

ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΠΡΟΠΟΝΗΣΕΩΝ ΝΗΡΕΑ ΓΕΡΑΚΑ

ΑΘΛΗΤΙΚΟΥ ΕΤΟΥΣ: 2017 - 2018

ΤΜΗΜΑΤΑ ΚΟΛΥΜΒΗΣΗΣ:

- **ΣΧΟΛΗ ΚΟΛΥΜΒΗΣΗΣ {30ευρώ/ μήνας }**

ΔΕΥΤΕΡΑ έως ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ :16:45-17:30 , 17:30-18:15 , 18:15-19:00

ΣΑΒΒΑΤΟ : 11:00-11:45 , 11:45-12:30

- **ΑΚΑΔΗΜΙΑ ΚΟΛΥΜΒΗΣΗΣ {30ευρώ/ μήνας }**

ΔΕΥΤΕΡΑ έως ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ : 18:00 - 19:00

ΣΑΒΒΑΤΟ : 10:00 - 11:00

- **ΠΡΟΑΓΩΝΙΣΤΙΚΗ ΚΟΛΥΜΒΗΣΗ Junior {9 -10 ετών} {45 ευρώ/μήνας }**

ΔΕΥΤΕΡΑ έως ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ : 16:00 - 17:15

ΣΑΒΒΑΤΟ : 11:30 - 12:30

- **ΠΡΟΑΓΩΝΙΣΤΙΚΗ ΚΟΛΥΜΒΗΣΗ {11-12 ετών} {55 ευρώ/μήνας }**

ΔΕΥΤΕΡΑ έως ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ : 17:00 - 19:00{Δευτ.-Τετ.-Παρασκ. 19:00-19:30 γυμναστική}

ΣΑΒΒΑΤΟ : 10:00 - 12:00

- **ΑΓΩΝΙΣΤΙΚΗ ΚΟΛΥΜΒΗΣΗ {13 ετών + } {65 ευρώ/μήνας }**

ΔΕΥΤΕΡΑ έως ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ : 19:00 - 21:00

ΣΑΒΒΑΤΟ : 08:00 - 10:00

- **Β΄ΑΓΩΝΙΣΤΙΚΗ {13 ετών + } {50 ευρώ/μήνας }**

ΔΕΥΤΕΡΑ έως ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ : 19:00 - 20:00

ΣΑΒΒΑΤΟ : 08:00 - 09:00

ΤΜΗΜΑΤΑ ΥΔΑΤΟΣΦΑΙΡΙΣΗΣ:

- **ΑΚΑΔΗΜΙΑ ΥΔΑΤΟΣΦΑΙΡΙΣΗΣ**

ΔΕΥΤΕΡΑ έως ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ : **19:45 - 20:45**

ΣΑΒΒΑΤΟ : **12:30 - 13:30**

- **ΟΜΑΔΑ ΜΙΝΙ ΠΑΙΔΩΝ {2005- 2006}**

ΔΕΥΤΕΡΑ έως ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ : **20:15 - 21:45**

ΣΑΒΒΑΤΟ : **13:00 - 15:00**

- **ΟΜΑΔΑ ΠΑΙΔΩΝ {2003 - 2004}**

ΔΕΥΤΕΡΑ έως ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ : **20:30 - 22:30**

ΣΑΒΒΑΤΟ : **13:00 - 15:00**

- **ΟΜΑΔΑ ΕΦΗΒΩΝ {2001 - 2002}**

ΔΕΥΤΕΡΑ έως ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ : **20:30 - 22:30**

ΣΑΒΒΑΤΟ : **13:00 - 15:00**

- **ΟΜΑΔΑ ΝΕΩΝ ΑΝΔΡΩΝ {1999 - 2000} & ΟΜΑΔΑ ΑΝΔΡΩΝ**

ΔΕΥΤΕΡΑ έως ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ : **21:00 - 10:45**

ΣΑΒΒΑΤΟ : **13:00 - 15:00**