



Ο ΔΗΜΟΣ ΔΙΟΥ-ΟΛΥΜΠΟΥ

ΑΝΑΚΟΙΝΩΝΕΙ ΤΟ ΝΕΟ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΤΩΝ ΤΜΗΜΑΤΩΝ **ΜΑΖΙΚΟΥ ΑΘΛΗΤΙΣΜΟΥ** ΠΟΥ ΠΡΑΓΜΑΤΟΠΟΙΕΙΤΑΙ ΣΤΟ ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΣΤΑΔΙΟ ΛΙΤΟΧΩΡΟΥ "ΠΥΡΡΟΣ ΔΗΜΑΣ" .
ΤΑ ΤΜΗΜΑΤΑ ΛΕΙΤΟΥΡΓΟΥΝ ΚΑΘΗΜΕΡΙΝΑ ΑΠΟ ΔΕΥΤΕΡΑ ΕΩΣ ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ ΣΥΜΦΩΝΑ ΜΕ ΤΟ ΠΑΡΑΚΑΤΩ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ:

ΔΕΥΤΕΡΑ	ΤΡΙΤΗ	ΤΕΤΑΡΤΗ	ΠΕΜΠΤΗ	ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ
8:30-9:00 ΦΥΣΙΚΗ ΚΑΤΑΣΤΑΣΗ	8:30-9:00 ΦΥΣΙΚΗ ΚΑΤΑΣΤΑΣΗ	8:30-9:00 ΦΥΣΙΚΗ ΚΑΤΑΣΤΑΣΗ	8:30-9:00 ΦΥΣΙΚΗ ΚΑΤΑΣΤΑΣΗ	8:30-9:00 ΦΥΣΙΚΗ ΚΑΤΑΣΤΑΣΗ
9:00-10:00 ΟΡΘΟΣΩΜΙΚΗ	9:00-10:00 ΓΕΝΙΚΗ ΜΥΙΚΗ ΕΝΔΥΝΑΜΩΣΗ	9:00-10:00 ΟΡΘΟΣΩΜΙΚΗ	9:00-10:00 ΓΕΝΙΚΗ ΜΥΙΚΗ ΕΝΔΥΝΑΜΩΣΗ	9:00-10:00 ΟΡΘΟΣΩΜΙΚΗ
3:30-4:00 ΦΥΣΙΚΗ ΚΑΤΑΣΤΑΣΗ	5:30-6:00 ΦΥΣΙΚΗ ΚΑΤΑΣΤΑΣΗ	3:30-4:00 ΦΥΣΙΚΗ ΚΑΤΑΣΤΑΣΗ	5:30-6:00 ΦΥΣΙΚΗ ΚΑΤΑΣΤΑΣΗ	3:30-4:00 ΦΥΣΙΚΗ ΚΑΤΑΣΤΑΣΗ
4:00-5:00 ΓΕΝΙΚΗ ΜΥΙΚΗ ΕΝΔΥΝΑΜΩΣΗ	6:00-7:00 ΟΡΘΟΣΩΜΙΚΗ	4:00-5:00 ΓΕΝΙΚΗ ΜΥΙΚΗ ΕΝΔΥΝΑΜΩΣΗ	6:00-7:00 ΟΡΘΟΣΩΜΙΚΗ	4:00-5:00 ΓΕΝΙΚΗ ΜΥΙΚΗ ΕΝΔΥΝΑΜΩΣΗ

Η ΓΕΝΙΚΗ ΜΥΙΚΗ ΕΝΔΥΝΑΜΩΣΗ ΘΑ ΓΙΝΕΤΑΙ ΜΕ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΜΕ ΒΑΡΗ.

➡ **ΤΑ ΑΠΟΓΕΥΜΑΤΙΝΑ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΑ ΤΗΣ ΤΡΙΤΗΣ ΚΑΙ ΠΕΜΠΤΗΣ ΘΑ ΓΙΝΟΝΤΑΙ ΣΤΗΝ ΑΙΘΟΥΣΑ ΠΟΛΛΑΠΛΩΝ ΧΡΗΣΕΩΝ ΤΟΥ ΓΕΝΙΚΟΥ ΛΥΚΕΙΟΥ ΛΙΤΟΧΩΡΟΥ.**

ΟΙ ΕΝΔΙΑΦΕΡΟΜΕΝΟΙ ΜΠΟΡΟΥΝ ΝΑ ΠΡΟΣΕΛΘΟΥΝ ΤΙΣ ΜΕΡΕΣ ΚΑΙ ΩΡΕΣ ΤΟΥ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΟΣ ΣΤΟ ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΣΤΑΔΙΟ ΛΙΤΟΧΩΡΟΥ ΓΙΑ ΕΠΙΠΛΕΟΝ ΠΛΗΡΟΦΟΡΙΕΣ.

ΕΠΙΠΛΕΟΝ ΠΡΑΓΜΑΤΟΠΟΙΟΥΝΤΑΙ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΑ ΓΥΜΝΑΣΤΙΚΗΣ ΣΕ ΠΑΙΔΙΑ ΠΡΟΝΗΠΙΑΚΗΣ ΗΛΙΚΙΑΣ ΣΤΑ ΠΛΑΙΣΙΑ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΟΣ ΤΟΥ ΠΑΙΔΙΚΟΥ ΣΤΑΘΜΟΥ.



ΠΛΗΡΟΦΟΡΙΕΣ: ΚΑΛΛΙΟΠΗ ΚΟΥΡΙΤΑ ΤΗΛ.:6973024299 (ΚΑΘΗΓΗΤΡΙΑ ΦΥΣΙΚΗΣ ΑΓΩΓΗΣ)
ΚΑΤΕΡΙΝΑ ΣΙΔΗΡΟΠΟΥΛΟΥ ΤΗΛ.:6972149389 (ΚΑΘΗΓΗΤΡΙΑ ΦΥΣΙΚΗΣ ΑΓΩΓΗΣ)

Ο ΑΝΤΙΔΗΜΑΡΧΟΣ ΑΘΛΗΤΙΣΜΟΥ

ΝΙΚΟΛΑΟΣ ΑΘ. ΛΑΠΠΑΣ