

Πρόγραμμα άθλησης : “ΑΘΛΗΣΗ ΕΝΗΛΙΚΩΝ 2025”

Τόπος διεξαγωγής : Αθλητικό Κέντρο Νεότητας - Γ.Δήμου - Μεταμορφώσεως

Καθηγήτρια Φυσικής Αγωγής: Αλεξάνδρα Σταθοπούλου

ΔΕΥΤΕΡΑ	ΤΡΙΤΗ	ΤΕΤΑΡΤΗ	ΠΕΜΠΤΗ	ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ
08:30-09:30		08:30-09:30		08:30-09:30
09:30-10:30		09:30-10:30		09:30-10:30
15:00-16:00		15:00-16:00		15:00-16:00
16:00-17:00		16:00-17:00		17:00-18:00

Τόπος διεξαγωγής : Καραγάτς - Τέρμα Κύπρου

Καθηγήτρια Φυσικής Αγωγής: Άννα Καραΐσκου

ΔΕΥΤΕΡΑ	ΤΡΙΤΗ	ΤΕΤΑΡΤΗ	ΠΕΜΠΤΗ	ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ
08:30-09:30		08:30-09:30		08:30-09:30
09:30-10:30		09:30-10:30		09:30-10:30

Τόπος διεξαγωγής : Κέντρο Άθλησης και Νεολαίας (Βάκης Παρασκευόπουλος)
Ρήγα Φεραίου - Γλάδστωνος

Καθηγήτρια Φυσικής Αγωγής: Άννα Καραΐσκου

ΔΕΥΤΕΡΑ	ΤΡΙΤΗ	ΤΕΤΑΡΤΗ	ΠΕΜΠΤΗ	ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ
19:00-20:00		19:00-20:00		19:00-20:00
20:00-21:00		20:00-21:00		20:00-21:00

Τόπος διεξαγωγής : Αθλητικό Κέντρο Όλγα Βασδέκη
Χαλκηδώνος & Μυτιλήνης, Νέα Ιωνία

Καθηγήτρια Φυσικής Αγωγής: Φωτεινή Δούκα

ΔΕΥΤΕΡΑ	ΤΡΙΤΗ	ΤΕΤΑΡΤΗ	ΠΕΜΠΤΗ	ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ
08:30-09:30		08:30-09:30		08:30-09:30
	19:00-20:00		19:00-20:00	20:00-21:00

Τόπος διεξαγωγής : Αγριά

Καθηγήτρια Φυσικής Αγωγής: Αλεξάνδρα Σταθοπούλου

ΔΕΥΤΕΡΑ	ΤΡΙΤΗ	ΤΕΤΑΡΤΗ	ΠΕΜΠΤΗ	ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ
17:30-18:30	17:30-18:30		17:30-18:30	
18:30-19:30	18:30-19:30		18:30-19:30	

Υλοποίηση προγραμμάτων: Διεύθυνση Αθλητισμού τηλ. 24210 71770

Πρόγραμμα άθλησης : «Αποκατάσταση Μυοσκελετικών Παθήσεων»

Τόπος διεξαγωγής : Αθλητικό Κέντρο Νεότητας Χιλιάδους - ΕΑΚ Βόλου -
- Β. Πολύμερος Κολυμβητήριο Ν. Ιωνίας

Καθηγητής Φυσικής Αγωγής: Αντώνης Γκαραγκάνης

Καθηγήτρια Φυσικής Αγωγής: Αλεξάνδρα Σταθοπούλου

ΔΕΥΤΕΡΑ	ΤΡΙΤΗ	ΤΕΤΑΡΤΗ	ΠΕΜΠΤΗ	ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ
10:00-11:00	19:00-20:30	10:00-11:00	19:00-20:30	10:00-11:00
12:00-13:00		12:00-13:00		12:00-13:00

Πρόγραμμα άθλησης : «Άσκηση στην Τρίτη Ηλικία»

Τόπος διεξαγωγής : Αθλητικό Κέντρο Νεότητας Χιλιάδους - Αθλητικό Κέντρο
Όλγα Βασδέκη - ΚΑΠΗ (Καισαρείας-Ευφραιμίδου)

Καθηγητής Φυσικής Αγωγής: Ιωάννης Σταματόπουλος

ΔΕΥΤΕΡΑ	ΤΡΙΤΗ	ΤΕΤΑΡΤΗ	ΠΕΜΠΤΗ	ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ
10:00-11:00	11:00-12:00	09:00-10:00	11:00-12:00	10:00-11:00
12:00-13:00		10:00-11:00		12:00-13:00
		12:00-13:00		

Πρόγραμμα άθλησης : «Άσκηση Νέων»

Τόπος διεξαγωγής : ΕΑΚ Βόλου

Καθηγήτρια Φυσικής Αγωγής: Φωτεινή Δούκα

ΔΕΥΤΕΡΑ	ΤΡΙΤΗ	ΤΕΤΑΡΤΗ	ΠΕΜΠΤΗ	ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ
17:00-:18:00	17:00-:18:00		17:00-:18:00	

Ειδικό Πρόγραμμα : «Άσκηση στις Φυλακές»

Τόπος διεξαγωγής : Φυλακές Βόλου

Καθηγητής Φυσικής Αγωγής: Γιώργος Νικολαΐδης

ΔΕΥΤΕΡΑ	ΤΡΙΤΗ	ΤΕΤΑΡΤΗ	ΠΕΜΠΤΗ	ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ
14:00:18:00	14:00-:18:00	14:00:19:00	14:00:18:00	14:00:18:00

Υλοποίηση προγραμμάτων: Διεύθυνση Αθλητισμού τηλ. 24210 71770