K1GYM
MIXED TRAINING CLUB

Πρόγραμμα προπονήσεων K-1 GYM Γέρακας - Αίθουσα 2

ΔΕΥΤΕΡΑ	ΤΡΙΤΗ	ΤΕΤΑΡΤΗ	ΠΕΜΠΤΗ	ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ	ΣΑΒΒΑΤΟ	ΚΥΡΙΑΚΗ
Kick Boxing (Juniors)		***Kick Boxing (Juniors)***		***Kick Boxing (Juniors)***		
18.00 - 19.00		*18.00 - 19.00*		*18.00 - 19.00*		
(ΠΑΙΔΙΚΟ 4 - 6 ετών)		*(ΠΑΙΔΙΚΟ 4 - 6 ετών)*		*(ΠΑΙΔΙΚΟ 4 - 6 ετών)*		
Brazilian Jiu Jitsu		***Brazilian Jiu Jitsu***		***Brazilian Jiu Jitsu***		
19.00 - 20.00		*19.00 - 20.00*		*19.00 - 20.00*		
(ΠΑΙΔΙΚΟ 7 - 13 ετών)		*(ΠΑΙΔΙΚΟ 7 - 13 ετών)*		*(ΠΑΙΔΙΚΟ 7 - 13 ετών)*		
Brazilian Jiu Jitsu		***Brazilian Jiu Jitsu***		***Brazilian Jiu Jitsu***		
20.00 - 21.30		*20.00 - 21.30*		*20.00 - 21.30*		
(ΜΙΚΤΟ)		*(ΜΙΚΤΟ)*		*(ΜΙΚΤΟ)*		