



## ΑΘΛΗΤΙΚΗ ΠΕΡΙΟΔΟΣ 2024-2025

# ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΚΟΛΥΜΒΗΤΗΡΙΟ ΝΕΑΣ ΣΜΥΡΝΗΣ

ΤΡΑΠΕΖΟΥΝΤΟΣ 13 & ΑΡΤΑΚΗΣ ,17124 • Τηλ: 210 9333667

### ΩΡΑ ΚΟΙΝΟΥ - ΚΟΛΥΜΒΗΣΗ

ΔΕΥΤΕΡΑ	ΤΡΙΤΗ	ΤΕΤΑΡΤΗ	ΠΕΜΠΤΗ	ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ	ΣΑΒΒΑΤΟ
07:30-10:30	07:30-10:30	07:30-10:30	07:30-10:30	07:30-10:30	
12:30-14:30	12:30-14:30	12:30-14:30	12:30-14:30	12:30-14:30	12:30-14:30
18:30-19:45	18:30-19:45	18:30-19:45	18:30-19:45	18:30-19:45	

### ΜΑΘΑΙΝΩ ΝΑ ΚΟΛΥΜΠΩ ΣΩΣΤΑ

ΔΕΥΤΕΡΑ	ΤΡΙΤΗ	ΤΕΤΑΡΤΗ	ΠΕΜΠΤΗ	ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ	ΣΑΒΒΑΤΟ
09:15-10:15	09:15-10:15	-	-	09:15-10:15	12:30-13:30

Πρόσθετη παροχή για τα μέλη «Ώρα Κοινού»

### ΑQUA ΑΕΡΟΒΙC

ΔΕΥΤΕΡΑ	ΤΡΙΤΗ	ΤΕΤΑΡΤΗ	ΠΕΜΠΤΗ	ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ	ΣΑΒΒΑΤΟ
08:30-09:15	08:30-09:15	-	-	08:30-09:15	-

### BABY SWIMMING

ΔΕΥΤΕΡΑ	ΤΡΙΤΗ	ΤΕΤΑΡΤΗ	ΠΕΜΠΤΗ	ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ	ΣΑΒΒΑΤΟ
-	10:15-11:00	-	-	10:15-11:00	10:15-11:00



# ΑΘΛΗΤΙΚΗ ΠΕΡΙΟΔΟΣ 2024-2025

## ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΑ ΔΙΕΥΘΥΝΣΗΣ ΑΘΛΗΤΙΣΜΟΥ

### ΑΕΡΟΒΙC • ΘΕΡΑΠΕΥΤΙΚΗ ΓΥΜΝΑΣΤΙΚΗ • ΠΙΛΑΤΕS



#### Α Ε Ρ Ο Β Ι C

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

ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΓΥΜΝΑΣΤΗΡΙΟ ΑΡΤΑΚΗΣ / ΑΡΤΑΚΗΣ 34, 17124, τηλ: 213 2025 945

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

ΚΛΕΙΣΤΟ ΓΥΜΝΑΣΤΗΡΙΟ «ΑΝΔΡΕΑΣ ΒΑΡΙΚΑΣ» / ΑΓ. ΑΝΔΡΕΑ 25, 17122



#### Θ Ε Ρ Α Π Ε Υ Τ Ι Κ Η Γ Υ Μ Ν Α Σ Τ Ι Κ Η

ΔΕΥΤΕΡΑ	ΤΡΙΤΗ	ΤΕΤΑΡΤΗ	ΠΕΜΠΤΗ	ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ	ΣΑΒΒΑΤΟ
09:30-10:30	-	-	-	09:30-10:30	-
-	18:00-19:00	18:00-19:00	17:00-18:00	-	-

ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΓΥΜΝΑΣΤΗΡΙΟ ΑΡΤΑΚΗΣ / ΑΡΤΑΚΗΣ 34, 17124, τηλ: 213 2025 945



#### Π Ι Λ Α Τ Ε S

ΔΕΥΤΕΡΑ	ΤΡΙΤΗ	ΤΕΤΑΡΤΗ	ΠΕΜΠΤΗ	ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ	ΣΑΒΒΑΤΟ
18:00-19:00	19:00-20:00	-	18:00-19:00	-	-
20:00-21:00	20:00-21:00	-	19:00-20:00	-	-

ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΓΥΜΝΑΣΤΗΡΙΟ ΑΡΤΑΚΗΣ / ΑΡΤΑΚΗΣ 34, 17124, τηλ: 213 2025 945



# ΑΘΛΗΤΙΚΗ ΠΕΡΙΟΔΟΣ 2024-2025

## ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΑ ΔΙΕΥΘΥΝΣΗΣ ΑΘΛΗΤΙΣΜΟΥ

### ΠΑΡΑΔΟΣΙΑΚΟΙ ΧΟΡΟΙ • TENNIS ΠΑΙΔΙΚΟ & ΕΝΗΛΙΚΩΝ

#### ΠΑΡΑΔΟΣΙΑΚΟΙ ΧΟΡΟΙ



ΔΕΥΤΕΡΑ	ΤΡΙΤΗ	ΤΕΤΑΡΤΗ	ΠΕΜΠΤΗ	ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ	ΣΑΒΒΑΤΟ
-	10:00-11:00	10:00-11:00	-	-	-
19:00-20:00	-	-	20:00-21:00	-	-

**ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΓΥΜΝΑΣΤΗΡΙΟ ΑΡΤΑΚΗΣ / ΑΡΤΑΚΗΣ 34, 17124, τηλ: 213 2025 945**

#### TENNIS ΠΑΙΔΙΚΟ



ΔΕΥΤΕΡΑ	ΤΡΙΤΗ	ΤΕΤΑΡΤΗ	ΠΕΜΠΤΗ	ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ	ΣΑΒΒΑΤΟ
-	-	16:30-17:30	-	16:30-17:30	-

**ΑΝΟΙΧΤΟ ΓΗΠΕΔΟ TENNIS / ΤΡΑΠΕΖΟΥΝΤΟΣ 9, 17124**

#### TENNIS ΕΝΗΛΙΚΩΝ



ΔΕΥΤΕΡΑ	ΤΡΙΤΗ	ΤΕΤΑΡΤΗ	ΠΕΜΠΤΗ	ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ	ΣΑΒΒΑΤΟ
-	09:00-10:00	-	10:00-11:00	-	-
-	10:00-11:00	-	11:00-12:00	-	-
-	-	17:30-18:30	-	17:30-18:30	-
18:30-19:30	-	18:30-19:30	-	18:30-19:30	-
19:30-20:30	-	19:30-20:30	-	19:30-20:30	-
20:30-21:30	-	20:30-21:30	-	20:30-21:30	-
21:30-22:30	-	21:30-22:30	-	21:30-22:30	-

**ΑΝΟΙΧΤΟ ΓΗΠΕΔΟ TENNIS / ΤΡΑΠΕΖΟΥΝΤΟΣ 9, 17124**

# ΑΘΛΗΤΙΚΗ ΠΕΡΙΟΔΟΣ 2024-2025



ΔΗΜΟΣ  
ΝΕΑΣ ΣΜΥΡΝΗΣ

## ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΑ ΔΙΕΥΘΥΝΣΗΣ ΑΘΛΗΤΙΣΜΟΥ

### ΑΘΛΗΣΗ & ΠΡΟΣΧΟΛΙΚΗ ΗΛΙΚΙΑ (4-6 ΕΤΩΝ)

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

ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΓΥΜΝΑΣΤΗΡΙΟ ΑΡΤΑΚΗΣ / ΑΡΤΑΚΗΣ 34, 17124, τηλ: 213 2025 945

### ΑΚΑΔΗΜΙΑ ΠΟΔΟΣΦΑΙΡΟΥ ΝΟΝΙ ΛΙΜΑ (6-14 ΕΤΩΝ)

ΔΕΥΤΕΡΑ	ΤΡΙΤΗ	ΤΕΤΑΡΤΗ	ΠΕΜΠΤΗ	ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ	ΣΑΒΒΑΤΟ
16:30-17:30	-	16:30-17:30	-	16:30-17:30	-

ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΓΗΠΕΔΟ ΠΟΔΟΣΦΑΙΡΟΥ / ΡΑΙΔΕΣΤΟΥ 37-39, 17122

### ΑΘΛΗΣΗ & ΕΦΗΒΙΚΗ ΗΛΙΚΙΑ (ΜΑΘΗΤΕΣ ΓΥΜΝΑΣΙΟΥ)

ΔΕΥΤΕΡΑ	ΤΡΙΤΗ	ΤΕΤΑΡΤΗ	ΠΕΜΠΤΗ	ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ	ΣΑΒΒΑΤΟ
-	16:00-17:00	-	16:00-17:00	16:00-17:00	-
-	17:00-18:00	-	17:00-18:00	17:00-18:00	-

ΑΛΣΟΣ ΝΕΑΣ ΣΜΥΡΝΗΣ

### Σ.Ε.Φ.Α.Α- ΣΤΡΑΤΙΩΤΙΚΕΣ ΣΧΟΛΕΣ (ΜΑΘΗΤΕΣ Β' & Γ' ΛΥΚΕΙΟΥ)

ΔΕΥΤΕΡΑ	ΤΡΙΤΗ	ΤΕΤΑΡΤΗ	ΠΕΜΠΤΗ	ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ	ΣΑΒΒΑΤΟ
16:30-17:30	-	17:00-18:00	-	-	13:30-14:30
ΣΤΙΒΟΣ		ΣΤΙΒΟΣ			ΚΟΛΥΜΒΗΣΗ

ΑΛΣΟΣ ΝΕΑΣ ΣΜΥΡΝΗΣ - ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΚΟΛΥΜΒΗΤΗΡΙΟ