Πρόγραμμα προπονήσεων K-1 GYM Γκύζη

ΔΕΥΤΕΡΑ	ΤΡΙΤΗ	ΤΕΤΑΡΤΗ	ΠΕΜΠΤΗ	ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ	ΣΑΒΒΑΤΟ	ΚΥΡΙΑΚΗ
Kick Boxing	**Kick Boxing**	**Kick Boxing**	**Kick Boxing**	**Kick Boxing**		
11.00 - 12.00	*11.00 - 12.00*	*11.00 - 12.00*	*11.00 - 12.00*	*11.00 - 12.00*		
(ΜΙΚΤΟ)	*(ΜΙΚΤΟ)*	*(ΜΙΚΤΟ)*	*(ΜΙΚΤΟ)*	*(ΜΙΚΤΟ)*		
Cross Training	**Cross Training**	**Cross Training**	**Cross Training**	**Cross Training**		
12.00 - 13.00	*12.00 - 13.00*	*12.00 - 13.00*	*12.00 - 13.00*	*12.00 - 13.00*		
Kick Boxing	**Kick Boxing / Boxing**	**Kick Boxing**	**Kick Boxing / Boxing**	**Kick Boxing**		
17.00 - 18.00	*17.00 - 18.00*	*17.00 - 18.00*	*17.00 - 18.00*	*17.00 - 18.00*		
(ΠΑΙΔΙΚΟ 5 - 12 ετών)	*(ΠΑΙΔΙΚΟ 5 - 12 ετών)*	*(ΠΑΙΔΙΚΟ 5 - 12 ετών)*	*(ΠΑΙΔΙΚΟ 5 - 12 ετών)*	*(ΠΑΙΔΙΚΟ 5 - 12 ετών)*		
Kick Boxing	**Kick Boxing**	**Kick Boxing**	**Kick Boxing**	**Kick Boxing**		
18.00 - 19.00	*18.00 - 19.00*	*18.00 - 19.00*	*18.00 - 19.00*	*18.00 - 19.00*		
(ΜΙΚΤΟ)	*(ΜΙΚΤΟ)*	*(ΜΙΚΤΟ)*	*(ΜΙΚΤΟ)*	*(ΜΙΚΤΟ)*		
Cross Training	**Cross Training**	**Cross Training**	**Cross Training**	**Cross Training**		
19.00 - 20.00	*19.00 - 20.00*	*19.00 - 20.00*	*19.00 - 20.00*	*19.00 - 20.00*		
Kick Boxing / MMA	**Kick Boxing / MMA**	**Kick Boxing / MMA**	**Kick Boxing / MMA**	**Kick Boxing / MMA**		
20.00 - 21.00	*20.00 - 21.00*	*20.00 - 21.00*	*20.00 - 21.00*	*20.00 - 21.00*		
Kick Boxing K1/Thai	**Kick Boxing K1/Thai**	**Kick Boxing K1/Thai**	**Kick Boxing K1/Thai**	**Kick Boxing K1/Thai**		
21.00 - 22.30	*21.00 - 22.30*	*21.00 - 22.30*	*21.00 - 22.30*	*21.00 - 22.30*		
(ΑΓΩΝΙΣΤΙΚΟ)	*(ΑΓΩΝΙΣΤΙΚΟ)*	*(ΑΓΩΝΙΣΤΙΚΟ)*	*(ΑΓΩΝΙΣΤΙΚΟ)*	*(ΑΓΩΝΙΣΤΙΚΟ)*		