

ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΠΡΟΠΟΝΗΣΕΩΝ Α.Ε. ΚΟΖΑΝΗΣ ΚΑΙ ΑΚΑΔΗΜΙΑΣ 2024-25**ΓΗΠΕΔΟ ΛΕΥΚΟΒΡΥΣΗΣ**

Από 2-9-2024

	ΔΕΥΤΕΡΑ		ΤΡΙΤΗ		ΤΕΤΑΡΤΗ		ΠΕΜΠΤΗ		ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ		
4.00-4.30	K8 4.00-5.00 (XN)	K10-2 4.00-5.00 (ΓΡ)		K10-1 4.00-5.00 (ΓΡ)	K8 4.00-5.00 (XN)	K10-2 4.00-5.00 (ΓΡ)	K10-2 4.00-5.00 (ΓΡ)	K10-1 4.00-5.00 (ΓΡ)	K8 4.00-5.00 (XN)	K10-1 4.00-5.00 (ΓΡ)	
4.30-5.00											
5.00-5.30	K14 5.00-6.30 (XN)		K12-1 5.00-6.30 (BM)	K12-2 5.00-6.30 (ΓΡ)	K14 5.00-6.30 (XN)		K12-1 5.00-6.30 (BM)	K12-2 5.00-6.30 (ΓΡ)	K12-1 5.00-6.30 (BM)	K12-2 5.00-6.30 (ΓΡ)	
5.30-6.00											
6.00-6.30											
6.30-7.00		ΑΕΚ 6.30-8.00 (BM)	ΑΕΚ 6.30-8.00 (BM)				ΑΕΚ 6.30-8.00 (BM)		ΑΕΚ 6.30-8.00 (BM)		K14 6.00-7.30 (XN)
7.00-7.30											
7.30-8.00											
8.00-8.30											

K8 ΑΕΚ (γεν. 2017 & 2018): Δευ 4.00-5.00, Τετ 4.00-5.00, Παρ 4.00-5.00

K10-1 Ελπίδες (γεν. 2015 & 2016): Τρι 4.00-5.00, Πेम 4.00-5.00, Παρ 4.00-5.00

K10-2 ΑΕΚ (γεν. 2015 & 2016): Δευ 4.00-5.00, Τετ 4.00-5.00, Πेम 4.00-5.00

K12-1 Ελπίδες (γεν. 2013 & 2014): Τρι 5.00-6.30, Πेम 5.00-6.30, Παρ 5.00-6.30

K12-2 ΑΕΚ (γεν. 2013 & 2014): Τρι 5.00-6.30, Πेम 5.00-6.30, Παρ 5.00-6.30

K14 Ελπίδες (γεν. 2011 & 2012): Δευ 5.00-6.30, Τετ 5.00-6.30, Παρ 6.00-7.30

ΑΕΚ Ανδρικό: Δευ 6.30-8.00, Τρί 6.30-8.00, Πेम 6.30-8.00 (ή Παρ 6.30-8.00)

ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΠΡΟΠΟΝΗΣΕΩΝ ΕΛΠΙΔΕΣ ΑΕΚ ΜΑΖΙ ΜΕ Κ16 (2009 & 2010) 2024-25**ΣΤΡΑΤΙΩΤΙΚΟ ΓΗΠΕΔΟ**

Από 2-9-2024

	ΔΕΥΤΕΡΑ	ΤΡΙΤΗ	ΤΕΤΑΡΤΗ	ΠΕΜΠΤΗ	ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ
3.30-4.00			ΕΛΠ & Κ16 3.30-5.00 (Στρατιωτικό)		ΕΛΠ & Κ16 3.30-5.00 (Στρατιωτικό)
4.00-4.30		ΕΛΠ & Κ16 3.30-5.00 (Στρατιωτικό) (NA)			
4.30-5.00					
5.00-5.30					
5.30-6.00					

K16 Ελπίδες (γεν. 2009 και 2010) και Ελπίδες Ανδρικό: Τρι 3.30-5.00, Τετ 3.30-5.00, Παρ 3.30-5.00

Προπονητές

ΓΡ - Γιώργος Ρουσόπουλος K10-1 Ελπίδες, K10-2 ΑΕΚ, K12-2 ΑΕΚ

BM - Βαγγέλης Μίχος K12-1 Ελπίδες, ΑΕΚ Ανδρικό

XN - Χρήστος Νταγκούλης K8 ΑΕΚ, K14 Ελπίδες

NA - Νίκος Αντωνιάδης K16 μαζί με Ελπίδες Ανδρικό