ΠΕΖΟΠΟΡΙΚΟΣ ΟΡΕΙΒΑΤΙΚΟΣ ΣΥΛΛΟΓΟΣ ΠΕΤΡΟΥΠΟΛΗΣ

Μάρκου Μπότσαρη 5, Πετρούπολη τηλ. 2130477359, 6973632190. *Site :* www.*pospetroupolis.gr e-mail:* pospetroupolis@gmail.com

Το εβδομαδιαίο ωράριο λειτουργίας και το αναλυτικό πρόγραμμα της αίθουσας του Π.Ο.Σ. Πετρούπολης

Δευτέρα	Τρίτη	Τετάρτη	Πέμπτη	Παρασκευή	Σάββατο
09:00 CrossTraining		09:00 CrossTraining	09:00 CrossTraining		09:00-10:00 Πινγκ Πονγκ
10:00 Pilates		10:00 Pilates	10:00 Pilates		10:00-11:00 Αναρρίχηση Παιδιά
					11:00-12:00 Αναρρίχηση Παιδιά
16:00-16:50 Αναρρίχηση Παιδιά	16:00-16:50 Αναρρίχηση Παιδιά	16:00-16:50 Αναρρίχηση Παιδιά	16:00-16:50 Αναρρίχηση Παιδιά	16:00-16:50 Αναρρίχηση Παιδιά	12:00-13:00 Παιδιά Αγωνιστικό τμήμα
17:00-17:50 Αναρρίχηση Παιδιά	17:00-17:50 Αναρρίχηση Παιδιά	17:00-17:50 Αναρρίχηση Παιδιά	17:00-17:50 Αναρρίχηση Παιδιά	17:00-17:50 Αναρρίχηση Παιδιά	
18:00-18:50 Αναρρίχηση Παιδιά	17:50-19:10 Παιδιά Αγωνιστικό τμήμα	17:50-19:10 Παιδιά Αγωνιστικό τμήμα	18:00-18:50 Αναρρίχηση Παιδιά	17:50-19:10 Παιδιά Αγωνιστικό τμήμα	17:00-18:00 Αναρρίχηση - Παιδιά
18:50-20:10 Παιδιά Αγωνιστικό τμήμα	18:50-20:10 Παιδιά Αγωνιστικό τμήμα	18:50-20:10 Παιδιά Αγωνιστικό τμήμα	18:50-20:10 Παιδιά Αγωνιστικό τμήμα	18:50-20:10 Παιδιά Αγωνιστικό τμήμα	
20:00-21:00 Ενήλικες Αναρρίχηση	20:00-21:00 Ενήλικες Αναρρίχηση	20:00-21:00 Ενήλικες Αναρρίχηση	20:00-21:00 Ενήλικες Αναρρίχηση	20:00-21:00 Ενήλικες Αναρρίχηση	
20:00 CrossTraining	20:00 CrossTraining	20:00 CrossTraining	20:00 CrossTraining	*20:00 Μυική Ενδυνάμωση*	
21:00 Pilates	21:00 Pilates	21:00 Pilates	21:00 Pilates	21:00 Pilates	