13:30	13:40			
13:40	13:50			
13:50	14:00			
14:00	14:10			
14:10	14:20			
14:20	14:30			
14:30	14:40	ΠΝΟΗ ΜΟΣΧΑΤΟΥ <b>Z</b>		
14:40	14:50			
14:50	15:00			
15:00	15:10			
15:10	15:20			
15:20	15:30	Α.Σ.Β. ΡΥΘΜΟΣ Κ ΑΡΜΟΝΙΑ <b>Z</b>		
15:30	15:40			
15:40	15:50			
15:50	16:00			
16:00	16:10			ΦΙΛΑΘΛΗΤΙΚΟΣ Γ.Σ.Η. <b>E</b> στο 2ο ταπί εν μέσω διοργάνωσης
16:10	16:20			
16:20	16:30			
16:30	16:40			
16:40	16:50			

# Hellas Gym for Life Challenge

12-16 Ιουνίου 2026

## Πρόγραμμα Προβών Ομάδων 2026

Ωρα		Κυριακή	Δευτέρα	Τρίτη
Πρόβας		14/06/2026	15/06/2026	16/06/2026
12:30	12:40			
12:40	12:50		Α.Ο.Π. ΚΑΡΑΤΕ ΧΙΟΥ Θ	
12:50	13:00			
13:00	13:10		Α.Ο. ΔΑΦΝΗΣ ΥΜΗΤΤΟΥ ΕΥ ΖΗΝ ΚΑΙ ΑΘΛΗΣΗ Λ	
13:10	13:20			
13:20	13:30			
13:30	13:40			
13:40	13:50			
13:50	14:00			
14:00	14:10			
14:10	14:20			
14:20	14:30			
14:30	14:40			
14:40	14:50			
14:50	15:00			
15:00	15:10			
15:10	15:20			
15:20	15:30			
15:30	15:40			
15:40	15:50			
15:50	16:00			
16:00	16:10			
16:10	16:20			
16:20	16:30			
16:30	16:40			
16:40	16:50			

# Hellas Gym for Life Challenge

12-16 Ιουνίου 2026

## Πρόγραμμα Προβών Ομάδων 2026

Ωρα		Δευτέρα	Τρίτη	Τετάρτη
Πρόβας		08/06/2026	09/06/2026	10/06/2026
16:50	17:00			
17:00	17:10			
17:10	17:20			
17:20	17:30			
17:30	17:40			
17:40	17:50			
17:50	18:00			
18:00	18:10			
18:10	18:20			
18:20	18:30			
18:30	18:40			
18:40	18:50			
18:50	19:00			
19:00	19:10			
19:10	19:20			
19:20	19:30			
19:30	19:40			
19:40	19:50			
19:50	20:00			
20:00	20:10			
20:10	20:20			
20:20	20:30			
20:30	20:40	ACRO		Γ.Α.Σ. ΕΥΝΙΚΗ ΕΛΕΥΣΙΝΑΣ Z
20:40	20:50	Α.Σ. ΑΡΙΣΤΙΩΝ ΣΤ		Α.Σ. ΔΙΑΣΤΡΟ E
20:50	21:00	Γ.Α.Σ. ΣΟΦΙΣΙΣ E		Α.Ο.Μ. ΑΣΤΕΡΑΣ ΚΑΙΣΑΡΙΑΝΗΣ ΣΤ
21:00	21:10	Α.Σ. ΔΡΑΠΕΤΣΩΝΑΣ - ΗΕΤΙΩΝ I		Γ.Α.Σ. ΠΕΝΤΕΛΗΣ E
21:10	21:20	Α.Σ. ΔΡΑΠΕΤΣΩΝΑΣ - ΗΕΤΙΩΝ Z		Α.Σ. ΒΡΙΑΛΗΣΣΙΩΝ ΘΗΣΕΑΣ E
21:20	21:30			Α.Σ. ΧΟΡΕΙΑ H
21:30	21:40		Γ.Α.Σ. ΣΟΦΙΣΙΣ Z	
21:40	21:50		Α.Σ. ΑΙΑΝΤΑΣ ΑΓΙΟΥ ΔΗΜΗΤΡΙΟΥ H	
21:50	22:00			
22:00	22:10			
22:10	22:20			
22:20	22:30			
22:30	22:40			
22:40	22:50			
22:50	23:00			

# Hellas Gym for Life Challenge

12-16 Ιουνίου 2026

## Πρόγραμμα Προβών Ομάδων 2026

Ωρα		Πέμπτη	Παρασκευή	Σάββατο
Πρόβας		11/06/2026	12/06/2026	13/06/2026
16:50	17:00			
17:00	17:10			
17:10	17:20			
17:20	17:30			
17:30	17:40			
17:40	17:50			
17:50	18:00			
18:00	18:10			
18:10	18:20			
18:20	18:30			
18:30	18:40			
18:40	18:50			
18:50	19:00			
19:00	19:10			
19:10	19:20			
19:20	19:30			
19:30	19:40			
19:40	19:50			
19:50	20:00			
20:00	20:10			
20:10	20:20			
20:20	20:30			
20:30	20:40	Α.Γ.Σ. ΠΡΩΤΕΑΣ ΑΙΓΑΛΕΩ ΣΤ	Α.Σ. ΑΙΑΝΤΑΣ ΑΓΙΟΥ ΔΗΜΗΤΡΙΟΥ Ζ	
20:40	20:50		Α.Σ. ΓΑΙΑ Ε	
20:50	21:00		Α.Σ. ΓΑΙΑ Ζ	
21:00	21:10	ΑΠΕ ΓΙΤΑΝΗ Θ	Α.Σ. ΓΑΙΑ Ζ	
21:10	21:20	ΑΠΕ ΓΙΤΑΝΗ ΣΤ	Α.Σ. ΓΑΙΑ Ζ	
21:20	21:30	ΑΠΕ ΓΙΤΑΝΗ Η	ΠΡΩΤΟΠΟΡΕΙΑ Λ	
21:30	21:40		ΑΚΑΔ.ΓΥΜΝΑΣΤΙΚΗΣ ΚΑΙ ΧΟΡΟΥ ΡΥΘΜΟΣ ΚΑΙ ΚΙΝΗΣΗ ΣΤ	Α.Σ.Ε. ΔΟΥΚΑ Η
21:40	21:50			ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΟΣ Γ.Σ. Η
21:50	22:00		Α.Σ. ΔΡΑΠΕΤΣΩΝΑΣ - ΗΕΤΙΩΝ ΣΤ	Γ.Α.Σ. ΚΑΛΥΒΙΑ Λ
22:00	22:10		Α.Σ. ΔΡΑΠΕΤΣΩΝΑΣ - ΗΕΤΙΩΝ Μ	Α.Ο. ΑΤΛΑΣ ΤΟΥ ΔΗΜΟΥ ΔΕΛΤΑ Α
22:10	22:20		Γ.Ο. ΟΛΥΜΠΙΑΔΑ ΣΤΑΥΡΟΥΠΟΛΗΣ ΣΤ	Α.Ο. ΑΤΛΑΣ ΤΟΥ ΔΗΜΟΥ ΔΕΛΤΑ Ζ
22:20	22:30		ΕΥΞΕΙΝΟΣ ΛΕΣΧΗ ΦΛΩΡΙΝΑΣ ΣΤ	
22:30	22:40			
22:40	22:50			
22:50	23:00			

# Hellas Gym for Life Challenge

12-16 Ιουνίου 2026

## Πρόγραμμα Προβών Ομάδων 2026

Ωρα		Κυριακή	Δευτέρα	Τρίτη
Πρόβας		14/06/2026	15/06/2026	16/06/2026
16:50	17:00			
17:00	17:10			
17:10	17:20			
17:20	17:30			
17:30	17:40			
17:40	17:50			
17:50	18:00			
18:00	18:10			
18:10	18:20			
18:20	18:30			
18:30	18:40			
18:40	18:50			
18:50	19:00			
19:00	19:10			
19:10	19:20			
19:20	19:30			
19:30	19:40			
19:40	19:50			
19:50	20:00			
20:00	20:10			
20:10	20:20			
20:20	20:30			
20:30	20:40			
20:40	20:50			
20:50	21:00			
21:00	21:10			
21:10	21:20			
21:20	21:30			
21:30	21:40			
21:40	21:50			
21:50	22:00			
22:00	22:10			
22:10	22:20			
22:20	22:30			
22:30	22:40			
22:40	22:50			
22:50	23:00			