



ΦΟΡΕΑΣ	ΔΗΜΟΣ ΝΑΥΠΑΚΤΙΑΣ				
ΦΟΡΕΑΣ ΧΡΗΜΑΤΟΔΟΤΗΣΗΣ	ΓΕΝ.ΓΡΑΜΜΑΤΕΙΑ ΑΘΛΗΤΙΣΜΟΥ	ΠΟΛΗ	ΝΑΥΠΑΚΤΟΣ	Τ.Κ.	303 00
ΤΑΧ. ΔΙΕΥΘΥΝΣΗ	Π.Ε.Ο ΝΑΥΠΑΚΤΟΥ – ΑΝΤΙΡΡΙΟΥ & Β. ΒΑΡΕΛΑ – ΠΑΛΑΙΟΠΑΝΑΓΙΑ ΝΑΥΠΑΚΤΟΥ	ΤΗΛΕΦΩΝΑ ΕΠΙΚΟΙΝΩΝΙΑΣ	2634361223	FAX	2634361221
Ιστοσελίδα Φορέα (ηλεκτρονική διεύθυνση ανάρτησης των ΠαγΟ)					
ΥΠΕΥΘΥΝΟΣ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΩΝ ΑΘΛΗΣΗΣ ΓΙΑ ΟΛΟΥΣ	ΚΥΡΙΤΣΗΣ ΒΑΣΙΛΕΙΟΣ	ΤΗΛΕΦΩΝΑ:2634361223 E-MAIL ΕΠΙΚΟΙΝΩΝΙΑΣ:vaskiritsis64@yahoo.gr			

α/α	ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΑ		ΑΘΛΟΥΜΕΝΟΙ			ΩΡΟΛΟΓΙΟ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ						ΧΩΡΟΣ ΑΘΛΗΣΗΣ	
	Πρόγραμμα	Όνοματεπώνυμο Π.Φ.Α.	ΣΥΝΟΛΟ	ΦΥΛΟ Α / Γ	ΗΛΙΚΙΑ (εύρος)	Δ	Τ	Τ	Π	Π	Σ	ΟΝΟΜΑΣΙΑ	ΔΙΕΥΘΥΝΣΗ
1	ΑΣΚΗΣΗ	ΚΑΛΤΣΑ		Α	Γ	8-40	19:00		19:00	20:00		ΑΙΘΟΥΣΑ ΚΔΑΠ ΑΜΕΑ –ΔΗΜΟΥ ΝΑΥΠΑΚΤΙΑΣ	ΒΕΛΤΙΩΣΗ
	ΑΤΟΜΩΝ	ΧΡΙΣΤΙΝΑ					20:00		20:00	21:00			ΚΙΝΗΤΙΚΗΣ
	ΜΕ												ΦΥΣΙΚΗΣ
	ΑΝΑΠΗΡΙΕΣ												ΚΑΤΑΣΤΑΣΗΣ & ΑΝΤΙΔΗΠΤΙΚΗΣ ΙΚΑΝΟΤΗΤΑΣ
2	ΑΣΚΗΣΗ	ΚΑΛΤΣΑ		Α	Γ	8-40	20:00		20:00		19:00	ΑΙΘΟΥΣΑ ΚΔΑΠ ΑΜΕΑ –ΔΗΜΟΥ ΝΑΥΠΑΚΤΙΑΣ	ΒΕΛΤΙΩΣΗ
	ΑΤΟΜΩΝ ΜΕ	ΧΡΙΣΤΙΝΑ					21:00		21:00	20:00			ΚΙΝΗΤΙΚΗΣ
	ΑΝΑΠΗΡΙΕΣ												ΦΥΣΙΚΗΣ
													ΚΑΤΑΣΤΑΣΗΣ & ΜΥΪΚΗΣ



ΕΝΤΥΠΟ ΕΝΑΡΞΗΣ
ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΩΝ ΑΘΛΗΣΗΣ ΓΙΑ ΟΛΟΥΣ

ΔΕΛΤΙΟ 01

														ΑΝΔΥΝΑΜΩΣΗΣ
3	ΑΣΚΗΣΗ ΑΤΟΜΩΝ ΜΕ ΑΝΑΠΗΡΙΕΣ	ΚΑΛΤΣΑ ΧΡΙΣΤΙΝΑ		A	Γ	8-40		20:00		19:00	20:00		ΑΙΘΟΥΣΑ ΚΔΑΠ ΑΜΕΑ –ΔΗΜΟΥ ΝΑΥΠΑΚΤΙΑΣ	ΜΥΪΚΗ ΑΝΔΥΝΑΜΩΣΗ & ΠΟΔΗΛΑΣΙΑ
1	ΠΑΙΔΙ ΚΑΙ ΑΘΛΗΤΙΣΜΟΣ ΑΠ	ΜΕΝΤΖΑ ΚΟΝΔΗΛΩ		A	Κ	6-12	14:30 15:30		15:30 16:30		14:30 15:30		2 ^ο ΓΥΜΝΑΣΙΟ ΝΑΥΠΑΚΤΟΥ ΚΛΕΙΣΤΟ ΓΥΜΝΑΣΤΗΡΙΟ	ΠΕΤΟΣΦΑΙΡΗΣΗ ΚΑΛΑΘΟΣΦΑΙΡΗ ΣΗ ΑΝΤΙΣΦΑΙΡΗΣΗ ΓΥΜΝΑΣΤΙΚΗ
2	ΠΑΙΔΙ ΚΑΙ ΑΘΛΗΤΙΣΜΟΣ ΑΠ	ΜΕΝΤΖΑ ΚΟΝΔΗΛΩ		A	Κ	6-12	15:30 16:30	15:30 16:30		15:30 16:30			2 ^ο ΓΥΜΝΑΣΙΟ ΝΑΥΠΑΚΤΟΥ ΚΛΕΙΣΤΟ ΓΥΜΝΑΣΤΗΡΙΟ	ΠΕΤΟΣΦΑΙΡΗΣΗ ΚΑΛΑΘΟΣΦΑΙΡΗ ΣΗ ΑΝΤΙΣΦΑΙΡΗΣΗ ΓΥΜΝΑΣΤΙΚΗ



ΕΝΤΥΠΟ ΕΝΑΡΞΗΣ
ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΩΝ ΑΘΛΗΣΗΣ ΓΙΑ ΟΛΟΥΣ

ΔΕΛΤΙΟ 01

1	ΠΡΟΣΧΟΛΙΚΗ	MENTZA		A	K	4-6	14:30	14:30	14:30			2ο ΓΥΜΝΑΣΙΟ	ΠΕΤΟΣΦΑΙΡΗΣΗ
	ΗΛΙΚΙΑ	ΚΟΝΔΗΛΩ					15:30	15:30	15:30			ΝΑΥΠΑΚΤΟΥ	ΚΑΛΑΘΟΣΦΑΙΡΗ
	ΑπρΗ											ΚΛΕΙΣΤΟ	ΣΗ
												ΓΥΜΝΑΣΤΗΡΙΟ	ΑΝΤΙΣΦΑΙΡΗΣΗ
													ΓΥΜΝΑΣΤΙΚΗ
1	ΑΣΚΗΣΗ	MENTZA	12	A	Γ	18-45	16:30			15:30		2ο ΓΥΜΝΑΣΙΟ	
	ΚΑΙ	ΚΟΝΔΗΛΩ				17:30			16:30	ΝΑΥΠΑΚΤΟΥ			
	ΕΝΗΛΙΚΕΣ											ΚΛΕΙΣΤΟ	ΓΥΜΝΑΣΤΙΚΗ
	ΑΕ											ΓΥΜΝΑΣΤΗΡΙΟ	
2	ΑΣΚΗΣΗ	ΔΑΣΚΑΛΟΥ	10	A	Γ	18-45	12:00	12:00		12:00		ΠΑΠΑΧΑΡΑΛΑΜΠΕΙΟ	LATIN ΧΟΡΟΙ
	ΚΑΙ	ΑΝΑΣΤΑΣΙΑ				13:00	13:00			13:00			
	ΕΝΗΛΙΚΕΣ											ΚΛΕΙΣΤΟ	
	ΑΕ											ΓΥΜΝΑΣΤΗΡΙΟ	



ΕΝΤΥΠΟ ΕΝΑΡΞΗΣ
ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΩΝ ΑΘΛΗΣΗΣ ΓΙΑ ΟΛΟΥΣ

ΔΕΛΤΙΟ 01

3	ΑΣΚΗΣΗ	ΔΑΣΚΑΛΟΥ					11:00	11:00			11:00	ΠΑΠΑΧΑΡΑΛΑΜΠΕΙΟ	ΠΑΡΑΔΟΣΙΑΚΟΣ ΧΟΡΟΣ
	ΚΑΙ	ΑΝΑΣΤΑΣΙΑ					12:00	12:00			12:00		
	ΕΝΗΛΙΚΕΣ											ΓΥΜΝΑΣΤΗΡΙΟ	
	ΑΕ												
4	ΑΣΚΗΣΗ	ΔΗΜΑΡΑ		Α	Γ	18-45	15:00		16:00		15:00	ΚΛΕΙΣΤΟ	ΠΙΛΑΤΕΣ
	ΚΑΙ	ΚΩΝ/ΝΑ					16:00		17:00		16:00		
	ΕΝΗΛΙΚΕΣ											ΑΝΤΙΡΡΙΟΥ	ΑΕΡΟΜΠΙΝΓΚ
	ΑΕ											1 ^ο ΤΜΗΜΑ	
1	ΑΘΛΗΣΗ	ΔΑΣΚΑΛΟΥ		Α	Γ	18-55			16:30		16:30	2 ^ο ΓΥΜΝΑΣΙΟ	ΕΝΟΡΓΑΝΗ-
	ΚΑΙ	ΑΝΑΣΤΑΣΙΑ							17:30		17:30	ΝΑΥΠΑΚΤΟΥ	ΡΥΘΜΙΚΗ
	ΓΥΝΑΙΚΑ											ΚΛΕΙΣΤΟ	ΓΥΜΝΑΣΤΙΚΗ
	ΑΓ								17:30			ΓΥΜΝΑΣΤΗΡΙΟ	ΧΟΡΟΣ
									18:30				



ΕΝΤΥΠΟ ΕΝΑΡΞΗΣ
ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΩΝ ΑΘΛΗΣΗΣ ΓΙΑ ΟΛΟΥΣ

ΔΕΛΤΙΟ 01

2	ΑΘΛΗΣΗ ΚΑΙ ΓΥΝΑΙΚΑ ΑΓ	ΔΑΣΚΑΛΟΥ ΑΝΑΣΤΑΣΙΑ	20	A	Γ	18-55	17:30	17:30	18:30	17:30	2ο ΓΥΜΝΑΣΙΟ ΝΑΥΠΑΚΤΟΥ ΚΛΕΙΣΤΟ ΓΥΜΝΑΣΤΗΡΙΟ	ΠΑΡΑΔΟΣΙΑΚΟΙ ΧΟΡΟΙ
	18:30	18:30		18:30								
3	ΑΘΛΗΣΗ ΚΑΙ ΓΥΝΑΙΚΑ ΑΓ	ΔΑΣΚΑΛΟΥ ΑΝΑΣΤΑΣΙΑ	20	A	Γ	18-55	19:30	18:30	19:30	18:30	2ο ΓΥΜΝΑΣΙΟ ΝΑΥΠΑΚΤΟΥ ΚΛΕΙΣΤΟ ΓΥΜΝΑΣΤΗΡΙΟ	Zumba Danse Power Hips - ads body traing
	20:30	19:30		19:30								
4	ΑΘΛΗΣΗ ΚΑΙ ΓΥΝΑΙΚΑ ΑΓ	ΔΗΜΑΡΑ ΚΩΝ/ΝΑ	22	A	Γ	18-55	16:00	15:00	16:00	15:00	ΚΛΕΙΣΤΟ ΓΥΜΝΑΣΤΗΡΙΟ ΑΝΤΙΡΡΙΟΥ 1ο ΤΜΗΜΑ	ΠΙΛΑΤΕΣ ΑΕΡΟΜΠΙΝΓΚ
	17:00	16:00		16:00								



ΕΝΤΥΠΟ ΕΝΑΡΞΗΣ
ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΩΝ ΑΘΛΗΣΗΣ ΓΙΑ ΟΛΟΥΣ

ΔΕΛΤΙΟ 01

5	ΑΘΛΗΣΗ ΚΑΙ ΓΥΝΑΙΚΑ ΑΓ	ΔΗΜΑΡΑ	21	Α	Γ	18-55	16:00	16:00	16:00			ΚΛΕΙΣΤΟ	ΑΕΡΟΒΙΚΗ
		ΚΩΝ/ΝΑ					17:00					17:00	
6	ΑΘΛΗΣΗ ΚΑΙ ΓΥΝΑΙΚΑ ΑΓ	ΔΗΜΑΡΑ	21	Α	Γ	18-55	18:30	17:30	19:30			2ο ΓΥΜΝΑΣΙΟ	ΑΕΡΟΒΙΚΗ YOGA
		ΚΩΝ/ΝΑ					19:30					18:30	

Ο ΑΝΤΙΔΗΜΑΡΧΟΣ

ΣΥΨΑΣ ΙΩΑΝΝΗΣ

