

ΔΗΜΟΣ ΚΕΡΑΤΣΙΝΙΟΥ ΔΡΑΠΕΤΣΩΝΑΣ

ΤΜΗΜΑ ΠΟΛΙΤΙΣΜΟΥ ΚΑΙ ΑΘΛΗΤΙΣΜΟΥ

ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΜΑΖΙΚΟΥ ΑΘΛΗΤΙΣΜΟΥ ΑΕΡΟΒΙΚΗ-PILATES						
ΔΕΥΤΕΡΑ	ΤΡΙΤΗ	ΤΕΤΑΡΤΗ	ΠΕΜΠΤΗ	ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ	ΣΑΒΒΑΤΟ	ΤΟΠΟΣ
8.15-9.15		8.15-9.15		8.15-9.15		ΑΘΛΗΤΙΚΟ ΚΕΝΤΡΟ ΔΡΑΠΕΤΣΩΝΑΣ
9.30-10.30		9.30-10.30		9.30-10.30		ΠΟΛΙΤΙΣΤΙΚΟ ΚΕΝΤΡΟ ΕΥΓΕΝΕΙΑΣ
9.30-10.30		9.30-10.30		9.30-10.30		ΠΟΛΙΤΙΣΤΙΚΟ ΚΕΝΤΡΟ ΜΕΛΙΝΑ ΜΕΡΚΟΥΡΗ
	9.30-11.00		9.30-11.00			ΠΟΛΙΤΙΣΤΙΚΟ ΚΕΝΤΡΟ ΜΕΛΙΝΑ ΜΕΡΚΟΥΡΗ
15.00-16.00		15.00-16.00		15.00-16.00		ΠΟΛΙΤΙΣΤΙΚΟ ΚΕΝΤΡΟ ΑΝΤΩΝΗΣ ΣΑΜΑΡΑΚΗΣ
18.00-19.00 Αιθ1		18.00-19.00 pillates				ΑΘΛΗΤΙΚΟ ΚΕΝΤΡΟ ΔΡΑΠΕΤΣΩΝΑΣ
	15.30-16.30 yoga		15.30-16.30 pillates		9.30-10.30 yoga	ΑΘΛΗΤΙΚΟ ΚΕΝΤΡΟ ΔΡΑΠΕΤΣΩΝΑΣ

ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΜΑΖΙΚΟΥ ΑΘΛΗΤΙΣΜΟΥ ΕΝΗΛΙΚΩΝ - ΕΝΔΥΝΑΜΩΣΗ						
ΔΕΥΤΕΡΑ	ΤΡΙΤΗ	ΤΕΤΑΡΤΗ	ΠΕΜΠΤΗ	ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ	ΣΑΒΒΑΤΟ	ΤΟΠΟΣ
		15.30-16.30		15.30-16.30	10.30-11.30	ΑΘΛΗΤΙΚΟ ΚΕΝΤΡΟ ΔΡΑΠΕΤΣΩΝΑΣ
16.30-18.00		16.30-18.00		16.30-18.00	11.30-12.30	ΑΘΛΗΤΙΚΟ ΚΕΝΤΡΟ ΔΡΑΠΕΤΣΩΝΑΣ
18.00-19.00		18.00-19.00		18.00-19.00	12.30-13.30	ΑΘΛΗΤΙΚΟ ΚΕΝΤΡΟ ΔΡΑΠΕΤΣΩΝΑΣ
19.00-20.00		19.00-20.00		19.00-20.00		ΑΘΛΗΤΙΚΟ ΚΕΝΤΡΟ ΔΡΑΠΕΤΣΩΝΑΣ
8.30-9.30		8.30-9.30		8.30-9.30		ΓΥΜΝΑΣΤΗΡΙΟ ΚΟΛΥΜΒΗΤΗΡΙΟΥ
9.30-10.30		9.30-10.30		9.30-10.30		ΓΥΜΝΑΣΤΗΡΙΟ ΚΟΛΥΜΒΗΤΗΡΙΟΥ
				10.30-11.30		ΓΥΜΝΑΣΤΗΡΙΟ ΚΟΛΥΜΒΗΤΗΡΙΟΥ
			14.45-15.45			ΓΥΜΝΑΣΤΗΡΙΟ ΚΟΛΥΜΒΗΤΗΡΙΟΥ
			15.45-16.45			ΓΥΜΝΑΣΤΗΡΙΟ ΚΟΛΥΜΒΗΤΗΡΙΟΥ
20.15-21.15	20.15-21.15	20.15-21.15	20.15-21.15	20.15-21.15		ΓΥΜΝΑΣΤΗΡΙΟ ΚΟΛΥΜΒΗΤΗΡΙΟΥ
21.15-22.00	21.15-22.00	21.15-22.00	21.15-22.00	21.15-22.00		ΓΥΜΝΑΣΤΗΡΙΟ ΚΟΛΥΜΒΗΤΗΡΙΟΥ

Αθλητικό Κέντρο Δραπετσώνας:

Μονεμβασίας και Παναγούλη
2104611151

Πολιτιστικό Κέντρο Ευγένειας:

Βύρωνος και Πλάτωνος
2104325710

Πολιτιστικό Κέντρο

«Μελίνα Μερκούρη»:

Εμμ. Μπενάκη 70, 2104005555

Πολιτιστικό Κέντρο

«Αντώνης Σαμαράκης»:

Μικράς Ασίας 24, 2104002222

Γυμναστήριο

«Παντελής Νικολαΐδης»:

Ιχθυόσκαλα, 2104002567

Γυμναστήριο Κολυμβητηρίου:

Ιχθυόσκαλα, 2104005544