


ΟΜΑΔΙΚΑ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΑ ΕΩΣ 2 ΟΚΤΩΒΡΙΟΥ

	ΔΕΥΤΕΡΑ	ΤΡΙΤΗ	ΤΕΤΑΡΤΗ	ΠΕΜΠΤΗ	ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ												
<div style="display: flex; justify-content: space-between;"> <div style="text-align: center;">  <p>ΔΗΜΟΣ ΗΡΑΚΛΕΙΟΥ</p> </div> <div style="text-align: center;">  <p>ΑΝΑΠΤΥΞΗ ΑΘΛΗΤΙΣΜΟΥ ΗΡΑΚΛΕΙΟΥ <small>ΔΗΜΟΣ ΗΡΑΚΛΕΙΟΥ ΑΝΘΡΩΠΗΝΗ ΕΤΑΙΡΕΙΑ ΟΤΑ</small></p> </div> </div> <p style="text-align: center; font-weight: bold; font-size: 1.2em;">Δ.Α.Π.Κ.Η</p> <p style="text-align: center;">ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΑΘΛΗΤΙΚΟ ΠΝΕΥΜΑΤΙΚΟ ΚΕΝΤΡΟ ΗΡΑΚΛΕΙΟΥ</p> <p style="text-align: center; color: blue; font-weight: bold;">ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΟΜΑΔΙΚΩΝ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΩΝ ΓΥΜΝΑΣΤΗΡΙΟΥ</p> <table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse; margin-top: 10px;"> <tr> <td style="width: 15%; font-weight: bold;">ΑΠΟ:</td> <td>01/09/2020</td> </tr> <tr> <td style="font-weight: bold;">ΕΩΣ:</td> <td>2/10/2020</td> </tr> </table> <p style="margin-top: 10px;"> Ώρες λειτουργίας: ΓΥΜΝΑΣΤΗΡΙΟΥ ΔΕΥΤ-ΠΑΡΑ: 8:00-10:30 ΣΑΒΒΑΤΟ: 09:00-17:00 Τηλ: 2810215080 Fax: 2810215090 </p> <table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse; margin-top: 10px;"> <tr style="background-color: #f5deb3;"> <th colspan="2" style="text-align: center;">ΕΝΤΑΣΗ</th> </tr> <tr> <td style="text-align: center;">*</td> <td>ΧΑΜΗΛΗ</td> </tr> <tr> <td style="text-align: center;">**</td> <td>ΜΕΤΡΙΑ</td> </tr> <tr> <td style="text-align: center;">***</td> <td>ΥΨΗΛΗ</td> </tr> </table>	ΑΠΟ:	01/09/2020	ΕΩΣ:	2/10/2020	ΕΝΤΑΣΗ		*	ΧΑΜΗΛΗ	**	ΜΕΤΡΙΑ	***	ΥΨΗΛΗ	<p>08:45-09:30*</p> <div style="background-color: #800080; color: white; padding: 5px; text-align: center; font-weight: bold;">ΟΡΘΟΣΩΜΙΑ</div>	<p>08:45- 09:30*(*)</p> <div style="background-color: #008000; color: white; padding: 5px; text-align: center; font-weight: bold;">ΓΕΝΙΚΗ ΓΥΜΝΑΣΤΙΚΗ</div>	<p>08:45-09:30*</p> <div style="background-color: #800080; color: white; padding: 5px; text-align: center; font-weight: bold;">ΟΡΘΟΣΩΜΙΑ</div>	<p>08:45- 09:30*(*)</p> <div style="background-color: #008000; color: white; padding: 5px; text-align: center; font-weight: bold;">ΓΕΝΙΚΗ ΓΥΜΝΑΣΤΙΚΗ</div>	<p>08:45-09:40*</p> 
	ΑΠΟ:	01/09/2020															
	ΕΩΣ:	2/10/2020															
	ΕΝΤΑΣΗ																
	*	ΧΑΜΗΛΗ															
	**	ΜΕΤΡΙΑ															
	***	ΥΨΗΛΗ															
	<p>09:45-10:30**</p> 	<p>09:45-10:30***</p> 	<p>09:45-10:30***</p> 	<p>09:45-10:30***</p> 	<p>09:50-10:30***</p> 												
<p>17:30-18:30***</p> 	<p>17:30-18:30***</p> 	<p>17:30-18:30***</p> 	<p>17:30-18:30***</p> <div style="background-color: #ffff00; color: red; padding: 5px; text-align: center; font-weight: bold;">DANCE AEROBIC</div>	<p>17:30-18:30***</p> 													
<p>18:45-19:30***</p> <div style="background-color: #ffff00; color: red; padding: 5px; text-align: center; font-weight: bold;">DANCE AEROBIC</div>	<p>18:45-19:30***</p> <div style="background-color: #cccccc; color: black; padding: 5px; text-align: center; font-weight: bold;">FUNCTIONAL</div>	<p>18:45-19:30***</p> 	<p>18:45-19:30***</p> 	<p>18:45-19:30***</p> <p style="text-align: center; font-weight: bold;">TABATA TRAINING</p>													
<p>19:45-20:30***</p> 	<p>19:45 - 20:30 **</p> <p style="text-align: center; font-weight: bold;">TABATA TRAINING</p>	<p>19:45 - 20:30 **</p> 	<p>19:45 - 20:30 **</p> 														