K1GYM
MIXED TRAINING CLUB

Πρόγραμμα προπονήσεων K-1 GYM Γκύζι

ΔΕΥΤΕΡΑ	ΤΡΙΤΗ	ΤΕΤΑΡΤΗ	ΠΕΜΠΤΗ	ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ	ΣΑΒΒΑΤΟ	ΚΥΡΙΑΚΗ
Kick Boxing/Boxing	**Kick Boxing/Boxing**	**Kick Boxing/Boxing**	**Kick Boxing/Boxing**	**Kick Boxing/Boxing**		
10.00 - 11.00	10.00 - 11.00	10.00 - 11.00	10.00 - 11.00	10.00 - 11.00		
Kick Boxing/Cross	**Kick Boxing/Cross**	**Kick Boxing/Cross**	**Kick Boxing/Cross**	**Kick Boxing/Cross**		
11.00 - 12.00	11.00 - 12.00	11.00 - 12.00	11.00 - 12.00	11.00 - 12.00		
Kick Boxing	**Kick Boxing**	**Kick Boxing**	**Kick Boxing**	**Kick Boxing**		
16.10 - 17.00	16.10 - 17.00	16.10 - 17.00	16.10 - 17.00	16.10 - 17.00		
(ΠΑΙΔΙΚΟ 5 -13 ετών)	(ΠΑΙΔΙΚΟ 5 -13 ετών)	(ΠΑΙΔΙΚΟ 5 -13 ετών)	(ΠΑΙΔΙΚΟ 5 -13 ετών)	(ΠΑΙΔΙΚΟ 5 -13 ετών)		
Kick Boxing	**Kick Boxing**	**Kick Boxing**	**Kick Boxing**	**Kick Boxing**	**Kick Boxing**	
17.00 - 18.00	17.00 - 18.00	17.00 - 18.00	17.00 - 18.00	17.00 - 18.00	17.00 - 18.00	
(ΠΑΙΔΙΚΟ 5 -13 ετών)	(ΠΑΙΔΙΚΟ 5 -13 ετών)	(ΠΑΙΔΙΚΟ 5 -13 ετών)	(ΠΑΙΔΙΚΟ 5 -13 ετών)	(ΠΑΙΔΙΚΟ 5 -13 ετών)	(ΠΑΙΔΙΚΟ 5 -13 ετών)	
Kick Boxing/Boxing	**Kick Boxing/Boxing**	**Kick Boxing/Boxing**	**Kick Boxing/Boxing**	**Kick Boxing/Boxing**	**Kick Boxing/Boxing**	
18.00 - 19.00	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)	(ΜΙΚΤΟ)	
Kick Boxing/Cross	**Kick Boxing/Boxing**	**Kick Boxing/Cross**	**Kick Boxing/Boxing**	**Kick Boxing/Cross**		
19.00 - 20.00	19.00 - 20.00	19.00 - 20.00	19.00 - 20.00	19.00 - 20.00		
(ΜΙΚΤΟ)	(ΜΙΚΤΟ)	(ΜΙΚΤΟ)	(ΜΙΚΤΟ)	(ΜΙΚΤΟ)		
Kick Boxing/Boxing	**Kick Boxing/MMA**	**Kick Boxing/Boxing**	**Kick Boxing/MMA**	**Kick Boxing/Boxing**		
20.00 - 21.00	20.00 - 21.00	20.00 - 21.00	20.00 - 21.00	20.00 - 21.00		
(ΜΙΚΤΟ)	(ΜΙΚΤΟ)	(ΜΙΚΤΟ)	(ΜΙΚΤΟ)	(ΜΙΚΤΟ)		
Kick Boxing/Boxing	**Kick Boxing/Boxing**	**Kick Boxing/Boxing**	**Kick Boxing/Boxing**	**Kick Boxing/Boxing**		
21.00 - 22.00	21.00 - 22.00	21.00 - 22.00	21.00 - 22.00	21.00 - 22.00		
(ΑΓΩΝΙΣΤΙΚΟ)	(ΑΓΩΝΙΣΤΙΚΟ)	(ΑΓΩΝΙΣΤΙΚΟ)	(ΑΓΩΝΙΣΤΙΚΟ)	(ΑΓΩΝΙΣΤΙΚΟ)		