« Η Ρ Ο Δ Ω Ρ Ο Σ »
Ν.Π.Δ.Δ. ΚΟΙΝΩΝΙΚΗΣ ΑΛΛΗΛΕΓΓΥΗΣ & ΑΘΛΗΤΙΣΜΟΥ ΔΗΜΟΥ ΜΕΓΑΡΕΩΝ

ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΑ ΑΘΛΗΣΗΣ ΓΙΑ ΟΛΟΥΣ ΠΕΡΙΟΔΟΥ 2015 – 2016

ΥΠΕΥΘΥΝΟΣ ΓΥΜΝΑΣΤΗΣ ΓΙΑΝΝΗΣ ΓΚΙΩΝΗΣ

ΔΕΥΤΕΡΑ	ΤΡΙΤΗ	ΤΕΤΑΡΤΗ	ΠΕΜΠΤΗ	ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ	ΣΑΒΒΑΤΟ	ΚΥΡΙΑΚΗ
	09:00 – 10:00 Αεροβική **ΑΙΘΟΥΣΑ ΚΛΕΙΣΤΟΥ ΣΤΙΒΟΥ**		**09:00 – 10:00** Αεροβική **ΑΙΘΟΥΣΑ ΚΛΕΙΣΤΟΥ ΣΤΙΒΟΥ**	**09:00 – 10:00** Αεροβική **ΑΙΘΟΥΣΑ ΚΛΕΙΣΤΟΥ ΣΤΙΒΟΥ**		
10:00 – 11:00 Αεροβική **ΚΛΕΙΣΤΟ ΓΥΜΝΑΣΤΗΡΙΟ Ν. ΠΕΡΑΜΟΥ**		**10:00 – 11:00** Αεροβική **ΚΛΕΙΣΤΟ ΓΥΜΝΑΣΤΗΡΙΟ Ν. ΠΕΡΑΜΟΥ**		**11:00 – 12:00** Αεροβική **ΚΛΕΙΣΤΟ ΓΥΜΝΑΣΤΗΡΙΟ Ν. ΠΕΡΑΜΟΥ**		
11:00 – 12:00 Άσκηση στην Τρίτη Ηλικία **ΚΛΕΙΣΤΟ ΓΥΜΝΑΣΤΗΡΙΟ Ν. ΠΕΡΑΜΟΥ**		**11:00 – 12:00** Άσκηση στην Τρίτη Ηλικία **ΚΛΕΙΣΤΟ ΓΥΜΝΑΣΤΗΡΙΟ Ν. ΠΕΡΑΜΟΥ**				
15:00 – 16:00 Αεροβική **ΑΙΘΟΥΣΑ ΚΛΕΙΣΤΟΥ ΣΤΙΒΟΥ**	**15:00 – 16:00** Αεροβική **ΑΙΘΟΥΣΑ ΚΛΕΙΣΤΟΥ ΣΤΙΒΟΥ**		**15:00 – 16:00** Αεροβική **ΑΙΘΟΥΣΑ ΚΛΕΙΣΤΟΥ ΣΤΙΒΟΥ**			
	17:00 – 18:00 Άσκηση στην Τρίτη Ηλικία **ΑΙΘΟΥΣΑ ΚΑΠΗ ΜΕΓΑΡΩΝ**					
19:15 – 20:15 Επίβλεψη **ΑΙΘΟΥΣΑ ΕΛΕΥΘΕΡΩΝ ΒΑΡΩΝ**	**19:15 – 20:15** Επίβλεψη **ΑΙΘΟΥΣΑ ΕΛΕΥΘΕΡΩΝ ΒΑΡΩΝ**	**19:15 – 20:15** Επίβλεψη **ΑΙΘΟΥΣΑ ΕΛΕΥΘΕΡΩΝ ΒΑΡΩΝ**	**19:15 – 20:15** Επίβλεψη **ΑΙΘΟΥΣΑ ΕΛΕΥΘΕΡΩΝ ΒΑΡΩΝ**	**19:15 – 20:15** Επίβλεψη **ΑΙΘΟΥΣΑ ΕΛΕΥΘΕΡΩΝ ΒΑΡΩΝ**		