

ΣΑΚΑ ΣΤΙΒΟΣ (2024-2025)							
	ΤΑΞΗ ΦΟΙΤΗΣΗΣ	Δευτέρα	Τρίτη	Τετάρτη	Πέμπτη	Παρασκευή	Σάββατο
ΔΡΟΜΟΙ ΕΜΠΟΔΙΩΝ/ΟΡΙΖΟΝΤΙΑ ΑΛΜΑΤΑ/ΚΑΘΕΤΑ ΑΛΜΑΤΑ	ΓΥΜΝΑΣΙΟ	15:30-17:00	15:30-17:00	14:45-16:45	15:30-17:00	15:30-17:00	09:00-10:30
	ΛΥΚΕΙΟ						10:30-12:00*
ΔΡΟΜΟΙ ΗΜΙΑΝΤΟΧΗΣ/ ΑΝΤΟΧΗΣ	ΟΛΕΣ ΟΙ ΤΑΞΕΙΣ		06:30-08:00		06:30-08:00		10:00-11:30
		15:30-17:00	15:30-17:00	14:45-16:45	15:30-17:00	15:30-17:00	
ΔΡΟΜΟΙ ΤΑΧΥΤΗΤΩΝ	Α' ΓΥΜΝΑΣΙΟΥ	15:30-17:00	15:30-17:00	14:45-16:45	15:30-17:00	15:30-17:00	09:00-10:30
	Β'-Γ' ΓΥΜΝΑΣΙΟΥ						10:30-12:00
	ΛΥΚΕΙΟ						12:00-13:30

\*Το Σάββατο η προπόνηση για τα κάθετα άλματα θα γίνεται για όλες τις ηλικίες στις 10:30-12:00.

Προπονητές:

Δρόμοι Ημιαντοχής/Αντοχής: Κωνσταντίνα Γιαννοπούλου, Μαρία Πρωτόπαπα, Ιωάννης Οικονόμου

Δρόμοι Εμποδίων/Οριζόντια Άλματα: Κατσινέλη Φωτεινή

Δρόμοι Ταχυτήτων: Νικήτας Γεωργάς, Στέφανος Μπαρούτσας, Μαργαρίτα Τσιουτσιουμάνου

Κάθετα Άλματα: Σοφία Παπαχρήστου