

ΩΡΕΣ	ΔΕΥΤΕΡΑ	ΤΡΙΤΗ	ΤΕΤΑΡΤΗ	ΠΕΜΠΤΗ	ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ
07:30-08:30	ΩΡΕΣ ΠΡΟΣΕΛΕΥΣΗΣ ΔΗΜΙΟΥΡΓΙΚΗ ΑΠΑΣΧΟΛΗΣΗ	ΩΡΕΣ ΠΡΟΣΕΛΕΥΣΗΣ ΔΗΜΙΟΥΡΓΙΚΗ ΑΠΑΣΧΟΛΗΣΗ	ΩΡΕΣ ΠΡΟΣΕΛΕΥΣΗΣ ΔΗΜΙΟΥΡΓΙΚΗ ΑΠΑΣΧΟΛΗΣΗ	ΩΡΕΣ ΠΡΟΣΕΛΕΥΣΗΣ ΔΗΜΙΟΥΡΓΙΚΗ ΑΠΑΣΧΟΛΗΣΗ	ΩΡΕΣ ΠΡΟΣΕΛΕΥΣΗΣ ΔΗΜΙΟΥΡΓΙΚΗ ΑΠΑΣΧΟΛΗΣΗ
09:00-09:40	ΟΜΑΔΑ Α ΜΠΑΣΚΕΤ ΟΜΑΔΑ Β ΜΠΑΣΚΕΤ ΟΜΑΔΑ Γ ΚΟΛΛΗΤΙΚΗ ΟΜΑΔΑ Δ ΚΟΛΛΗΤΙΚΗ	ΟΜΑΔΑ Α ΧΟΡΟΣ ΟΜΑΔΑ Β ΧΟΡΟΣ ΟΜΑΔΑ Γ only cardio & abs ΟΜΑΔΑ Δ only cardio & abs	ΠΛΑΖ ΓΕΡΟΣΚΗΠΟΥ BEACH SOCCER BEACH VOLLEY BOOT CAMP CROSS TRAINING RELAXING	ΟΜΑΔΑ Α ΜΠΑΣΚΕΤ ΟΜΑΔΑ Β ΜΠΑΣΚΕΤ ΟΜΑΔΑ Γ ΨΗΦΙΔΩΤΟ ΟΜΑΔΑ Δ ΨΗΦΙΔΩΤΟ	ΟΜΑΔΑ Α ΕΚΦΡΑΣΗ - ΚΙΝΗΣΙΟΛΟΓΙΑ ΟΜΑΔΑ Β ΕΚΦΡΑΣΗ - ΚΙΝΗΣΙΟΛΟΓΙΑ ΟΜΑΔΑ Γ ΔΗΜ.ΑΠΑΣΧΟΛΗΣΗ ΞΕΝΩΝ ΓΛΩΣΣΩΝ ΟΜΑΔΑ Δ ΔΗΜ.ΑΠΑΣΧΟΛΗΣΗ ΞΕΝΩΝ ΓΛΩΣΣΩΝ
09:45-10:30	ΟΜΑΔΑ Α ΜΠΑΣΚΕΤ ΟΜΑΔΑ Β ΜΠΑΣΚΕΤ ΟΜΑΔΑ Γ ΕΚΦΡΑΣΗ - ΚΙΝΗΣΙΟΛΟΓΙΑ ΟΜΑΔΑ Δ ΕΚΦΡΑΣΗ - ΚΙΝΗΣΙΟΛΟΓΙΑ	ΟΜΑΔΑ Α only cardio & abs ΟΜΑΔΑ Β only cardio & abs ΟΜΑΔΑ Γ ΧΟΡΟΣ ΟΜΑΔΑ Δ ΧΟΡΟΣ	ΠΛΑΖ ΓΕΡΟΣΚΗΠΟΥ BEACH SOCCER BEACH VOLLEY BOOT CAMP CROSS TRAINING RELAXING	ΟΜΑΔΑ Α ΟΜΑΔΑ Β ΟΜΑΔΑ Γ ΟΜΑΔΑ Δ Διάλεξη με θέμα: ”Η ΓΗ ΜΑΣ Ο ΟΥΡΑΝΟΣ ΚΑΙ ΟΙ ΠΛΑΝΗΤΕΣ”	ΟΜΑΔΑ Α ΠΟΔΟΣΦΑΙΡΟ ΟΜΑΔΑ Β ΠΟΔΟΣΦΑΙΡΟ ΟΜΑΔΑ Γ ΚΙΝΗΣΙΟΛΟΓΙΑ ΟΜΑΔΑ Δ ΚΙΝΗΣΙΟΛΟΓΙΑ
10:30 - 10:55	ΔΙΑΛΕΙΜΜΑ ΓΙΑ ΜΙΚΡΟ ΓΕΥΜΑ	ΔΙΑΛΕΙΜΜΑ ΓΙΑ ΜΙΚΡΟ ΓΕΥΜΑ	ΔΙΑΛΕΙΜΜΑ ΓΙΑ ΜΙΚΡΟ ΓΕΥΜΑ	ΔΙΑΛΕΙΜΜΑ ΓΙΑ ΜΙΚΡΟ ΓΕΥΜΑ	ΔΙΑΛΕΙΜΜΑ ΓΙΑ ΜΙΚΡΟ ΓΕΥΜΑ
11:00-11:40	ΟΜΑΔΑ Α ΚΟΛΥΜΠΙ ΟΜΑΔΑ Β ΚΟΛΥΜΠΙ ΟΜΑΔΑ Γ ΚΟΛΥΜΠΙ ΟΜΑΔΑ Δ ΚΟΛΥΜΠΙ	ΟΜΑΔΑ Α VIGOUR KIDS CROSS TRAINING ΟΜΑΔΑ Β VIGOUR KIDS CROSS TRAINING ΟΜΑΔΑ Γ VIGOUR KIDS CROSS TRAINING ΟΜΑΔΑ Δ VIGOUR KIDS CROSS TRAINING	ΠΛΑΖ ΓΕΡΟΣΚΗΠΟΥ BEACH SOCCER BEACH VOLLEY BOOT CAMP CROSS TRAINING RELAXING	ΟΜΑΔΑ Α VIGOUR KIDS CROSS TRAINING ΟΜΑΔΑ Β VIGOUR KIDS CROSS TRAINING ΟΜΑΔΑ Γ VIGOUR KIDS CROSS TRAINING ΟΜΑΔΑ Δ VIGOUR KIDS CROSS TRAINING	ΟΜΑΔΑ Α ΚΟΛΥΜΠΙ ΟΜΑΔΑ Β ΚΟΛΥΜΠΙ ΟΜΑΔΑ Γ ΚΟΛΥΜΠΙ ΟΜΑΔΑ Δ ΚΟΛΥΜΠΙ
	ΔΙΑΛΕΙΜΜΑ ΓΙΑ 10 λεπτών	ΔΙΑΛΕΙΜΜΑ ΓΙΑ 10 λεπτών	ΔΙΑΛΕΙΜΜΑ ΓΙΑ 10 λεπτών	ΔΙΑΛΕΙΜΜΑ ΓΙΑ 10 λεπτών	ΔΙΑΛΕΙΜΜΑ ΓΙΑ 10 λεπτών
11:50-12:35	ΟΜΑΔΑ Α ΚΟΛΥΜΠΙ ΟΜΑΔΑ Β ΚΟΛΥΜΠΙ ΟΜΑΔΑ Γ ΚΟΛΥΜΠΙ ΟΜΑΔΑ Δ ΚΟΛΥΜΠΙ	ΟΜΑΔΑ Α ΘΕΑΤΡΟ ΟΜΑΔΑ Β ΘΕΑΤΡΟ ΟΜΑΔΑ Γ ΘΕΑΤΡΟ ΟΜΑΔΑ Δ ΘΕΑΤΡΟ	ΠΛΑΖ ΓΕΡΟΣΚΗΠΟΥ BEACH SOCCER BEACH VOLLEY BOOT CAMP CROSS TRAINING RELAXING	ΟΜΑΔΑ Α ΠΟΔΟΣΦΑΙΡΟ ΟΜΑΔΑ Β ΠΟΔΟΣΦΑΙΡΟ ΟΜΑΔΑ Γ KIDS AEROBIC ΟΜΑΔΑ Δ KIDS AEROBIC	ΟΜΑΔΑ Α ΚΟΛΥΜΠΙ ΟΜΑΔΑ Β ΚΟΛΥΜΠΙ ΟΜΑΔΑ Γ ΚΟΛΥΜΠΙ ΟΜΑΔΑ Δ ΚΟΛΥΜΠΙ
12:45-13:10	STRETCHING Χαλάρωμα	STRETCHING Χαλάρωμα	STRETCHING Χαλάρωμα	STRETCHING Χαλάρωμα	STRETCHING Χαλάρωμα



Ομάδα A-B ΑΓΟΡΙΑ (2 τμήματα)

ΟΜΑΔΑ Γ-Δ ΚΟΡΙΤΣΙΑ (2 τμήματα)

- Το μάθημα **η Γη μας, ο Ουρανός και οι Πλανήτες** από τον Κον Αντρέα Χρυσάνθου Φυσικός – Μετεωρολόγος
 - Τα μαθήματα ΤΑΕ KWON DO γίνονται από τον Καθηγητή ΤΑΕ KWON DO Θεοχάρους Γιώργο και τους αθλητές του.
 - Τα μαθήματα καλαθόσφαιρας θα γίνονται από τους Προπονητές του ΑΠΟΠ Πάνο Πολεμίτη & Αντώνη Δημητρίου , σε συνεργασία με τους καθηγητές Φυσικής Αγωγής Του VIGOUR GYM .
 - Ο ΧΟΡΟΣ θα γίνεται από την Κα Έλσα Κωνσταντίνου .
 - Τα μαθήματα Θεάτρου και Δημιουργική Απασχόληση – ζωγραφική από την Καθ. Θεάτρου και Ηθοποιό Φλεβοτομά Παυλίνα.
 - Τα μαθήματα χειροτεχνίας – κατασκευές , περιβαλλοντική απασχόληση και δραστηριότητες που συμπεριλαμβάνουν ξένες γλώσσες από την καθ. Αγγλικής Φιλολογίας και Γλωσσολογίας Στυλιανού Σώτια .
 - Τα μαθήματα vigour kids cross training θα γίνονται από τους Καθ.Φυσικές Αγωγής Βαμβατσούλη Δημήτρη , Αντωνιάδη Σωτήρη και Πέτρου Κυριάκο.
 - Τα μαθήματα only abs θα γίνονται από τους Καθ.Φυσικές Αγωγής Αντωνιάδη Σωτήρη και Πέτρου Κυριάκο.
 - Τα μαθήματα aerobic & zumba θα γίνονται από τον Καθ.Φυσικές Πέτρου Κυριάκο.
 - Τα μαθήματα Ποδοσφαίρου & Αγωνιστικό παιχνίδι θα γίνονται από τους Καθ. Φυσικές Αγωγής Βαμβατσούλη Δημήτρη και Πέτρου Κυριάκο.
- Οι μεταφορές από και προς το Κολυμβητήριο Πάφου θα γίνονται με λεωφορείο **ΧΩΡΙΣ ΚΑΝΕΝΑ ΚΟΣΤΟΣ...**
 - Κατά την επίσκεψη μας στην Πλάζ Γεροσκήπου Τα παιδιά θα πρέπει να έχουν μαζί τους τα Γυαλάκια θάλασσας , αντηλιακό, μαγιό , σαγιονάρες και πετσέτα. (όσα παιδάκια ξεχάσουν κάτι θα τους δανείσουμε εμείς ότι μπορούμε...)

Επίσης η εκδρομή έχει κόστος €3 ευρώ το κάθε παιδί. *

*Όσοι Γονείς **ΔΕΝ** επιθυμούν να μεταφερθούν τα παιδιά τους στο χώρο της Πλαζ παρακαλώ όπως μας ενημερώσετε έγκαιρα, Το αργότερο Την Τρίτη το πρωί , στην Γραμματεία του Γυμναστηρίου ούτως ώστε να μεριμνήσουμε να υπάρχει επιπλέον Καθ. Φυσικής Αγωγής – Εκπαιδευτής στο Γυμναστήριο.

Μπορείτε να δείτε το πρόγραμμα του Summer Sports Activities στο και άλλες ανακοινώσεις στο www.vigourstudio-gym.com

Με εκτίμηση
Πέτρου Κυριάκος

www.vigourstudio-gym.com
τηλ: 26220470 – 99105655
φαξ : 26600686

Γενικός Διευθυντής
Vigour Personal Training Ltd

