

ΓΡΑΦΕΙΟ ΦΥΣΙΚΗΣ ΑΓΩΓΗΣ ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟΥ ΘΕΣΣΑΛΙΑΣ
ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΕΑΡΙΝΟΥ ΕΞΑΜΗΝΟΥ 2019 – 2020

ΗΜΕΡΕΣ	ΔΕΥΤΕΡΑ	ΤΡΙΤΗ	ΤΕΤΑΡΤΗ	ΠΕΜΠΤΗ	ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ	ΣΑΒΒΑΤΟ
ΑΘΛΗΤΙΚΕΣ ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΕΣ						
ΤΕΝΙΣ		10:00 – 11:00 11:00 – 12:00		10:00 – 11:00 11:00 – 12:00		
ΚΟΛΥΜΒΗΣΗ	10:00 – 12:00	10:00 – 12:00	10:00 – 12:00	10:00 – 12:00		
ΚΥΚΛΙΚΗ ΠΡΟΠΟΝΗΣΗ				19:30 – 20:30	19:30 – 20:30	
ΓΙΟΓΚΑ		17:30 – 18:30		18:00 – 19:00	17:30 – 18:30	
ΠΑΡΑΔΟΣΙΑΚΟΙ ΧΟΡΟΙ	21: 00 – 22:00	20:00 – 21:00 21:00 – 22:00				
ΤΖΟΥΝΤΟ		19:00 – 20:00 (ΠΘ)		19:00 – 20:00		
ΑΥΤΟΑΜΥΝΑ						
ΥΠΑΙΘΡΙΕΣ ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΕΣ	Ποδηλασία, Σκι, Πεζοπορία – Ύστερα από συνεννόηση					

- Τα μαθήματα **Κυκλικής Προπόνησης, Παραδοσιακών Ελληνικών Χορών και Γιόγκα** θα διεξάγονται στην αίθουσα γυμναστηρίου του Πανεπιστημίου Θεσσαλίας, κτίριο Δελμούζου, 4^{ος} όροφος (άνωθεν Αμφιθεάτρου Σαράτση).
- Την **Τετάρτη** το μάθημα **Τζούντο** θα διεξάγεται στην αίθουσα γυμναστηρίου του Πανεπιστημίου Θεσσαλίας
- Το μάθημα **Τζούντο** την **Πέμπτη** θα διεξάγεται στο κλειστό γυμναστήριο «Βάκης Παρασκευόπουλος» (Γλάδστανος με Ρ. Φεραίου, 2^{ος} όροφος).
- Τα μαθήματα **Κολύμβησης** θα διεξάγονται στο ΕΑΚ Βόλου (Σταδίου 1, Βόλος - Νέα Δημητριάδα).
- Τα μαθήματα **Τένις** θα διεξάγονται στα γήπεδα τένις του Δήμου Βόλου, «Άσυλο» (Χιλιαδού, Γ. Δήμου 67).

Απαραίτητη προϋπόθεση συμμετοχής στα προγράμματα: **1.** Βεβαίωση Ιατρού (για το Κολυμβητήριο βεβαίωση από Δερματολόγο και Καρδιολόγο) **2.** Μία φωτογραφία τύπου ταυτότητας.

Πληροφορίες – Εγγραφές: Δευτέρα, Τετάρτη, Πέμπτη και Παρασκευή 10:00 – 13:00 στο Γραφείο Φυσικής Αγωγής, Κτήριο Δελμούζου 4^{ος} όροφος (άνωθεν αμφιθεάτρου Σαράτση).

Τηλ. 24210-74714, 24210-74848, 24210-74713, **Τηλ. & fax:** 24210-74681, **e-mail:** phag@uth.gr

** Το άνωθεν πρόγραμμα αφορά τους φοιτητές και τους εργαζόμενους του Πανεπιστημίου Θεσσαλίας στο Βόλο*