

Κρατήσεις στο email: [nkghrec@aahaesota.gr](mailto:nkghrec@aahaesota.gr) (με προτεραιότητα την ώρα άφιξης)  
αργότερο μέχρι τις 10:00 το πρωί της προπόνησης και για τα Σάββατα (κρατήσεις και ακυρώσεις) το αργότερο μέχρι τις 14:00 της Παρασκευής.

	ΔΕΥΤΕΡΑ		ΤΡΙΤΗ		ΤΕΤΑΡΤΗ			ΠΕΜΠΤΗ		ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ		ΣΑΒΒΑΤΟ		
	12-Ιουν		13-Ιουν		14-Ιουν			15-Ιουν		16-Ιουν		17-Ιουν		
	1η ΜΠΑΣΚΕΤΑ	2η ΜΠΑΣΚΕΤΑ	1η ΜΠΑΣΚΕΤΑ	2η ΜΠΑΣΚΕΤΑ	1η ΜΠΑΣΚΕΤΑ	2η ΜΠΑΣΚΕΤΑ		1η ΜΠΑΣΚΕΤΑ	2η ΜΠΑΣΚΕΤΑ	1η ΜΠΑΣΚΕΤΑ	2η ΜΠΑΣΚΕΤΑ	1η ΜΠΑΣΚΕΤΑ	2η ΜΠΑΣΚΕΤΑ	
09:00-09:30	ΟΜΑΔΙΚΑ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΑ		ΟΜΑΔΙΚΑ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΑ		ΟΜΑΔΙΚΑ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΑ		09:00-09:30	ΟΜΑΔΙΚΑ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΑ		ΟΜΑΔΙΚΑ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΑ		ΕΡΓΟΤΕΛΗΣ (ΠΑΜΠ+ΜΙΝΙ)		09:00-09:30
09:30-10:00	ΟΜΑΔΙΚΑ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΑ		ΟΜΑΔΙΚΑ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΑ		ΟΜΑΔΙΚΑ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΑ		09:30-10:00	ΟΜΑΔΙΚΑ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΑ		ΟΜΑΔΙΚΑ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΑ		ΕΡΓΟΤΕΛΗΣ (ΠΑΜΠ+ΜΙΝΙ)		09:30-10:00
10:00-10:30	ΟΜΑΔΙΚΑ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΑ		ΟΜΑΔΙΚΑ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΑ		ΟΜΑΔΙΚΑ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΑ		10:00-10:30	ΟΜΑΔΙΚΑ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΑ		ΟΜΑΔΙΚΑ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΑ		ΕΡΓΟΤΕΛΗΣ (ΠΑΜΠ+ΜΙΝΙ)		10:00-10:30
10:30-11:00	ΟΜΑΔΙΚΑ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΑ		ΟΜΑΔΙΚΑ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΑ		ΟΜΑΔΙΚΑ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΑ		10:30-11:00	ΟΜΑΔΙΚΑ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΑ		ΟΜΑΔΙΚΑ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΑ		ΕΡΓΟΤΕΛΗΣ (ΠΑΜΠ+ΜΙΝΙ)		10:30-11:00
11:00-11:30	ΠΗΓΑΣΟΣ		ΠΗΓΑΣΟΣ		ΠΗΓΑΣΟΣ		11:00-11:30	ΕΡΓΟΤΕΛΗΣ(Π)		ΕΡΓΟΤΕΛΗΣ(ΚΟΡ)		ΠΗΓΑΣΟΣ		11:00-11:30
11:30-12:00	ΠΗΓΑΣΟΣ		ΠΗΓΑΣΟΣ		ΠΗΓΑΣΟΣ		11:30-12:00	ΕΡΓΟΤΕΛΗΣ(Π)		ΕΡΓΟΤΕΛΗΣ(ΚΟΡ)		ΠΗΓΑΣΟΣ		11:30-12:00
12:00-12:30	ΠΗΓΑΣΟΣ		ΠΗΓΑΣΟΣ		ΠΗΓΑΣΟΣ		12:00-12:30	ΕΡΓΟΤΕΛΗΣ(Π)		ΕΡΓΟΤΕΛΗΣ(ΚΟΡ)		ΠΗΓΑΣΟΣ		12:00-12:30
12:30-13:00	ΠΗΓΑΣΟΣ		ΠΗΓΑΣΟΣ		ΠΗΓΑΣΟΣ		12:30-13:00	ΔΙΑΘΕΣΙΜΟ	ΔΙΑΘΕΣΙΜΟ	ΔΙΑΘΕΣΙΜΟ	ΔΙΑΘΕΣΙΜΟ	ΠΗΓΑΣΟΣ		12:30-13:00
13:00-13:30	ΠΗΓΑΣΟΣ		ΠΗΓΑΣΟΣ		ΠΗΓΑΣΟΣ		13:00-13:30	ΕΡΓΟΤΕΛΗΣ(Π)		ΕΡΓΟΤΕΛΗΣ(ΚΟΡ)		ΠΗΓΑΣΟΣ		13:00-13:30
13:30-14:00	ΗΡΑΚΛΕΙΟ (ΕΦ)	ΗΡΑΚΛΕΙΟ (ΕΦ)	ΗΡΑΚΛΕΙΟ (ΕΦ)	ΗΡΑΚΛΕΙΟ (ΕΦ)	ΗΡΑΚΛΕΙΟ (ΕΦ)	ΗΡΑΚΛΕΙΟ (ΕΦ)	13:30-14:00	ΗΡΑΚΛΕΙΟ (ΕΦ)		ΗΡΑΚΛΕΙΟ (ΕΦ)		ΠΗΓΑΣΟΣ		13:30-14:00
14:00-14:30	ΗΡΑΚΛΕΙΟ (ΕΦ)	ΗΡΑΚΛΕΙΟ (ΕΦ)	ΗΡΑΚΛΕΙΟ (ΕΦ)	ΗΡΑΚΛΕΙΟ (ΕΦ)	ΗΡΑΚΛΕΙΟ (ΕΦ)	ΗΡΑΚΛΕΙΟ (ΕΦ)	14:00-14:30	ΗΡΑΚΛΕΙΟ (ΕΦ)		ΗΡΑΚΛΕΙΟ (ΕΦ)		ΠΗΓΑΣΟΣ		14:00-14:30
14:30-15:00	ΗΡΑΚΛΕΙΟ (ΕΦ)	ΗΡΑΚΛΕΙΟ (ΕΦ)	ΗΡΑΚΛΕΙΟ (ΕΦ)	ΗΡΑΚΛΕΙΟ (ΕΦ)	ΗΡΑΚΛΕΙΟ (ΕΦ)	ΗΡΑΚΛΕΙΟ (ΕΦ)	14:30-15:00	ΗΡΑΚΛΕΙΟ (ΕΦ)		ΗΡΑΚΛΕΙΟ (ΕΦ)		ΠΗΓΑΣΟΣ		14:30-15:00
15:00-15:30	ΑΣΚΗΣΗ(ΕΦ)	ΑΣΚΗΣΗ(ΕΦ)	ΑΣΚΗΣΗ(ΕΦ)	ΑΣΚΗΣΗ(ΕΦ)	ΑΣΚΗΣΗ(ΕΦ)	ΑΣΚΗΣΗ(ΕΦ)	15:00-15:30	ΑΣΚΗΣΗ(ΕΦ)		ΑΣΚΗΣΗ(ΕΦ)		ΠΗΓΑΣΟΣ		15:00-15:30
15:30-16:00	ΑΣΚΗΣΗ(ΕΦ)	ΑΣΚΗΣΗ(ΕΦ)	ΑΣΚΗΣΗ(ΕΦ)	ΑΣΚΗΣΗ(ΕΦ)	ΑΣΚΗΣΗ(ΕΦ)	ΑΣΚΗΣΗ(ΕΦ)	15:30-16:00	ΑΣΚΗΣΗ(ΕΦ)		ΑΣΚΗΣΗ(ΕΦ)		ΠΗΓΑΣΟΣ		15:30-16:00
16:00-16:30	ΑΣΚΗΣΗ(ΕΦ)	ΑΣΚΗΣΗ(ΕΦ)	ΑΣΚΗΣΗ(ΕΦ)	ΑΣΚΗΣΗ(ΕΦ)	ΑΣΚΗΣΗ(ΕΦ)	ΑΣΚΗΣΗ(ΕΦ)	16:00-16:30	ΑΣΚΗΣΗ(ΕΦ)		ΑΣΚΗΣΗ(ΕΦ)		ΠΗΓΑΣΟΣ		16:00-16:30
16:30-17:00	ΑΣΚΗΣΗ(ΕΦ)	ΑΣΚΗΣΗ(ΕΦ)	ΑΣΚΗΣΗ(ΕΦ)	ΑΣΚΗΣΗ(ΕΦ)	ΑΣΚΗΣΗ(ΕΦ)	ΑΣΚΗΣΗ(ΕΦ)	16:30-17:00	ΑΣΚΗΣΗ(ΕΦ)		ΑΣΚΗΣΗ(ΕΦ)		ΠΗΓΑΣΟΣ		16:30-17:00
17:00-17:30	ΑΣΚΗΣΗ(ΕΦ)	ΑΣΚΗΣΗ(ΕΦ)	ΑΣΚΗΣΗ(ΕΦ)	ΑΣΚΗΣΗ(ΕΦ)	ΑΣΚΗΣΗ(ΕΦ)	ΑΣΚΗΣΗ(ΕΦ)	17:00-17:30	ΑΣΚΗΣΗ(ΕΦ)		ΑΣΚΗΣΗ(ΕΦ)		ΠΗΓΑΣΟΣ		17:00-17:30
17:30-18:00	ΑΣΚΗΣΗ(ΕΦ)	ΑΣΚΗΣΗ(ΕΦ)	ΑΣΚΗΣΗ(ΕΦ)	ΑΣΚΗΣΗ(ΕΦ)	ΑΣΚΗΣΗ(ΕΦ)	ΑΣΚΗΣΗ(ΕΦ)	17:30-18:00	ΑΣΚΗΣΗ(ΕΦ)		ΑΣΚΗΣΗ(ΕΦ)		ΠΗΓΑΣΟΣ		17:30-18:00
18:00-18:30	ΑΣΚΗΣΗ(ΕΦ)	ΑΣΚΗΣΗ(ΕΦ)	ΑΣΚΗΣΗ(ΕΦ)	ΑΣΚΗΣΗ(ΕΦ)	ΑΣΚΗΣΗ(ΕΦ)	ΑΣΚΗΣΗ(ΕΦ)	18:00-18:30	ΑΣΚΗΣΗ(ΕΦ)		ΑΣΚΗΣΗ(ΕΦ)		ΠΗΓΑΣΟΣ		18:00-18:30
18:30-19:00	ΑΣΚΗΣΗ(ΕΦ)	ΑΣΚΗΣΗ(ΕΦ)	ΑΣΚΗΣΗ(ΕΦ)	ΑΣΚΗΣΗ(ΕΦ)	ΑΣΚΗΣΗ(ΕΦ)	ΑΣΚΗΣΗ(ΕΦ)	18:30-19:00	ΑΣΚΗΣΗ(ΕΦ)		ΑΣΚΗΣΗ(ΕΦ)		ΠΗΓΑΣΟΣ		18:30-19:00
19:00-19:30	ΑΣΚΗΣΗ(ΕΦ)	ΑΣΚΗΣΗ(ΕΦ)	ΑΣΚΗΣΗ(ΕΦ)	ΑΣΚΗΣΗ(ΕΦ)	ΑΣΚΗΣΗ(ΕΦ)	ΑΣΚΗΣΗ(ΕΦ)	19:00-19:30	ΑΣΚΗΣΗ(ΕΦ)		ΑΣΚΗΣΗ(ΕΦ)		ΠΗΓΑΣΟΣ		19:00-19:30
19:30-20:00	ΔΙΑΘΕΣΙΜΟ	ΔΙΑΘΕΣΙΜΟ	ΔΙΑΘΕΣΙΜΟ	ΔΙΑΘΕΣΙΜΟ	ΔΙΑΘΕΣΙΜΟ	ΔΙΑΘΕΣΙΜΟ	19:30-20:00	ΔΙΑΘΕΣΙΜΟ		ΔΙΑΘΕΣΙΜΟ		ΠΗΓΑΣΟΣ		19:30-20:00
20:00-20:30	ΠΕΡΙΦΕΡΕΙΑ ΚΡΗΤΗΣ	ΔΕΕΡΛΑΒ	ΚΩΣΤΟΠΟΥΛΟΣ	ΠΑΛΑΙΜΑΧΟΙ ΑΝΔΡΟΓΕΑΣ	ΕΡΓΟΤΕΛΗΣ (ΚΟΡ)	ΕΡΓΟΤΕΛΗΣ (ΚΟΡ)	20:00-20:30	ΛΕΒΥΝΘΟΣ	ΣΤΕΦΑΝΑΚΗΣ	ΑΜΠΑΤΖΗΣ	ΣΤΑΘΟΠΟΥΛΟΣ	ΔΙΑΘΕΣΙΜΟ	ΔΙΑΘΕΣΙΜΟ	20:00-20:30
20:30-21:00	ΠΕΡΙΦΕΡΕΙΑ ΚΡΗΤΗΣ	ΔΕΕΡΛΑΒ	ΚΩΣΤΟΠΟΥΛΟΣ	ΠΑΛΑΙΜΑΧΟΙ ΑΝΔΡΟΓΕΑΣ	ΕΡΓΟΤΕΛΗΣ (ΚΟΡ)	ΕΡΓΟΤΕΛΗΣ (ΚΟΡ)	20:30-21:00	ΛΕΒΥΝΘΟΣ	ΣΤΕΦΑΝΑΚΗΣ	ΑΜΠΑΤΖΗΣ	ΣΤΑΘΟΠΟΥΛΟΣ	ΔΙΑΘΕΣΙΜΟ	ΔΙΑΘΕΣΙΜΟ	20:30-21:00
21:00-21:30	ΠΕΡΙΦΕΡΕΙΑ ΚΡΗΤΗΣ	ΔΕΕΡΛΑΒ	ΚΩΣΤΟΠΟΥΛΟΣ	ΠΑΛΑΙΜΑΧΟΙ ΑΝΔΡΟΓΕΑΣ	ΕΡΓΟΤΕΛΗΣ (ΚΟΡ)	ΕΡΓΟΤΕΛΗΣ (ΚΟΡ)	21:00-21:30	ΛΕΒΥΝΘΟΣ	ΣΤΕΦΑΝΑΚΗΣ	ΑΜΠΑΤΖΗΣ	ΣΤΑΘΟΠΟΥΛΟΣ	ΔΙΑΘΕΣΙΜΟ	ΔΙΑΘΕΣΙΜΟ	21:00-21:30
21:30-22:00	ΣΒΕΚΗ	ΑΝΔΡΟΥΛΑΚΗΣ	ΟΤΕ	ΣΑΒΒΙΔΗΣ	ΑΝΤΩΝΑΚΗΣ	ΧΑΤΖΗΔΑΚΗΣ	21:30-22:00	ΤΙΡΑΜΟΛΑ	ΔΙΑΘΕΣΙΜΟ	ΜΑΣΤΡΟΓΙΑΝΝΑΚΗΣ	ΓΑΛΑΤΙΑΝΟΣ	ΔΙΑΘΕΣΙΜΟ	ΔΙΑΘΕΣΙΜΟ	21:30-22:00
22:00-22:30	ΣΒΕΚΗ	ΑΝΔΡΟΥΛΑΚΗΣ	ΟΤΕ	ΣΑΒΒΙΔΗΣ	ΑΝΤΩΝΑΚΗΣ	ΧΑΤΖΗΔΑΚΗΣ	22:00-22:30	ΤΙΡΑΜΟΛΑ	ΔΙΑΘΕΣΙΜΟ	ΜΑΣΤΡΟΓΙΑΝΝΑΚΗΣ	ΓΑΛΑΤΙΑΝΟΣ	ΔΙΑΘΕΣΙΜΟ	ΔΙΑΘΕΣΙΜΟ	22:00-22:30
	1η ΜΠΑΣΚΕΤΑ	2η ΜΠΑΣΚΕΤΑ	1η ΜΠΑΣΚΕΤΑ	2η ΜΠΑΣΚΕΤΑ	1η ΜΠΑΣΚΕΤΑ	2η ΜΠΑΣΚΕΤΑ		1η ΜΠΑΣΚΕΤΑ	2η ΜΠΑΣΚΕΤΑ	1η ΜΠΑΣΚΕΤΑ	2η ΜΠΑΣΚΕΤΑ	1η ΜΠΑΣΚΕΤΑ	2η ΜΠΑΣΚΕΤΑ	
	ΔΕΥΤΕΡΑ		ΤΡΙΤΗ		ΤΕΤΑΡΤΗ			ΠΕΜΠΤΗ		ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ		ΣΑΒΒΑΤΟ		
	12-Ιουν		13-Ιουν		14-Ιουν			15-Ιουν		16-Ιουν		17-Ιουν		