|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **15-31 IOYNIOY** | | | | | | |
| logo2 dimos xoris  σμαλλ AAH_logo_2_RGB  ΠΑΓΚΡΗΤΙΟ  ΣΤΑΔΙΟ  ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΑΘΛΗΤΙΚΟ ΚΕΝΤΡΟ ΗΡΑΚΛΕΙΟΥ  ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΑ ΟΜΑΔΙΚΩΝ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΩΝ ΓΥΜΝΑΣΤΗΡΙΟΥ   |  |  | | --- | --- | | ΑΠΟ: | 15-06-2020 | | ΕΩΣ: | 31-06-2020 |   Ώρες λειτουργιάς  ΓΥΜΝΑΣΤΗΡΙΟΥ:  ΔΕΥΤ-ΠΑΡΑ:08:00-22:30  ΣΑΒΒΑΤΟ:09:00-17:00  ΤΗΛ: 2810264560  FAX:2810264573  **www.aahaeota.gr**    ΕΝΤΑΣΗ   |  |  | | --- | --- | | ٭ | ΧΑΜΗΛΗ | | ٭٭ | ΜΕΣΑΙΑ | | ٭٭٭ | ΥΨΗΛΗ | | **ΔΕΥΤΕΡΑ** | **ΤΡΙΤΗ** | **ΤΕΤΑΡΤΗ** | **ΠΕΜΠΤΗ** | **ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ** | **ΣΑΒΒΑΤΟ** |
| **08:30-09:15** ٭  pil | **08:45-09:30** ٭  GENIKI GIMNASTIKI | **08:45-09:30** ٭  pil | **08:45-09:30** ٭٭  GENIKI GIMNASTIKI | **08:45-09:30** ٭  GENIKI GIMNASTIKI |  |
| **09:45-10:30**٭٭  Get your day started with a HIIT! | Town of Fort Smith | **09:45-10:30**٭٭**pil** | **09:45-10:30**٭٭  Get your day started with a HIIT! | Town of Fort Smith | **09:45-10:30**٭٭٭  ΟΡΘΟΣΩΜΙΑ | **09:45-10:30**٭٭  pil |  |
|  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |
| **18:45-19:30**٭٭٭  **pil** | **18:45-19:30**٭٭٭  **GENIKI GIMNASTIKI** | **17:30-18:30**٭٭٭  **Untitled** | **17:30-18:15**٭٭  **Get your day started with a HIIT! | Town of Fort Smith** | **17:30-18:30**٭٭٭  **Untitled** |  |
| **19:45-20:30**٭٭  **ΑBS-GLUTES** | **19:45-20:30**٭٭  **ΑBS-GLUTES** | **18:45-19:30**٭٭٭  DANCE CARDIO  **FUNC STEP** | **18:45-19:30**٭٭**pil** | **18:45-19:30**٭٭٭  DANCE CARDIO  **FUNC STEP** |  |
|  |  |  |  |  |  |