

ΠΕΖΟΠΟΡΙΚΟΣ ΟΡΕΙΒΑΤΙΚΟΣ ΣΥΛΛΟΓΟΣ ΠΕΤΡΟΥΠΟΛΗΣ

Μάρκου Μπότσαρη 5, Πετρούπολη τηλ. 6948522375, 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		
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	18:00-19:00 Παιδιά Αγωνιστικό τμήμα	18:00-19:00 Παιδιά Αγωνιστικό τμήμα	18:00-18:50 Αναρρίχηση - Παιδιά	18:00-19:00 Παιδιά Αγωνιστικό τμήμα	17:00-18:00 Αναρρίχηση - Παιδιά
19:00-20:00 Παιδιά Αγωνιστικό τμήμα	19:00-20:00 Παιδιά Αγωνιστικό τμήμα	19:00-20:00 Παιδιά Αγωνιστικό τμήμα	19:00-20:00 Παιδιά Αγωνιστικό τμήμα	19:00-20:00 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 Μυϊκή Ενδυνάμωση (Cross)	
21:00 Pilates		21:00 Pilates	21:00 Pilates		