**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 | 19:00 – 20:00 (ΠΘ) |  | 19:00 – 20:00 |  |  |
| **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, 4ος όροφος (άνωθεν Αμφιθεάτρου Σαράτση).
* Την **Τρίτη** το μάθημα Τζούντο θα διεξάγεται στην αίθουσα γυμναστηρίου του Πανεπιστημίου Θεσσαλίας
* Τα μαθήματα Τζούντο **Δευτέρα** και  **Πέμπτη** θα διεξάγονται στο κλειστό γυμναστήριο «Βάκης Παρασκευόπουλος» (Γλάδστωνος με Ρ. Φεραίου, 2ος 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 4ος όροφος (άνωθεν αμφιθεάτρου Σαράτση).

**Τηλ.** 24210-74714, 24210-74848, 24210-74713, **Tηλ. & fax:** 24210-74681, **e-mail:** [phag@uth.gr](mailto:phag@uth.gr)

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