ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΠΡΟΠΟΝΗΣΕΩΝ 2019 - 2020

		ΔΕΥΤΕΡΑ	ΤΡΙΤΗ	ΤΕΤΑΡΤΗ	ΠΕΜΠΤΗ	ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ	ΣΑΒΒΑΤΟ	ΚΥΡΙΑΚΗ	
1	ΕΦΗΒΙΚΟ	15:00-16:30	ΑΓΩΝΑ 21:45			15:00-16:30	12:00-13:30	12:30-13:45	ΒΑΡΔΑΒΑΣ /ΠΑΠΑΣΩΤΗΡΙΟΥ
2	ΠΑΙΔΙΚΟ ΕΣΚΑΝΑ (2003-04)	18:00-19:30	ΑΓΩΝΑ 20:00		18:00-19:30	18:00-19:30	10:30-12:00	13:45-15:00	ΠΕΡΡΟΣ/ ΠΑΠΑΣΩΤΗΡΙΟΥ
3	ΚΟΡΑΣΙΔΕΣ/ ΠΑΓΚΟΡΑΣΙΔΕΣ		16:30-18:00	17:30-19:00	18:30-20:00	19:30-21:00	ΑΓΩΝΑΣ 20:15		ΚΑΡΠΕΤΑΣ
4	ΠΑΜΠΑΙΔΕΣ ΕΣΚΑΝΑ (2005-06)	20:00-21:30	18:00-19:30	19:00-20:30		16:30-18:00	13:30-15:00		ΠΑΠΑΔΗΜΗΤΡΙΟΥ/ ΠΑΠΑΣΩΤΗΡΙΟΥ
5	MINI ΕΣΚΑΝΑ (2007)	19:00-20:30		19:00-20:30	19:30-21:00	20:00-21:30 ή 21:30-23:00 (ενημέρωση προπονητη)	12:00-13:30		ΧΑΡΕΡΑΣ
6	ΠΡΟ MINI ΕΣΚΑΝΑ (2008)	18:00-19:00	19:30-21:00 ΧΑΡΕΡΑΣ		20:00-21:30	18:00-19:00	11:30-13:00	12:00-13:30	ΡΟΥΜΕΛΙΩΤΗΣ ΧΑΡΕΡΑΣ
7	2004-2005 Α1	19:00-20:30	20:00-21:30			20:00-21:30		10:30-12:00	ΡΟΥΜΕΛΙΩΤΗΣ
8	2006-2007 Α1	18:00-19:00 / ΧΑΡΕΡΑΣ		20:00-21:00	19:00-20:00		11:00-12:00		ΑΛΕΞΟΠΟΥΛΟΥ/ ΧΑΡΕΡΑΣ
9	JUNIOR ΚΟΡΙΤΣΙΑ	17:00-18:00	18:30-19:30		17:30-18:30	18:00-19:00			ΚΑΡΠΕΤΑΣ
10	2008-2009 Α1	19:00-20:00		19:00-20:00		19:00-20:00 / ΧΑΡΕΡΑΣ	10:00-11:00		ΑΛΕΞΟΠΟΥΛΟΥ/ ΧΑΡΕΡΑΣ
11	2009 Α1		19:00-20:00	18:00-19:00 ΧΑΡΕΡΑΣ		19:00-20:00	10:30-11:30		ΡΟΥΜΕΛΙΩΤΗΣ ΧΑΡΕΡΑΣ
12	2010 Α1		17:00-18:00		17:00-18:00	17:00-18:00	11:00-12:00		ΣΑΧΑΝΙΔΗ
13	2011 Α1		18:00-19:00		18:00-19:00	16:00-17:00	10:00-11:00		ΣΑΧΑΝΙΔΗ
14	2010-11 Α2	18:00-19:00		18:00-19:00		18:00-19:00	9:00-10:00		ΑΛΕΞΟΠΟΥΛΟΥ
15	2012 Α1	17:00-18:00		17:00-18:00			9:00-10:00		ΣΑΧΑΝΙΔΗ
16	2012-14 Α2		16:00-17:00		16:00-17:00				ΣΑΧΑΝΙΔΗ
17	JUNIOR 2015-2016	16:00-17:00		16:00-17:00					ΣΑΧΑΝΙΔΗ
18	τμήμα ΓΟΝΕΩΝ								ΑΛΕΞΟΠΟΥΛΟΥ