

Ευρωπαϊκή Εβδομάδα Αθλητισμού #BeActive στην Αθήνα 23 - 30 Σεπτεμβρίου 2022

ΗΜΕΡΑ	ΩΡΑ	ΧΩΡΟΣ	ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΑ
Παρασκευή 23/9/2022	19:00 - 20:00	Κεντρικοί Οδοί Αφετηρία: Καλλινίκειο Δημοτικό Μέγαρο	Λαμπαδηδρομία από το 68 ^ο Σύστημα Προσκόπων Αθηνών
	17:30 - 19:30	Γυμνάσιο Αθηνών	Πεζοπορία & Αγώνας ανωμάλου δρόμου
	20:00 - 22:00	Κλειστή Αίθουσα Γυμνασίου Αθηνών	Τουρνουά Καλαθόσφαιρας (3x3)
OPEN DAYS 23/9 – 30/9	Για όλα τα προγράμματα Α.Γ.Ο.	Κλειστή Αίθουσα Γυμνασίου Αθηνών & Ανοιχτά γήπεδα αθλοπαιδιών futsal	Αθλητισμός Για Όλους / Sport For All (Α.Γ.Ο)
Σάββατο 24/9/2022	11:30 - 13:30	Κλειστή Αίθουσα Αθλοπαιδιών «Τάσσος Παπαδόπουλος»	Τουρνουά Επιτραπέζιας Αντισφαίρισης
	5:30- 6:30	Κλειστή Αίθουσα Αθλοπαιδιών «Τάσσος Παπαδόπουλος» και Διαδικτυακός χώρος Δήμου Αθηνών	Επιτόπια και διαδικτυακή δράση «Γυμναζόμαστε στο σπίτι» Παρουσίαση προγράμματος γυμναστικής από γυμναστή τόσο στην Αίθουσα Αθλοπαιδιών όσο και διαδικτυακά για όσους δεν θα μπορέσουν να παραστούν ή προτιμούν να γυμναστούν από το σπίτι.
Κυριακή 25/9/2022	10:30 - 12:00	Κωνσταντίνειο Δημοτικό Πάρκο	Pilates για παιδιά και ενήλικες

23-30 ΣΕΠΤΕΜΒΡΙΟΥ

ΗΜΕΡΑ	ΩΡΑ	ΧΩΡΟΣ	ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΑ
Δευτέρα 26/9/2022	10:30 - 11:30	Κλεάνθιος Στέγη Ηλικιωμένων	Γυμναστική για άτομα τρίτης ηλικίας
	15:00 - 16:00	Revolution Dance Studio	Εργαστήριο «Μαθαίνω να χορεύω latin»
	20:00 – 21:00	Κωνσταντίνειο Δημοτικό Πάρκο	Παρουσίαση με θέμα «Φυσική άσκηση, Συναισθηματική και Γνωστική Υγεία. Τα οφέλη της φυσικής άσκησης» από τον ψυχολόγο Δρ. Αντρέα Χατζηκυπριανού
Τρίτη 27/9/2022	10:00 – 11:00	Γυμνάσιο Αθένου	Συνεργασία Ε.Ν.Α με Γυμνάσιο Αθένου – Παρουσίαση του αθλήματος της χειροσφαίρισης με οπτικοακουστικά μέσα, αλλά και επιτόπια δειγματική προπόνηση.
	16:00 – 18:30	Γήπεδο Γυμνασίου Αθένου	Δειγματική προπόνηση και διοργάνωση φιλικών αγώνων με ομάδες από τις Ακαδημίες Ποδοσφαίρου
	19:00 - 20:30	Γήπεδο ΟΡΦΕΑ «Ηλίας Παστού»	Φιλικός ποδοσφαιρικός αγώνας με την ομάδα του Αθλητικού Σωματείου ΟΡΦΕΑΣ Αθένου & τον Ολυμπιακό Πειραιώς (Λάρνακας)
Τετάρτη 28/9/2022	10:00 – 12:00	Δημόσιο & Κοινοτικό Νηπιαγωγείο	Ποδηλασία και Survivor (συνέχεια στις 30/9/2022)

23-30 ΣΕΠΤΕΜΒΡΙΟΥ

ΗΜΕΡΑ	ΩΡΑ	ΧΩΡΟΣ	ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΑ
		Αθένου	
	19:00 - 20:30	Γήπεδο Γυμνασίου Αθένου	Ποδοσφαιρικός Αγώνας Παλαίμαχων Ποδοσφαιριστών
Πέμπτη 29/9/2022	OPEN DAY 29/9	Γυμναστήριο Fitness & Health by Kyriakos & Διάλεξη από την Κλινική Διαιτολόγο – Διατροφολόγο Μαρία Καντηλάτφτη «Υγιεινή διατροφή και άσκηση»	Οποιοσδήποτε ενδιαφερόμενος μπορεί να επισκεφτεί το γυμναστήριο από τις 18:30- 21:000, να συνομιλήσει με τους γυμναστές και να γυμναστεί δωρεάν. Την ίδια μέρα, στον ίδιο χώρο, στις 19:00 θα πραγματοποιηθεί διάλεξη
	10:00 – 12:00	Νηπιαγωγείο Παιδική Πολιτεία ΝΑΓΙΑ	α) Γυμναστική προσωπικού στην εργασία για ενδυνάμωση μυών με την καθοδήγηση γυμναστή. β) Γυμναστική για τα παιδιά στη φύση
Παρασκευή 30/9/2022	10:00 – 12:00	Δημόσιο & Κοινοτικό Νηπιαγωγείο Αθένου	Ποδηλασία και Survivor (συνέχεια από την Τετάρτη)

23-30 ΣΕΠΤΕΜΒΡΙΟΥ

ΗΜΕΡΑ	ΩΡΑ	ΧΩΡΟΣ	ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΑ
	9:00 – 12:00	Γήπεδο Δημοτικών Σχολείων, Κωνσταντίνειο Δημοτικό Πάρκο και Κλειστή Αίθουσα Αθλοπαιδιών «Τάσσος Παπαδόπουλος»	Green Sports Day (Δημοτικά Σχολεία) (8-9 Σταθμοί, 20' κάθε σταθμός, ποδόσφαιρο, τραμπολίνο, μήκος, δρόμος, εμπόδια, τάφρο, volley, σκουτεράκια, surfninor, επιτραπέζια αντισφαίριση)
	17:30 - 18:30	Γυμνάσιο Αθηνών	Ποδηλασία
	18:30 – 20:00	Κλειστή Αίθουσα Γυμνασίου Αθηνών	Χειροσφαίριση (Ένωση Νεολαίας Αθηνών) Επίδειξη Αθλήματος από τους προπονητές του Σωματείου και φιλικοί αγώνες