



## **Ε.Φ.Ε.Ο.Ζ.-Ζ**

**ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΦΙΛΑΘΛΟΣ ΕΡΑΣΙΤΕΧΝΙΚΗ ΟΜΟΣΠΟΝΔΙΑ ΖΙΟΥ-ΖΙΤΣΟΥ**

### **ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΕΠΙΔΕΙΞΕΩΝ ΑΝΑΛΥΤΙΚΑ**

#### **ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ 23/9/2011**

ΩΡΕΣ 18.30-20.00 JU-JITSU

#### **ΣΑΒΒΑΤΟ 24/9/2011**

ΩΡΕΣ 12.00-13.00 AIKIDO (10)  
14.30-15.30 ΠΑΡΑΔΟΣΙΑΚΟ JU-JITSU  
17.00-18.00 BRAZILIAN JU-JITSU(20)  
20.00-21.00 JU-JITSU

#### **ΚΥΡΙΑΚΗ 25/9/2011**

ΩΡΕΣ 12.00-13.00 JU-JITSU  
14.30-15.30 JU-JITSU  
17.00-18.00 AIKIDO  
20.00-21.00 BRAZILIAN JU-JITSU

#### **ΔΕΥΤΕΡΑ 26/9/2011**

ΩΡΕΣ 17.00-18.00 BRAZILIAN JU-JITSU  
18.30-19.30 JU-JITSU

#### **ΤΡΙΤΗ 27/9/2011**

ΩΡΕΣ 17.00-18.00 BRAZILIAN JU-JITSU  
18.30-19.30 JU-JITSU

#### **ΤΕΤΑΡΤΗ 28/9/2011**

ΩΡΕΣ 17.00-18.00 SELF-DEFENCE  
18.30-19.30 JU-JITSU

#### **ΠΕΜΠΤΗ 29/9/2011**

ΩΡΕΣ 17.00-18.00 SELF-DEFENCE  
18.30-19.30 JU-JITSU

**ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ 30/9/2011**

ΩΡΕΣ 17.00-18.00 BRAZILIAN JU-JITSU  
18.30-19.30 JU-JITSU

**ΣΑΒΒΑΤΟ 1/10/2011**

ΩΡΕΣ 12.00-13.00 AIKIDO  
14.30-15.30 SELF-DEFENCE  
17.00-18.00 JU-JITSU  
20.00-21.00 JU-JITSU

**ΚΥΡΙΑΚΗ 2/10/2011**

ΩΡΕΣ 12.00-13.00 JU-JITSU  
14.30-15.30 SELF-DEFENCE  
17.00-18.00 AIKIDO  
20.00-21.00 BRAZILIAN JU-JITSU

**ΟΛΕΣ ΤΙΣ ΥΠΟΛΟΙΠΕΣ ΩΡΕΣ ΛΕΙΤΟΥΡΓΕΙΑΣ ΤΗΣ ΕΚΘΕΣΗΣ ΘΑ ΥΠΑΡΧΟΥΝ  
ΠΡΟΠΟΝΗΤΕΣ ΚΑΙ ΑΘΛΗΤΕΣ ΓΙΑ ΕΚΓΥΜΝΑΣΗ ΚΑΙ ΕΝΗΜΕΡΩΣΗ ΜΕ ΕΛΕΥΘΕΡΗ  
ΣΥΜΜΕΤΟΧΗ ΕΠΙΣΚΕΠΤΩΝ**

**ΥΠΕΥΘΥΝΟΣ ΕΚΘΕΣΙΑΚΟΥ ΧΩΡΟΥ κ. ΛΕΟΝΤΑΡΑΚΗ ΜΑΤΙΝΑ**