

ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΑ ΜΑΖΙΚΟΥ ΑΘΛΗΤΙΣΜΟΥ ΔΗΜΟΥ ΚΟΜΟΤΗΝΗΣ 2014-15

ΓΥΝΑΙΚΕΣ			
ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ	ΓΥΜΝΑΣΤΗΣ - ΤΗΛΕΦΩΝΟ	ΗΜΕΡΕΣ-ΩΡΕΣ	ΧΩΡΟΣ
ΓΥΜΝΑΣΤΙΚΗΣ	ΣΤΟΓΙΑΝΝΑΡΗ ΧΡΥΣΗ 6979989838	Δ.-ΤΡ.-ΤΕΤ.-ΠΕΜ.-ΠΑΡ. 17.00-18.00	6ο ΔΗΜΟΤΙΚΟ
ΓΥΜΝΑΣΤΙΚΗΣ	ΣΤΟΓΙΑΝΝΑΡΗ ΧΡΥΣΗ 6979989838		3ο ΓΥΜΝΑΣΙΟ
ΓΥΜΝΑΣΤΙΚΗΣ	ΚΑΡΑΜΠΑΤΖΑΚΗ ΣΟΦΙΑ 6974033504	Δ.-ΤΡ.-ΤΕΤ.-ΠΕΜ.-ΠΑΡ. 17.00-18.00	5ο ΔΗΜΟΤΙΚΟ
ΓΥΜΝΑΣΤΙΚΗΣ	ΓΚΡΕΠΑ ΙΩΑΝΝΑ 6973254620	Δ.-ΤΡ.-ΤΕΤ.-ΠΕΜ.-ΠΑΡ. 17.00-18.00	4ο ΔΗΜΟΤΙΚΟ
ΓΥΜΝΑΣΤΙΚΗΣ	ΓΚΡΕΠΑ ΙΩΑΝΝΑ 6973254620	Δ.-ΤΕΤ.-ΠΑΡ. 9.00-11.00	7ο ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΚΛΕΙΣΤΟ ΓΥΜΝΑΣΤΗΡΙΟ
ΓΥΜΝΑΣΤΙΚΗΣ	ΛΑΖΑΡΗ ΘΕΟΔΩΡΑ 2531026988-6976502631	Δ.-ΤΡ.-ΤΕΤ.-ΠΕΜ.-ΠΑΡ. 17.30-18.30	9ο ΔΗΜΟΤΙΚΟ
ΓΥΜΝΑΣΤΙΚΗΣ	ΣΙΑΜΟΡΕΛΗ ΑΝΘΗ 6978448212	Δ.-ΤΡ.-ΤΕΤ.-ΠΕΜ.-ΠΑΡ. 17.00-19.00	8ο ΔΗΜΟΤΙΚΟ
ΑΕΡΟΜΠΙΚ	ΣΥΝΟΔΙΝΟΥ ΚΥΡΙΑΚΗ 6932620807	Δ.-ΤΡ.-ΤΕΤ.-ΠΕΜ.-ΠΑΡ. 17.00-19.00	1ο ΓΥΜΝΑΣΙΟ
ΑΚΟΥΑ ΑΕΡΟΜΠΙΚ	ΣΚΟΥΡΟΓΙΑΝΝΗ ΠΑΝΑΓΙΩΤΑ 6937032967		ΚΟΛΥΜΒΗΤΗΡΙΟ ΤΕΦΑΑ
ΚΟΛΥΜΒΗΣΗ	ΠΟΛΙΤΟΥ ΕΥΑΓΓΕΛΙΑ 6946536949	Δ.-ΤΡ.-ΤΕΤ.-ΠΕΜ.-ΠΑΡ. – ΣΑΒ 8.45-10.45	ΚΟΛΥΜΒΗΤΗΡΙΟ ΤΕΦΑΑ
ΚΟΛΥΜΒΗΣΗ	ΠΗΛΑΙΔΟΥ ΕΛΣΑ 6948518181	Δ.-ΤΡ.-ΤΕΤ.-ΠΕΜ.-ΠΑΡ. 19.00-21.00	ΚΟΛΥΜΒΗΤΗΡΙΟ ΤΕΦΑΑ
ΚΟΛΥΜΒΗΣΗ	ΚΟΝΤΕΑΣ ΝΕΚΤΑΡΙΟΣ 6977504118	Δ.-ΤΡ.-ΤΕΤ.-ΠΕΜ.-ΠΑΡ. 19.00-21.00	ΚΟΛΥΜΒΗΤΗΡΙΟ ΤΕΦΑΑ
ΚΟΛΥΜΒΗΣΗ	ΧΑΣΑΠΗΣ ΑΠΟΣΤΟΛΟΣ 2531026988-6973476452	Δ.-ΤΡ.-ΤΕΤ.-ΠΕΜ.-ΠΑΡ. 19.00-21.00	ΚΟΛΥΜΒΗΤΗΡΙΟ ΤΕΦΑΑ

ΠΑΙΔΙΑ

ΑΘΛΗΜΑ	ΓΥΜΝΑΣΤΗΣ - ΤΗΛΕΦΩΝΟ	ΗΜΕΡΕΣ-ΩΡΕΣ	ΧΩΡΟΣ
ΜΠΑΣΚΕΤ – ΠΟΔΟΣΦΑΙΡΟ ΠΑΛΙΝΝΟΣΤΟΥΝΤΕ Σ	ΖΩΤΟΣ ΣΠΥΡΙΑΩΝ 6975704856	Δ.-ΤΡ.-ΤΕΤ.-ΠΕΜ.-ΠΑΡ. 16.00-17.00	11 ^ο ΔΗΜΟΤΙΚΟ
ΠΑΛΗ	ΠΑΡΑΣΚΕΥΑΣ ΙΒΑΝ 2531030646	Δ.-ΤΡ.-ΤΕΤ.-ΠΕΜ.-ΠΑΡ. 19.00-21.00	ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΑΚΟ ΓΥΜΝΑΣΤΗΡΙΟ

ΑΝΔΡΕΣ

ΑΘΛΗΜΑ	ΓΥΜΝΑΣΤΗΣ - ΤΗΛΕΦΩΝΟ	ΗΜΕΡΕΣ - ΩΡΕΣ	ΧΩΡΟΣ
ΚΟΛΥΜΒΗΣΗ	ΚΟΝΤΕΑΣ ΝΕΚΤΑΡΙΟΣ 6977504118	Δ.-ΤΡ.-ΤΕΤ.-ΠΕΜ.-ΠΑΡ. 19.00-21.00	ΚΟΛΥΜΒΗΤΗΡΙΟ ΤΕΦΑΑ
ΚΟΛΥΜΒΗΣΗ	ΠΗΛΑΙΔΟΥ ΕΛΣΑ 6948518181	Δ.-ΤΡ.-ΤΕΤ.-ΠΕΜ.-ΠΑΡ. 19.00-21.00	ΚΟΛΥΜΒΗΤΗΡΙΟ ΤΕΦΑΑ
ΚΟΛΥΜΒΗΣΗ	ΠΟΛΙΤΟΥ ΕΥΑΓΓΕΛΙΑ 6946536949	Δ.-ΤΡ.-ΤΕΤ.-ΠΕΜ.-ΠΑΡ. – ΣΑΒ 8.45-10.45	ΚΟΛΥΜΒΗΤΗΡΙΟ ΤΕΦΑΑ
ΚΟΛΥΜΒΗΣΗ	ΧΑΣΑΠΗΣ ΑΠΟΣΤΟΛΟΣ 2531026988-6973476452	Δ.-ΤΡ.-ΤΕΤ.-ΠΕΜ.-ΠΑΡ. 19.00-21.00	ΚΟΛΥΜΒΗΤΗΡΙΟ ΤΕΦΑΑ

ΑΣΚΗΣΗ ΚΑΙ ΥΓΕΙΑ

ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ	ΓΥΜΝΑΣΤΗΣ - ΤΗΛΕΦΩΝΟ	ΗΜΕΡΕΣ- ΩΡΕΣ	ΧΩΡΟΣ
ΤΡΙΤΗ ΗΛΙΚΙΑ	ΛΑΖΑΡΗ ΘΕΟΔΩΡΑ 6976502631	Δ.-ΤΡ.-ΤΕΤ.- ΠΕΜ.-ΠΑΡ. 9.00-11.00	ΥΠΟΓΕΙΑ ΑΙΘΟΥΣΑ ΠΟΛΥΚΕΝΤΡΟΥ
ΤΡΙΤΗ ΗΛΙΚΙΑ	ΠΝΑΚΑ ΑΓΓΕΛΙΚΗ 6932335420	Δ.-ΤΕΤ.-ΠΑΡ. 10.00-12.00	ΚΑΠΗ-ΩΔΕΙΟ-
ΚΑΡΔΙΟΠΑΘΕΙΣ	ΡΟΥΣΟΥ ΒΕΝΕΤΙΑ 6981915134	ΔΕΥΤ.-ΤΡ. – ΠΕΜΠ. 12.30-14.00	ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΚΛΕΙΣΤΟ ΓΥΜΝΑΣΤΗΡΙΟ
ΖΑΧΑΡΟΔΙΑΒΗΤΙΚΟΙ	ΡΟΥΣΟΥ ΒΕΝΕΤΙΑ 6981915134	ΔΕΥΤ.-ΤΡ. – ΠΕΜΠ. 11.00-12.30	ΥΠΟΓΕΙΑ ΑΙΘΟΥΣΑ ΠΟΛΥΚΕΝΤΡΟΥ
ΠΡΩΤΕΣ ΒΟΗΘΕΙΕΣ	ΚΟΥΜΠΑΡΑΚΗΣ ΣΤΕΦΑΝΟΣ 6938371277	Δ.-ΤΡ.-ΤΕΤ.- ΠΕΜ.-ΠΑΡ. 18.00-20.00	ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΚΛΕΙΣΤΟ ΓΥΜΝΑΣΤΗΡΙΟ
ΝΑΥΑΓΟΣΩΣΤΙΚΗ	ΚΟΚΚΑΚΗ ΑΘΗΝΑ 6988007963	Δ.-ΤΡ.-ΤΕΤ.- ΠΕΜ.-ΠΑΡ. – ΣΑΒ 19.00-21.00	ΚΟΛΥΜΒΗΤΗΡΙΟ ΤΕΦΑΑ
ΝΑΥΑΓΟΣΩΣΤΙΚΗ	ΜΑΥΡΑΓΑΝΗ ΜΑΡΙΑ 6978516633	Δ.-ΤΡ.-ΤΕΤ.- ΠΕΜ.-ΠΑΡ. – ΣΑΒ 8.45-10.45	ΚΟΛΥΜΒΗΤΗΡΙΟ ΤΕΦΑΑ
ΑΜΕΑ- ΣΥΛΛΟΓΟΣ ΑΓ.ΘΕΟΔΩΡΟΙ	ΜΠΟΝΟΒΑ ΟΡΣΑΛΙΑ 6936517725	Δ.-ΤΡ.-ΤΕΤ.- ΠΕΜ.-ΠΑΡ. 9.00-11.00	ΕΙΔΙΚΟ ΣΧΟΛΕΙΟ
ΕΙΔΙΚΟ ΣΧΟΛΕΙΟ	ΓΚΑΚΑΣ ΕΥΑΓΓΕΛΟΣ 6984905573		