



ΕΒΔΟΜΑΔΙΑΙΟ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΠΡΟΠΟΝΗΣΕΩΝ

SHOTOKAN KARATE • KENZEN ΚΕΝΤΡΟ ΑΘΛΗΣΗΣ

Οι χρωματιστές ενδείξεις αντιστοιχούν στις ζώνες των τμημάτων

ΠΕΡΙΟΔΟΣ
2026-2027

1/9/2026 — 15/6/2027

ΙΣΧΥΕΙ ΑΠΟ • ΕΩΣ

ΩΡΑ	ΔΕΥΤΕΡΑ	ΤΡΙΤΗ	ΤΕΤΑΡΤΗ	ΠΕΜΠΤΗ	ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ
17:00	 ΠΑΙΔΙΚΟ ΠΡΟΚΑΤΑΡΚΤΙΚΟ			 ΠΑΙΔΙΚΟ ΠΡΟΚΑΤΑΡΚΤΙΚΟ	
18:00	 ΠΑΙΔΙΚΟ Α΄ ΤΜΗΜΑ	 ΠΑΙΔΙΚΟ Β΄ ΤΜΗΜΑ	 ΠΑΙΔΙΚΟ Α΄ ΤΜΗΜΑ	 ΠΑΙΔΙΚΟ Α΄-Β΄ ΤΜΗΜΑ	 ΠΑΙΔΙΚΟ Β΄ ΤΜΗΜΑ
19:00	 ΠΑΙΔΙΚΟ Γ΄ ΤΜΗΜΑ	 ΕΦΗΒΟΙ • ΕΝΗΛΙΚΕΣ	 ΠΑΙΔΙΚΟ Γ΄ ΤΜΗΜΑ	 ΕΦΗΒΟΙ • ΕΝΗΛΙΚΕΣ	 ΠΑΙΔΙΚΟ Γ΄ ΤΜΗΜΑ
20:00	 ΕΦΗΒΟΙ • ΕΝΗΛΙΚΕΣ	 DAN ΕΦΗΒΟΙ	 ΕΦΗΒΟΙ • ΕΝΗΛΙΚΕΣ	 ΕΦΗΒΟΙ • ΕΝΗΛΙΚΕΣ  DAN ΕΦΗΒΟΙ	 ΕΦΗΒΟΙ • ΕΝΗΛΙΚΕΣ  ΕΦΗΒΟΙ • ΕΝΗΛΙΚΕΣ
21:00	 DAN ΕΝΗΛΙΚΕΣ		 DAN ΕΝΗΛΙΚΕΣ		

T 210.93.33.202

@ info@kenzen.gr

W www.kenzen.gr

f Kenzen - Κέντρο Άθλησης Shotokan Karate

IG @kenzen_shotokan_karate