



Πρόγραμμα προπονήσεων ΑΚΟΒΒ 2023-2024
Κολυμβητήριο Στρατιωτικής Σχολής Ευελπίδων

Τμήματα		ΚΑΘΗΜΕΡΙΝΑ ΔΕΥΤΕΡΑ - ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ		*ΣΑΒΒΑΤΟ (από 30/09/23)	
		Ώρα έναρξης	Ώρα λήξης	Ώρα έναρξης	Ώρα λήξης
Α Κ Α Δ Η Μ Ι Ε Σ	ΑΡΧΑΡΙΑ ΣΩΣΙΒΙΑ 3-5 ΕΤΩΝ	17.30	18.05	09.30	10.05
		18.05	18.40	10.05	10.40
		18.40	19.15	10.40	11.15
		19.15	19.50	X	X
	ΕΚΜΑΘΗΣΗ 1 5-7 ΕΤΩΝ	17.30	18.10	09.20	10.00
		18.10	18.50	10.00	10.40
		18.50	19.30	10.40	11.20
		19.30	20.10	X	X
	ΕΚΜΑΘΗΣΗ 2 8-12 ΕΤΩΝ	18.30	19.20	10.30	11.20
19.20		20.10	X	X	
X		X	X	X	
X		X	X	X	
Α Γ Ω Ν Ι Σ Τ Ι Κ Α	ΕΠΙΛΕΚΤΑ 8-9 ΕΤΩΝ	17.30	18.30	09.30	10.30
	ΠΡΟΑΓΩΝΙΣΤΙΚΑ 9-11 ΕΤΩΝ	17.30	19.00	09.30	11.15
	ΑΓΩΝΙΣΤΙΚΗ Β' 13 ΕΤΩΝ & ΑΝΩ	19.00	20.15	10.00	11.15
	ΑΓΩΝΙΣΤΙΚΗ Α' 13 ΕΤΩΝ & ΑΝΩ	19.30	21.30	09.30	11.15
Τ Μ Η Μ Α Τ Α	ΠΡΟΕΤΟΙΜΑΣΙΑ ΓΙΑ ΤΕΦΑΑ & ΣΤΡΑΤΙΩΤΙΚΕΣ ΣΧΟΛΕΣ	19.00	20.15	X	X
	ΕΝΗΛΙΚΟΙ - MASTERS	18.00 20.30	19.30 21.30	10.15	11.15

* *Οι προπονήσεις του Σαββάτου θα ξεκινήσουν 30/09/2023 κατόπιν νέας ανακοίνωσης