

A/A	ΩΡΑ	ΔΙΑΡΚΕΙΑ					
	13.15-13.20	5'	Χρόνος μετάβασης στην αίθουσα γεύματος				
1η Ζώνη: Μεσημβρινό γεύμα - Διατροφική Αγωγή							
1η ώρα	13.20-14.00	40'	Γεύμα - Διατροφική Αγωγή	Γεύμα - Διατροφική Αγωγή	Γεύμα - Διατροφική Αγωγή	Γεύμα - Διατροφική Αγωγή	Γεύμα - Διατροφική Αγωγή
	14.00-14.10	10'	Διάλειμμα				
2η Ζώνη: Μελέτη-Προετοιμασία							
2η ώρα	14.10-14.55	45'	Μελέτη-Προετοιμασία	Μελέτη-Προετοιμασία	Μελέτη-Προετοιμασία	Μελέτη-Προετοιμασία	Μελέτη-Προετοιμασία
	14.55-15.05	10'	Διάλειμμα				
3η ώρα	15.05-15.50	45'	Μελέτη-Προετοιμασία	Μελέτη-Προετοιμασία	Μελέτη-Προετοιμασία	Μελέτη-Προετοιμασία	Μελέτη-Προετοιμασία
	15.50-15.55	5'	Διάλειμμα				
3η Ζώνη: Σχολικοί Μαθητικοί Όμιλοι							
4η ώρα	15.55-16.40	45'	Σχολικοί Μαθητικοί Όμιλοι	Σχολικοί Μαθητικοί Όμιλοι	Σχολικοί Μαθητικοί Όμιλοι	Σχολικοί Μαθητικοί Όμιλοι	Σχολικοί Μαθητικοί Όμιλοι
	16.40-16.45	5'	Διάλειμμα				
5η ώρα	16.45-17.30	45'	Σχολικοί Μαθητικοί Όμιλοι	Σχολικοί Μαθητικοί Όμιλοι	Σχολικοί Μαθητικοί Όμιλοι	Σχολικοί Μαθητικοί Όμιλοι	Σχολικοί Μαθητικοί Όμιλοι