

ΚΑΟ ΜΕΛΙΣΣΙΩΝ - MATRIX ΠΡΟΠΟΝΗΣΕΩΝ 2021-22

ΤΜΗΜΑ	ΕΤΗ	ΔΕ	ΤΡ	ΤΕ	ΠΕ	ΠΑ	ΣΑ	ΚΥ	ΤΜΗΜΑ
ΑΝΔΡΕΣ	-		16:30 - 17:30 18:30 - 20:00	18:30 - 20:00	16:15 - 17:15 18:15 - 20:15	18:15 - 20:15	15:30 - 17:00	ΑΓΩΝΑΣ 17:00	ΑΝΔΡΕΣ
ΕΦΗΒΟΙ Α	2003 2004 2005	22:00 - 23:30	ΑΓΩΝΑΣ 22:00		21:45 - 23:15 21:45 - 22:30		17:00 - 18:00	08:00 - 09:00 09:00 - 10:00	ΕΦΗΒΟΙ Α
ΕΦΗΒΟΙ Β	2003 2004 2005	= =			= =		ΑΓΩΝΑΣ = =	= =	ΕΦΗΒΟΙ Β
ΠΑΙΔΕΣ	2006 2007	16:00 - 17:00 17:00 - 18:00			ΓΥΜ-2 20:30 - 22:00	21:45 - 23:15	ΑΓΩΝΑΣ (10:30 - 12:00) (ΓΥΜ-2)	ΓΥΜ-2 19:30 - 21:00	ΠΑΙΔΕΣ
ΠΑΜΠΑΙΔΕΣ	2006 2007 2008	ΛΥΚ 17:30 - 19:00		ΛΥΚ 17:30 - 19:00			ΛΥΚ 17:30 - 19:00	ΛΥΚ 10:30 - 12:00	ΠΑΜΠΑΙΔΕΣ
ΠΑΜΠΑΙΔΕΣ 2008	2008		ΓΥΜ-2 19:00 - 20:30		ΛΥΚ 19:00 - 20:30	18:00 - 19:00 19:00 - 20:00 ΛΥΚ	08:00 - 09:00	17:30 - 19:00	ΠΑΜΠΑΙΔΕΣ 2008
MINI	2009	18:00 - 19:00 19:00 - 20:00	17:30 - 18:30	ΛΥΚ 19:00 - 20:30			ΛΥΚ 09:00 - 10:30	ΛΥΚ 09:00 - 10:30	MINI
ΠΡΟΜΙΝΙ ΜΑΥΡΟ	2010	17:00 - 18:00		ΓΥΜ-2 16:30 - 18:00	ΓΥΜ-2 16:30 - 18:00		09:00 - 10:00	ΓΥΜ-2 10:30 - 12:00	ΠΡΟΜΙΝΙ ΜΑΥΡΟ
ΠΡΟΜΙΝΙ ΠΟΡΤΟΚΑΛΙ	2010 2011	ΛΥΚ 17:30 - 18:45	ΛΥΚ 18:45 - 20:00	17:30 - 18:30			ΛΥΚ 10:30 - 11:45	12:00 - 13:00	ΠΡΟΜΙΝΙ ΠΟΡΤΟΚΑΛΙ
ΤΖΟΥΝΙΟΡ 2012-13	2012 2013				ΛΥΚ 17:30 - 19:00		12:00 - 13:00	11:00 - 12:00	ΤΖΟΥΝΙΟΡ 2012-13
ΤΖΟΥΝΙΟΡ 2014+	2014 2015 2016						10:00 - 11:00	10:00 - 11:00	ΤΖΟΥΝΙΟΡ 2014+

ΤΜΗΜΑ	ΕΤΗ	ΔΕ	ΤΡ	ΤΕ	ΠΕ	ΠΑ	ΣΑ	ΚΥ	ΤΜΗΜΑ
ΓΥΝΑΙΚΕΣ	-		19:00 - 20:00 20:00 - 21:30	19:00 - 20:00 20:00 - 21:30	19:15 - 20:15 20:15 - 21:45	20:15 - 21:45	13:00 - 14:30	ΑΓΩΝΑΣ 14:00	ΓΥΝΑΙΚΕΣ
ΝΕΑΝΙΔΕΣ Α	2004 2005	ΑΓΩΝΑΣ 20:30		20:30 - 21:30 21:30 - 23:00	20:15 - 21:15		14:30 - 15:30	09:00 - 10:00	ΝΕΑΝΙΔΕΣ Α
ΝΕΑΝΙΔΕΣ Β	2003 2004 2005	ΑΓΩΝΑΣ = =		= =	= =		= =	= =	ΝΕΑΝΙΔΕΣ Β
ΚΟΡΑΣΙΔΕΣ	2006 2007		18:15 - 19:15 19:30 - 21:00 ΓΥΜ-1		17:00 - 18:15 18:15 - 19:15	16:45 - 18:15	ΑΓΩΝΑΣ (18:00 - 19:30) (ΓΥΜ-1)	ΓΥΜ-1 10:30 - 12:00	ΚΟΡΑΣΙΔΕΣ
ΠΑΓΚΟΡΑΣΙΔΕΣ	2007 2008 2009		16:30 - 17:30 17:30 - 18:30		17:15 - 18:15 18:30 - 20:00 ΓΥΜ-1	15:30 - 17:00	ΑΓΩΝΑΣ (12:00 - 13:30) (ΓΥΜ-1)	ΓΥΜ-1 12:00 - 13:30	ΠΑΓΚΟΡΑΣΙΔΕΣ
MINI ΚΟΡΙΤΣΙΑ	2009 2010		15:30 - 16:30	16:00 - 17:30		ΓΥΜ-1 19:00 - 20:30	ΓΥΜ-1 10:30 - 12:00	ΓΥΜ-1 09:00 - 10:30	MINI ΚΟΡΙΤΣΙΑ
JUNIOR ΚΟΡΙΤΣΙΑ	2011 2012	18:00 - 19:00		ΓΥΜ-1 17:30 - 19:00		ΓΥΜ-1 17:30 - 19:00	11:00 - 12:00		JUNIOR ΚΟΡΙΤΣΙΑ
ΑΜΑΖΟΝΕΣ	2012 2013 2014	18:00 - 19:00					11:00 - 12:00		ΑΜΑΖΟΝΕΣ