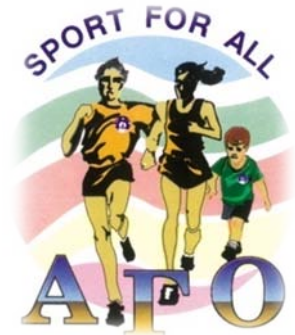


# ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΑΘΛΗΤΙΣΜΟΣ ΓΙΑ ΟΛΟΥΣ

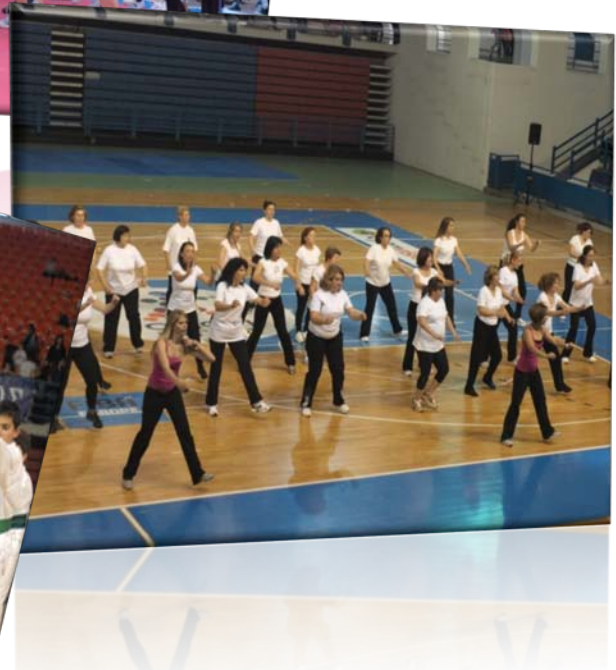
**ΕΠΑΡΧΙΑΣ  
ΛΕΥΚΩΣΙΑΣ**  
2011-2012



**ΕΝΑΡΞΗ**

**9 ΙΑΝΟΥΑΡΙΟΥ**

**2012**



**ΚΥΠΡΙΑΚΟΣ  
ΟΡΓΑΝΙΣΜΟΣ  
ΑΘΛΗΤΙΣΜΟΥ**

## ΧΑΙΡΕΤΙΣΜΟΣ ΠΡΟΕΔΡΟΥ ΚΟΑ κ. ΠΑΜΠΟΥ ΣΤΥΛΙΑΝΟΥ

Ο Κοινωνικός Αθλητισμός αποτελεί βασικό άξονα και προμετωπίδα της πολιτικής του Κυπριακού Οργανισμού Αθλητισμού. Αυτή η πολιτική σε μεγάλο βαθμό υλοποιείται μέσα από τα προγράμματα Αθλητισμός Για Όλους (ΑΓΟ), που δίνουν ευκαιρίες άθλησης στους πολίτες, ανεξάρτητα ηλικίας, φύλου, κοινωνικής θέσης και κινητικών ικανοτήτων.



Η απόκτηση κινητικών δεξιοτήτων, η ψυχαγωγία και η καλή φυσική κατάσταση, οδηγούν στην σωματική υγεία και ευεξία. Βελτιώνουν την ποιότητα ζωής γενικότερα την αθλητική παιδεία.

Μέσα από τον σχεδιασμό, την ανάπτυξη και αναβάθμιση του ΑΓΟ, ο Κυπριακός Οργανισμός Αθλητισμού ανταποκρίνεται στην προώθηση του κοινωνικού ρόλου του αθλητισμού και δημιουργεί τις προϋποθέσεις για την ανάδειξη του ως παιδαγωγικό εργαλείο, ψυχαγωγικό μέσο και ως τρόπος ζωής.

Σε αυτή την προσπάθεια ο Οργανισμός έχει σταθερό συνοδοιπόρο, συνεργάτη και συμπαραστάτη τις Αρχές της Τοπικής Αυτοδιοίκησης, που έχουν αγκαλιάσει τα προγράμματα του ΑΓΟ, προσφέροντας ευκαιρίες άθλησης στους δημότες τους. Από την πλευρά του ο ΚΟΑ, αφουγκραζόμενος τις αυξημένες ανάγκες σε Δήμους και Κοινότητες, για δημιουργία μικρών αθλητικών χώρων έχει εκπονήσει ξεχωριστό σχεδιασμό για την δημιουργία τέτοιων χώρων άθλησης.

Η παραπέρα ανάπτυξη του κοινωνικού αθλητισμού, θα συνεχίσει να βρίσκεται στις προτεραιότητες του ΚΟΑ. Αυτό άλλωστε συνιστά και η Ευρωπαϊκή Ένωση μέσα από βασικές πρόνοιες της Λευκής Βίβλου για τον αθλητισμό, θέτοντας ως στόχο την «Άθληση και υγεία».

Παρά τις δύσκολες οικονομικές συνθήκες που αντιμετωπίζει ο τόπος μας, ο Κοινωνικός Αθλητισμός και τα προγράμματα του ΚΟΑ θα συνεχίσουν να στηρίζονται σθεναρά από το Δ Σ του Οργανισμού. Θέτουμε ως στόχο τη συνεχή αναβάθμιση και παραπέρα μαζικοποίησή τους.

## ΧΑΙΡΕΤΙΣΜΟΣ ΠΡΟΪΣΤΑΜΕΝΗΣ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΟΣ ΑΘΛΗΤΙΣΜΟΣ ΓΙΑ ΟΛΟΥΣ ΕΦΗΣ ΜΟΥΖΟΥΡΟΥ - ΠΕΝΗΝΤΑΕΞ

Στον Κυπριακό Αθλητισμό δικαιούμαστε να είμαστε περήφανοι σήμερα γιατί το Πρόγραμμα ΑΓΟ έχει καταστεί ένα κίνημα που έχει αγκαλιάσει όλες τις κατηγορίες ανθρώπων.

Η φήμη της μικρής Κύπρου στον τομέα της μαζικής άθλησης έχει ξεπεράσει τα γεωγραφικά της όρια και αποτελεί παράδειγμα προς μίμηση για ασύγκριτα μεγαλύτερες χώρες ανά τον κόσμο. Η επιτυχία της αυτή αναγνωρίζεται διεθνώς και σχολιάζεται ευμενώς στα ανώτατα σώματα της Ευρωπαϊκής και της Διεθνούς Ομοσπονδίας «Αθλητισμός για Όλους».



Στο Πρόγραμμα εργοδοτούνται προσοντούχοι Γυμναστές, οι οποίοι με τις γνώσεις, την εμπειρία και την επιστημονική τους κατάρτιση καθοδηγούν και στηρίζουν τους αθλούμενους.

Καλύτεροι «πρεσβευτές» του ΑΓΟ, για τα πολλαπλά οφέλη του, είναι τα ίδια τα μέλη του, που αριθμούν σήμερα τις 18 χιλιάδες. Και βεβαίως ο αριθμός των ανθρώπων που πέρασαν από τα διάφορα προγράμματα του ΑΓΟ κατά την εικοσιπενταετία που ξεπέρασε τις εκατό χιλιάδες.

Επιστήμονες στον τομέα της υγείας σε όλο τον κόσμο αποδίδουν την τεράστια αύξηση στην συχνότητα εμφάνισης ασθενειών στον καθιστικό τρόπο ζωής την έλλειψη τακτικής άσκησης, καθώς επίσης και στην κακή διατροφή.

Τα οφέλη λοιπόν από την άσκηση είναι ευδιάκριτα τόσο σε ατομικό όσο και ομαδικό επίπεδο.

Με την συμπαράσταση της Πολιτείας τα προγράμματα ΑΓΟ θα συνεχίσουν να προσφέρουν το σωστό υπόβαθρο για υγιείς πολίτες σε μια ευημερούσα κοινωνία.

Αθλητισμός για Όλους: είναι πάντοτε επίκαιρος. Είναι η απάντηση στα πολλά προβλήματα που αντιμετωπίζει η σημερινή μας κοινωνία. Το στοίχημα αυτό δεν πρέπει σε καμία περίπτωση να το χάσουμε. Είναι ένας μόνιμος στόχος που είμαστε υποχρεωμένοι αλλά και ταγμένοι να επιτύχουμε.

Από τον παππού στον... εγγονό και από την γιαγιά... στην εγγονή και αντιστρόφως.

## Καλωσορίσατε στο Πρόγραμμα ΑΓΟ

Η Πολιτεία και ο Κυπριακός Οργανισμός Αθλητισμού ξεκίνησαν το Πρόγραμμα «Αθλητισμός Για Όλους» με σκοπό να προσφέρουν σε όλους τους πολίτες, ανεξαρτήτως φύλου, εθνικότητας, ηλικίας, φυσικής κατάστασης, μόρφωσης, κοινωνικής τάξης και οικονομικής κατάστασης την δυνατότητα να ασχοληθούν με τον αθλητισμό.

Το Πρόγραμμα «Αθλητισμός Για Όλους» προσφέρει ευκαιρίες άθλησης με στόχο την διατήρηση της φυσικής κατάστασης και της ψυχικής υγείας καθώς και την συμμετοχή των μελών του σε κοινωνικές δραστηριότητες.

Στο Πρόγραμμα ΑΓΟ λειτουργούν τα Προγράμματα Γενικής Άθλησης, Εξειδικευμένα Προγράμματα, Αθλητισμός Γυναίκα - Άνδρας, Προγράμματα Τρίτης Ηλικίας καθώς και Προγράμματα για άτομα με Ειδικές Ικανότητες.

### ΓΕΝΙΚΗ ΑΘΛΗΣΗ :

Στο Πρόγραμμα Γενικής Άθλησης διδάσκονται τα πιο κάτω αθλήματα και διεξάγεται στον αθλητικό χώρο του σχολείου σας.

- Ποδόσφαιρο (Football)
- Καλαθόσφαιρα (Basketball)
- Χειροσφαίριση (Handball)
- Πετόσφαιρα (Volleyball)
- Αγωνίσματα Στίβου

Στόχος του προγράμματος είναι η προ-αθλητική προετοιμασία και η βασική εκπαίδευση στην τεχνική και τακτική όλων των πιο πάνω αθλημάτων, η παροχή κινήτρων για περαιτέρω ενασχόληση με τον αθλητισμό και η διαρκής βελτίωση της φυσικής κατάστασης και υγείας των παιδιών.

Αναλυτικό πίνακα με τις μέρες και ώρες που διεξάγονται τα προγράμματα Γενικής Άθλησης ανά σχολείο θα βρείτε στις επόμενες σελίδες.

## ΣΥΝΕΡΓΑΣΙΑ ΑΓΟ ΚΑΙ ΤΟΠΙΚΗΣ ΑΥΤΟΔΙΟΙΚΗΣΗΣ

ΟΛΟΙ ΟΙ ΚΑΤΟΙΚΟΙ ΤΩΝ ΔΗΜΩΝ ΛΑΤΣΙΩΝ, ΙΔΑΛΙΟΥ, ΚΑΙ ΕΓΚΩΜΗΣ ΚΑΘΩΣ ΚΑΙ ΤΩΝ ΚΟΙΝΟΤΗΤΩΝ ΜΑΘΙΑΤΗ, ΑΛΑΜΠΡΑΣ, ΑΓ. ΕΠΙΦΑΝΕΙΟΣ ΑΓ. ΙΩΑΝΝΗ ΜΑΛΟΥΝΤΑΣ ΚΑΙ ΟΡΟΥΝΤΑΣ ΜΠΟΡΟΥΝ ΝΑ ΣΥΜΜΕΤΕΧΟΥΝ ΕΝΤΕΛΩΣ ΔΩΡΕΑΝ ΣΤΑ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΑ ΑΓΟ, ΠΟΥ ΠΡΟΣΦΕΡΟΝΤΑΙ, ΚΑΘΟΤΙ ΟΙ ΔΗΜΟΙ ΚΑΙ ΟΙ ΚΟΙΝΟΤΗΤΕΣ ΕΠΙΧΟΡΗΓΟΥΝ ΕΞ' ΟΛΟΚΛΗΡΟΥ ΤΟ ΔΙΚΑΙΩΜΑ ΣΥΜΜΕΤΟΧΗΣ.

- ✚ Οι Δήμοι ΑΓΛΑΝΤΖΙΑΣ και ΑΓΙΟΥ ΔΟΜΕΤΙΟΥ επιχορηγούν μόνο τα Προγράμματα Γενικής Άθλησης και τα Εξειδικευμένα.
- ✚ Ο Δήμος ΛΑΚΑΤΑΜΙΑΣ επιχορηγεί μόνο τα Προγράμματα Γενικής Άθλησης και Αθλητισμός και Γυναίκα.
- ✚ Ο Δήμος ΓΕΡΙΟΥ επιχορηγεί μόνο τα Προγράμματα Γενικής Άθλησης, Εξειδικευμένα και Αθλητισμός για Ενήλικες που γίνονται μόνο στον δήμο του.
- ✚ Ο Δήμος ΤΣΕΡΙΟΥ επιχορηγεί μόνο τα Προγράμματα Γενικής Άθλησης.
- ✚ Η Κοινότητα ΑΚΑΚΙΟΥ επιχορηγεί μόνο τα Εξειδικευμένα Προγράμματα και το Πρόγραμμα Γενικής Άθλησης.

Για περισσότερες διευκρινίσεις, πριν προσέλθετε στους χώρους άθλησης, επικοινωνήστε μαζί μας.

### Ημερομηνία Έναρξης Μαθημάτων 9 Ιανουαρίου 2012

- Τα Προγράμματα Κολύμβησης δεν επιχορηγούνται από τους Δήμους και τις Κοινότητες.
- Επιταγές δεν γίνονται δεχτές.
- Οι Δημότες των πιο πάνω Δήμων και Κοινοτήτων θα πρέπει να προσκομίζουν αποδεικτικό στοιχείο κατά την εγγραφή τους.
- ΔΩΡΕΑΝ εγγραφές θα γίνονται μέχρι τις 29 Φεβρουαρίου 2012.
- Όλα τα μέλη δικαιούνται να κάνουν δωρεάν εγγραφή σε ένα μόνο Πρόγραμμα αν επιλέξουν και άλλα θα πρέπει να καταβάλουν το ανάλογο ποσό.

## ΓΕΝΙΚΗ ΑΘΛΗΣΗ

ΑΓ. ΒΑΣΙΛΕΙΟΥ	Δευτέρα & Πέμπτη	2:00 - 3:00 μμ	Αντωνίου Δαμιανός	99330318
ΛΑΤΣΙΑ Α΄	Δευτέρα & Πέμπτη	1:05- 2:00 μμ	Ανδρέου Ευγενία	96748377
ΠΕΡΝΕΡΑ	Δευτέρα & Πέμπτη	1:15 - 2:15 μμ	Μιλτιάδους Πέτρος	99346919
ΛΑΤΣΙΑ Δ΄	Δευτέρα & Πέμπτη	1:30 - 2:30 μμ	Μαραγκός Κυριάκος	99588551
Π.Λ. ΓΕΡΙΟΥ	Δευτέρα & Πέμπτη	3:00- 5:00 μμ	Μαραγκός Κυριάκος	99588551
Π.Λ. Β΄ ΛΑΚΑΤΑΜΙΑΣ	Δευτέρα & Πέμπτη	4:05 - 5:00 μμ	Χαραλαμπίδης Μιχάλης	99369979
ΧΡΥΣΕΛΕΟΥΣΑΣ	Δευτέρα & Πέμπτη	1:15 - 2:15 μμ	Παρασκευά Ανδρέας	99599327
ΑΓ. ΝΕΟΦΥΤΟΥ	Δευτέρα & Πέμπτη	3:00- 4:00 μμ	Παρασκευά Ανδρέας	99599327
Π. Λ. ΛΑΚΑΤΑΜΙΑ Α΄	Δευτέρα & Πέμπτη	4:15- 5:15 μμ	Παρασκευά Ανδρέας	99599327
ΑΓ. ΤΡΙΜΙΘΙΑΣ	Δευτέρα & Πέμπτη	2:30- 3:30μμ	Αριστείδου Ανδρέας	99872998
ΠΑΛΙΟΜΕΤΟΧΟ Α΄	Δευτέρα & Πέμπτη	3:40- 4:40μμ	Αριστείδου Ανδρέας	99872998
Π. Λ. Γ΄ ΙΔΑΛΙΟΥ	Δευτέρα & Πέμπτη	3:30- 4:30 μμ	Φαούτα Αφροδίτη	99317613
ΠΕΡΙΣΤΕΡΩΝΑ	Τρίτη & Παρασκευή	1:10- 2:10 μμ	Ναύτη Λουκία	99886672
Π. Λ. ΤΕΜΒΡΙΑΣ	Τρίτη & Παρασκευή	3:00- 4:00 μμ	Ναύτη Λουκία	99886672
ΑΓ. ΜΑΡΙΝΑΣ	Τρίτη & Παρασκευή	1:10 - 2:10 μμ	Ανδρέου Μάριος	99513619
Π. Λ. ΑΓ. ΔΟΜΕΤΙΟΥ	Τρίτη & Παρασκευή	3:15- 4:15 μμ	Αριστείδου Ανδρέας	99872998
ΑΓ. ΙΩΑΝΝΗ ΧΡΥΣΟΣΤΟΜΟΥ	Τρίτη & Παρασκευή	2:15- 3:15 μμ	Παρασκευά Αντρέας	99599327
Π. Λ. ΑΓ. ΝΕΟΦΥΤΟΥ	Τρίτη & Παρασκευή	3:30 - 4:30 μμ	Παρασκευά Αντρέας	99599327
ΑΓ. ΟΜΟΛΟΓΗΤΕΣ	Τρίτη & Παρασκευή	1:05 - 2:30 μμ	Μιλτιάδους Πέτρος	99346919
ΑΠ. ΒΑΡΝΑΒΑΣ	Τρίτη & Παρασκευή	1:15 - 2:15 μμ	Χρυσάνθου Άντρη	99788255
ΛΑΤΣΙΑ Β΄	Τρίτη & Παρασκευή	2:20- 3:20 μμ	Ανδρέου Ευγενία	96748377
ΕΓΚΩΜΗ Β΄	Τρίτη & Παρασκευή	2:00 - 3:00 μμ	Ηρακλέους Χρίστος	99476414
ΛΥΚΑΒΗΤΟΣ	Τρίτη & Παρασκευή	1:05 - 2:00 μμ	Αντωνιάδου Αναστασία	99517974
ΚΟΡΝΕΣΙΟ	Τρίτη & Παρασκευή	2:15 - 3:15 μμ	Αντωνιάδου Αναστασία	99517974
Α΄ ΙΔΑΛΙΟΥ	Τρίτη & Παρασκευή	3:00- 4:00 μμ	Φαούτα Αφροδίτη	99317613
Α΄ ΑΓ. ΔΟΜΕΤΙΟΥ	Τρίτη & Παρασκευή	1:10- 2:10 μμ	Καραγκούνης Δημήτρης	99515563
ΟΡΟΥΝΤΑ	Τετάρτη & Σάββατο	1:05 - 2:00μμ 10:45- 11:45 πμ	Ναύτη Λουκία	99886672
ΑΣΤΡΟΜΕΡΙΤΗΣ	Τετάρτη & Σάββατο	3:30 - 4:30 μμ 12:00 - 1:00 μμ	Ναύτη Λουκία	99886672

ΤΣΕΡΙ Α΄	Τετάρτη & Σάββατο	1:05 - 2:00 μμ 9:00 - 10:00πμ	Αντωνίου Δαμιανός	99330318
ΤΣΕΡΙ Β΄	Τετάρτη & Σάββατο	3:00 - 4:00μμ 11:00-12:00μ	Αντωνίου Δαμιανός	99330318
ΠΑΛΛΟΥΡΙΩΤΙΣΣΑ Γ΄	Τετάρτη & Σάββατο	1:15 - 2:15μμ 8:45 - 9:45πμ	Γερούδης Αλέξης	99598632
ΓΕΡΙ Β΄	Τετάρτη & Σάββατο	1:05 - 2:05μμ 8:50- 9:50πμ	Σάββα Τίτα	99725276
ΔΑΛΙ Β΄	Τετάρτη & Σάββατο	1:15 - 2:15μμ 9:00- 10:00πμ	Φαούτα Αφροδίτη	99317613
ΑΛΑΜΠΡΑ	Τετάρτη & Σάββατο	2:30 - 3:30 μμ 10:15- 11:15πμ	Φαούτα Αφροδίτη	99317613
ΚΑΪΜΑΚΛΙ Γ΄	Τετάρτη & Σάββατο	1:15 - 2:15 μμ 9:00 - 10:00 πμ	Ντανζιάνη Τζοάννα	99654534
ΑΓ. ΙΩΑΝΝΗΣ ΜΑΛΟΥΝΤΑΣ	Τετάρτη & Σάββατο	3:30- 4:30 μμ 11:20 - 12:20 πμ	Μιχαήλ Λαύρα	99875690
ΑΓ. ΕΠΙΦΑΝΕΙΟΣ	Τετάρτη & Σάββατο	1:05- 2:00μμ 9:45 - 10:45πμ	Μαραγκός Κυριάκος	99588551
ΔΕΥΤΕΡΑ	Τετάρτη & Σάββατο	1:15 - 2:15μμ 8:30 - 9:30πμ	Μιλτιάδους Πέτρος	99346919
ΑΝΘΟΥΠΟΛΗΣ	Τετάρτη & Σάββατο	1:05 - 2:00μμ 8:30- 9:30πμ	Χρυσάνθου Άντρη	99788255
ΠΕΡΑ ΟΡΕΙΝΗΣ	Τετάρτη & Σάββατο	3:15- 4:15μμ 10:45 - 11:45πμ	Χρυσάνθου Άντρη	99788255
ΑΚΑΚΙ	Τετάρτη & Σάββατο	3:00- 4:00 μμ 11:00- 12:00μ	Ηρακλέους Χρίστος	99476414

## ΕΞΕΙΔΙΚΕΥΜΕΝΑ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΑ

Λειτουργούν τα αθλήματα εκείνα που δεν μπορούν να εφαρμοστούν στο πρόγραμμα «Γενικής Άθλησης» και διεξάγονται σε ειδικά διαμορφωμένους αθλητικούς χώρους. Δίνεται η ευκαιρία στα παιδιά να ασχοληθούν επισταμένα με το άθλημα της αρεσκείας τους και να λάβουν μέρος σε αγώνες και επιδείξεις που πραγματοποιούνται από το Πρόγραμμα, καθώς και σε διάφορες φιλανθρωπικές εκδηλώσεις που λαμβάνει μέρος το ΑΓΟ.

Αναλυτικά λειτουργούν τα ακόλουθα προγράμματα:

Ρυθμική Γυμναστική, Κολύμπι - Karate

Χορός , Αντισφαίριση - Taekwon-do - Judo - Πινγκ-Πονγκ  
Badminton - Ποδόσφαιρο - Ενόργανη Γυμναστική

## ΕΠΙΤΡΑΠΕΖΙΑ ΑΝΤΙΣΦΑΙΡΙΣΗ ΠΙΝΓΚ- ΠΟΝΓΚ

Η επιτραπέζια αντισφαίριση σαν άθλημα χαρακτηρίζεται ατομικό. Στα επιμέρους αγωνίσματα της περιλαμβάνονται τα ατομικά, τα διπλά, το μικτό και τα ομαδικά αγωνίσματα.

ΕΞΕΙΔΙΚΕΥΜΕΝΟ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΠΙΝΓΚ - ΠΟΝΓΚ				
Α΄ Δημ. Σχολείο Τσερίου	Τετάρτη & Σάββατο	2:00- 3:00μμ 10:00- 11:00πμ	Αντωνίου Δαμιανός	99330318
Δ΄ Δημ. Σχολείο Λατσιών	Δευτέρα & Πέμπτη	4:15- 5:15μμ	Ανδρέου Ευγενία	96748377
Περιφερειακό Δημ. Σχο. Ταμασού	Τετάρτη & Σάββατο	4:15- 5:15μμ 11:45- 12:45μμ	Χρυσάνθου Άντρη	99788255

## ΧΟΡΟΣ

**ΧΟΡΟΣ** είναι η έκφραση της ψυχικής κατάστασης του ατόμου μέσω ρυθμικών κινήσεων. Με άλλα λόγια ο χορός είναι η ομιλία της ψυχής, το αποτέλεσμα αρμονικής συνεργασίας σωματικών κινήσεων, ψυχικού κόσμου και ρυθμικών συνδυασμών. Το εξειδικευμένο πρόγραμμα του χορού απευθύνεται σε αγόρια και κορίτσια ηλικίας 6- 14 χρόνων.

Στο πρόγραμμα διδάσκονται **Ελληνικοί Παραδοσιακοί, Λαϊκοί, Κυπριακοί, Μοντέρνοι, Hip hop και Latin χοροί.**

ΕΞΕΙΔΙΚΕΥΜΕΝΟ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΧΟΡΟΥ				
Δημ. Σχ. Αγ. Στυλιανού	Δευτέρα & Πέμπτη	1:15 - 2:15 μμ	Σωτηρίου Μαρίνα	99802795
Δημ. Σχ. Αγ. Νεοφύτου	Τρίτη & Παρασκευή	2:30 - 3:30 μμ	Σωτηρίου Μαρίνα	99802795
Δημ. Σχ. Αγ. Παντελεήμονα	Τετάρτη & Σάββατο	3:30- 4:30 μμ 11:15- 12:15 μμ	Σιάλου Άντρη	99460830
Δημ. Σχ. Λατσία Α΄	Δευτέρα & Πέμπτη	1:05 - 2:00μμ	Ερωτοκρίτου Ελίζα	99997431
Δημ. Σχ. Λατσία Δ΄	Δευτέρα & Πέμπτη	2:15 - 3:15μμ	Ερωτοκρίτου Ελίζα	99997431
Α΄ Δημ. Σχολείο Μακεδονίτισσας	Δευτέρα & Πέμπτη	1:05 - 2:00μμ	Μιχαήλ Λαύρα	99875690
Δημ. Σχολείο Ανάγυιας	Τρίτη & Παρασκευή	1:10 -2:10 μμ	Μιχαήλ Λαύρα	99875690
Δημ. Σχ. ΣΤ΄ Αγλαντζιάς	Τρίτη & Παρασκευή	1:05- 2:00 μμ	Ερωτοκρίτου Ελίζα	99997431
Δημ. Σχ. Νήσου Β΄	Τετάρτη & Σάββατο	1:05- 2:00 μμ 9:00- 10:00 πμ	Ερωτοκρίτου Ελίζα	99997431

Δημ. Σχ. Α΄ Κοκκινοτριμιθιάς	Τετάρτη & Σάββατο	1:10- 2:10 μμ 9:00- 10:00 πμ	Μιχαήλ Λαύρα	99875690
Δημ. Σχ. Αγ. Ιωάννης Μαλούντας	Τετάρτη & Σάββατο	2:30- 3:30 μμ 10:20 -11:20 πμ	Μιχαήλ Λαύρα	99875690

## ΕΝΟΡΓΑΝΗ ΓΥΜΝΑΣΤΙΚΗ

Η ενόργανη Γυμναστική είναι ένα ατομικό άθλημα τόσο για άντρες όσο και για γυναίκες. Η ενόργανη γυμναστική είναι ένα δημοφιλή και συναρπαστικό άθλημα . Στην ενόργανη γυμναστική άνδρες και γυναίκες αγωνίζονται χωριστά, οι άντρες σε 6 αγωνίσματα (όργανα ) και οι γυναίκες σε 4. Τα αγωνίσματα για άνδρες είναι Έδαφος, Πλάγιος ίππος Δίζυγο, Μονόζυγο, Κρίκοι και Άλμα για γυναίκες τα αγωνίσματα είναι Άλμα, Ασύμμετροι Ζυγοί, Δοκός Ισοροπίας και έδαφος.

ΕΞΕΙΔΙΚΕΥΜΕΝΟ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΕΝΟΡΓΑΝΗΣ ΓΥΜΝΑΣΤΙΚΗΣ				
Πολυπροπονητήριο Ευάγγελος Φλωράκης	Δευτέρα & Πέμπτη	2:00 -3:00μμ 3:00 - 4:00μμ	Χαραλαμπίδης Μιχάλης	99369979
Δημ. Σχ. ΣΤ΄ Αγλαντζιάς	Τετάρτη & Σάββατο	1:05 -2:00μμ 9:00 - 10:00πμ 2:00 - 3:00μμ 10:00- 11:00πμ	Χαραλαμπίδης Μιχάλης	99369979

## ΡΥΘΜΙΚΗ ΓΥΜΝΑΣΤΙΚΗ

Ρυθμική γυμναστική είναι ένα αθλημα αποκλειστικά γυναικείο και εκτελείται τόσο ατομικά όσο και ομαδικά. Στο πρόγραμμα τα παιδιά θα διδαχθούν την τεχνική όλων των οργάνων της **Ρυθμικής Γυμναστικής (ΣΤΕΦΑΝΙ, ΚΟΡΔΕΛΑ, ΜΠΑΛΑ, ΚΟΡΥΝΕΣ και ΣΧΟΙΝΑΚΙ)**, καθώς και τους βασικούς κανονισμούς διεξαγωγής αγώνων.

ΕΞΕΙΔΙΚΕΥΜΕΝΟ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΡΥΘΜΙΚΗΣ				
Π.Λ Αγ. Δομετίου	Δευτέρα & Πέμπτη	2:00- 3:00 μμ	Λάμπρου Αγάθη	99475400
Δημ. Σχ. Β' Αγ. Δομετίου	Δευτέρα & Πέμπτη	3:00 - 4:00 μμ	Λάμπρου Αγάθη	99475400
Δημ. Σχ. Λατσιά Δ'	Δευτέρα & Πέμπτη	3:15 - 4:15 μμ	Ερωτοκρίτου Ελίζα	99997431
Δημ. Σχ. Αγ. Παρασκευής και Αγ. Νικολάου	Δευτέρα & Πέμπτη	2:30- 3:30 μμ	Σωτηρίου Μαρίνα	99802795
Δημ. Σχ. ΣΤ' Αγλαντζιάς	Τρίτη & Παρασκευή	2:00- 3:00 μμ	Ερωτοκρίτου Ελίζα	99997431
Δημ. Σχ. Κωνσταντινουπόλεως	Τρίτη & Παρασκευή	1:15 - 2:15 μμ	Λάμπρου Αγάθη	99475400
Δημ. Σχ. Αγ. Βασιλείου	Τρίτη & Παρασκευή	2:30- 3:30 μμ	Λάμπρου Αγάθη	99475400
Δημ. Σχ. Μακεδονίτισσα Γ'	Τρίτη & Παρασκευή	1:15- 2:15 μμ	Σωτηρίου Μαρίνα	99802795
Δημ. Σχ. Περνέρα	Τρίτη & Παρασκευή	4:00- 5:00 μμ	Σωτηρίου Μαρίνα	99802795
Δημ. Σχ. Αγ. Γεωργίου	Τετάρτη & Σάββατο	1:15 - 2:15 μμ 9:00 - 10:00 πμ	Σιάλου Άντρη	99460830
Δημ. Σχ. Αγ. Παντελεήμονα	Τετάρτη & Σάββατο	2:30 - 3:30 μμ 10:15- 11:15 πμ	Σιάλου Άντρη	99460830
Δημ. Σχ. Β' Κοκκινότριμιθιάς	Τετάρτη & Σάββατο	1:15- 2:15 μμ 9:00- 10:00 πμ	Σωτηρίου Μαρίνα	99802795
Δημ. Σχ. Αρχαγγέλου	Τετάρτη & Σάββατο	2:00 - 3:00 μμ 9:00- 10:00 πμ 3:00- 4:00 μμ 10:00- 11:00 πμ	Λάμπρου Αγάθη	99475400
Δημ. Σχ. Δάλι Β'	Τετάρτη & Σάββατο	2:15-3:15μμ 10:15-11:15πμ	Ερωτοκρίτου Ελίζα	99997431

## ΚΑΡΑΤΕ

Το πρόγραμμα του **ΚΑΡΑΤΕ** απευθύνεται σε αγόρια και κορίτσια 6 - 14 χρόνων. Το **ΚΑΡΑΤΕ** είναι Ιαπωνική πολεμική τέχνη αλλά και ταυτόχρονα ένα συναρπαστικό άθλημα.

Η ονομασία προέρχεται από τις λέξεις **ΚΑΡΑ**-(άδειος) **Τε**-(χέρι). Η εκπαίδευση στο **ΚΑΡΑΤΕ** οδηγεί στην βελτίωση του αυτοέλεγχου και της πειθαρχίας, βελτιώνει την φυσική κατάσταση και υγεία, καθώς και την αυτοπεποίθηση, την ανοχή και την ηρεμία.

ΕΞΕΙΔΙΚΕΥΜΕΝΟ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΚΑΡΑΤΕ				
Δημ. Σχ. Δάλι Β´	Δευτέρα & Πέμπτη	4:00 - 5:00μμ 5:00- 6:00μμ	Ανδρέου Χρυστάλλα	99373011
Δημ. Σχ. Τσέρι Α´	Δευτέρα & Πέμπτη	2:15 - 3:15μμ	Ανδρέου Χρυστάλλα	99373011
Δημ. Σχ. Δασούπολης	Τρίτη & Παρασκευή	1:05 - 2:00μμ	Ανδρέου Χρυστάλλα	99373011
Δημ. Σχ. Λατσιά Α´	Τρίτη & Παρασκευή	2:30- 3:30μμ	Ανδρέου Χρυστάλλα	99373011
Δημ. Σχ. Λατσιά Γ´	Τετάρτη & Σάββατο	1:45- 2:45μμ / 9:00-10:00πμ 2:45 - 3:45μμ / 10:00- 11:00πμ	Ανδρέου Χρυστάλλα	99373011

## ΤΖΟΥΝΤΟ

Το **JUDO** είναι Ιαπωνική πολεμική τέχνη αλλά και ταυτόχρονα ένα συναρπαστικό άθλημα. Βελτιώνει την φυσική κατάσταση, την υγεία, την αυτοσυγκέντρωση, την πειθαρχία, την ανοχή και την υπομονή. Απευθύνεται σε αγόρια και κορίτσια 6 - 14 χρόνων. Στο πρόγραμμα θα διδαχθεί η τεχνική και τακτική του **JUDO**, καθώς οι βασικοί κανονισμοί αγώνων.

ΕΞΕΙΔΙΚΕΥΜΕΝΟ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ JUDO				
Δημ. Σχ. Λυκαβητός	Δευτέρα & Πέμπτη	2:00 μμ - 3:00μμ	Ανδρέου Μάριος	99513619
Β´ Δημ Σχ. Αγ. Δομετίου	Τρίτη & Παρασκευή	2:30- 3:30 μμ	Ανδρέου Μάριος	99513619
Κλειστή Αίθουσα Ελευθερία	Τετάρτη & Σάββατο	3:30- 4:30 μμ 10:00 - 11:00 πμ	Ανδρέου Μάριος	99513619

## ΜΠΑΤΜΙΝΤΟΝ

ΜΠΑΤΜΙΝΤΟΝ είναι ένα άθλημα, που παίζεται σε κλειστό χώρο, σε γήπεδο 13 Χ 17 Μ περίπου, το χωρίζει δίκτυ ύψους 1,55 Μ. Χρησιμοποιείται ρακέτα και φτερό. Για να κερδηθεί μια αναμέτρηση πρέπει ο παίκτης να πάρει δύο σετ. Σε περίπτωση ισοπαλίας 1-1 σετ παίζεται και τρίτο σετ. Κάθε σετ έχει 21 πόντους . Για να τελειώσει το σετ πρέπει η διαφορά των πόντων να είναι τουλάχιστον 2 (π.χ. 20 - 22) σε περίπτωση ισοβαθμίας 29 -29 ο 30<sup>ος</sup> πόντος είναι και ο τελευταίος.

ΕΞΕΙΔΙΚΕΥΜΕΝΟ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΜΠΑΤΜΙΝΤΟΝ				
Πολυπροπονητήριο Ευάγγελος Φλωράκης	Δευτέρα & Πέμπτη	3:15- 4:15 μμ	Αντωνίου Δαμιανός	99330318

## ΚΟΛΥΜΒΗΣΗ

Το να μπορεί ένα παιδί ή ένας έφηβος να κολυμπάει σωστά είναι μια πολύ σημαντική εμπειρία. Το να τολμήσει να πάει στα βαθιά να του επιτραπεί να πάει μόνος ή με φίλους στην θάλασσα ή στην πισίνα, είναι αναντικατάστατες εμπειρίες που πρέπει να αποκτήσει κάθε παιδί.

Το εξειδικευμένο πρόγραμμα της Κολύμβησης έχει σαν στόχο, την εξοικείωση με το νερό, και την εκμάθηση των 4<sup>ων</sup> στυλ κολύμβησης, Ελεύθερο, Ύπτιο, Πρόσθιο και Πεταλούδας.

ΕΞΕΙΔΙΚΕΥΜΕΝΟ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΚΟΛΥΜΒΗΣΗΣ				
Ολυμπιακό Κολυμβητήριο Λευκωσίας	Δευτέρα & Πέμπτη	2:15- 3:00 μμ / 3:00- 3:45 μμ 3:45-4:30μμ	Αντωνιάδου Αναστασία	99517974
Ολυμπιακό Κολυμβητήριο Λευκωσίας	Δευτέρα & Πέμπτη	2:15 - 3:00 μμ / 3:00 -3:45 μμ	Ντανζιάνη Τζοάννα	99654534
	Τρίτη & Παρασκευή	2:15-3:15μμ	Ντανζιάνη Τζοάννα	99654534
Ολυμπιακό Κολυμβητήριο Λευκωσίας	Τετάρτη & Σάββατο	2:00-2:45 μμ/ 10:00 - 10:45 πμ 2:45-3:30 μμ/ 10:45 - 11:30 πμ 3:30-4:15 μμ/ 11:30 - 12:15 μ	Αντωνιάδου Αναστασία Ντανζιάνη Τζοάννα	99517974 99654534
A.N. SPORT GYM ΔΑΛΙ	Τρίτη & Παρασκευή	4:15 - 5:00 μμ / 5:00 - 5:45 μμ	Φαούτα Αφροδίτη	99317613
A.N. SPORT GYM ΔΑΛΙ	Τετάρτη & Σάββατο	3:30- 4:15/ 11:30- 12:15μμ	Χαραλαμπίδης Μιχάλης	99369979

## ΤΑΕΚWON - DO

Το **Taekwon-do** είναι Κορεάτικη Πολεμική τέχνη και ταυτόχρονα ένα συναρπαστικό άθλημα. απευθύνετε σε άτομα άνω των έξι ετών.

Η εκπαίδευση στο **Taekwon-do** οδηγεί στην βελτίωση του αυτοέλεγχου και της πειθαρχίας. Βελτιώνει την φυσική κατάσταση, την αυτοπεποίθηση, την ανοχή και την υπομονή.

Μέσα από το πρόγραμμα θα διδαχθεί η τεχνική και τακτική του **Taekwon-do**, οι βασικοί κανονισμοί του αθλήματος αλλά και στοιχεία από την φιλοσοφία του.

ΕΞΕΙΔΙΚΕΥΜΕΝΟ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΤΑΕΚWON-DO				
Κλειστή Αίθουσα «Ελευθερία»	Τρίτη & Παρασκευή	3:00 - 4:00 μμ 4:00 - 5:00 μμ 5:00 -6:00 μμ	Σάββα Τίτα	99725276
ΣΚΑΛΙ Αγλαντζιάς	Τετάρτη & Σάββατο	2:30 - 3:30 μμ 10:15-11:15πμ	Σάββα Τίτα	99725276
ΣΤ΄ Δημ. Σχ. Αγλαντζιάς	Τετάρτη & Σάββατο	3:45 - 4:45 μμ 11:30- 12:30 μμ 4:45- 5:45μμ 12:30- 1:30μμ	Σάββα Τίτα	99725276
Δημ. Σχ. Αγ. Ιωάννη Χρυσοστόμου	Δευτέρα & Πέμπτη	2:30 - 3:30 μμ 3:30 - 4:30 μμ	Ηρακλέους Χρίστος	99476414
Δημ. Σχ. Ακακίου	Τετάρτη & Σάββατο	1:05 - 2:00 μμ 9:00 - 10:00 πμ 2:00 - 3:00 μμ 10:00 - 11:00πμ	Ηρακλέους Χρίστος	99476414
Δημ Σχ. Μακεδονίτισσα Γ΄	Δευτέρα & Τετάρτη	1:15 - 2:15 μμ	Αριστείδου Ανδρέας	99872998

## ΑΚΑΔΗΜΙΑ ΠΟΔΟΣΦΑΙΡΟΥ ΑΓΟ

Το "ΠΟΔΟΣΦΑΙΡΟ" είναι ένα πολύ δημοφιλές ομαδικό άθλημα, στα πλαίσια του οποίου τα παιδιά θα αναπτύξουν τις ικανότητες και δεξιότητες τους, θα βελτιώσουν τη φυσική τους κατάσταση και θα διδαχθούν τα βασικά στοιχεία της τεχνικής και τακτικής του αθλήματος, καθώς και τους κανονισμούς του.

Το ποδόσφαιρο είναι ένα άθλημα που ενθουσιάζει, συναρπάζει και μαγεύει πάρα πολλούς ανθρώπους.

ΕΞΕΙΔΙΚΕΥΜΕΝΟ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΠΟΔΟΣΦΑΙΡΟΥ/FUTSAL				
ΣΤ' Δημ. Σχ. Αγλαντζιάς	Δευτέρα & Πέμπτη	1:30 - 2:30 μμ	Γεωργίου Χρίστος	96716447
Δ' Δημ. Σχ. Αγλαντζιάς	Δευτέρα & Πέμπτη	3:10 - 4:10 μμ	Γεωργίου Χρίστος	96716447
Β' Δημ. Σχ. Καΐμακλίου	Τρίτη & Παρασκευή	1:15 - 2:15 μμ	Γεωργίου Χρίστος	96716447
Α' Β' Δημ. Σχ. Αγλαντζιάς	Τετάρτη & Σάββατο	1:10- 2:10 μμ 9:00- 10:00 πμ	Γεωργίου Χρίστος	96716447
Ε' Δημ. Σχ. Αγλαντζιάς (Γυμνάσιο Πλατύ)	Τετάρτη & Σάββατο	2:15- 3:15 μμ 10:10- 11:10 πμ	Γεωργίου Χρίστος	96716447
Γ' Δημ. Σχ. Αγλαντζιάς	Τετάρτη & Σάββατο	3:30- 4:30 μμ 11:20- 12:20 μμ	Γεωργίου Χρίστος	96716447
Βοηθητικά Γήπεδα Μακαρείου	Τρίτη & Παρασκευή	2:00- 3:00 μμ 3:00- 4:00 μμ	Χαραλαμπίδης Μιχάλης	99369979
ΑΘΛ. Κ. Δήμου Λευκωσίας (κολυμβητήριο)	Δευτέρα & Πέμπτη	3:15- 4:15μμ	Καραγκούνης Δημήτρης	99515563
ΑΘΛ. Κ. Δήμου Λευκωσίας (κολυμβητήριο )	Τετάρτη & Σάββατο	1:45- 2:45 μμ 9:00-10:00πμ 2:45 -3:45 μμ 10:00-11:00πμ 3:45- 4:45 μμ 11:00-12:00μ	Καραγκούνης Δημήτρης	99515563

# Τ Ε Ν Ι Σ

Το **ΤΕΝΙΣ** είναι ένα συναρπαστικό άθλημα, προσιτό σε αγόρια και κορίτσια ηλικίας 6 - 14 χρόνων. Τα παιδιά που λαμβάνουν μέρος στο πρόγραμμα του Τένις θα διδαχθούν την τεχνική των διαφόρων κυπημάτων θα αναπτύξουν τις ικανότητες και δεξιότητες τους καθώς επίσης και την βελτίωση της φυσικής τους κατάστασης.

## ΕΞΕΙΔΙΚΕΥΜΕΝΟ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΤΕΝΙΣ

Πολυπροπονητήριο	Δευτέρα & Πέμπτη	3:00 - 4:00 μμ (αρχάριοι) 4:00 - 5:00 μμ / 5:00-6:00μμ	Ελευθερίου Ανδρέας	99347321
Δημ. Σχ. Ακρόπολης	Δευτέρα & Πέμπτη	1:05 - 2:00 μμ	Χρυσάνθου Άντρη	99788255
Δημ. Σχ. Χρυσελευσάς	Δευτέρα & Πέμπτη	2:15 - 3:15 μμ		
Αθλ. Κέντ. Δήμου Στροβόλου	Δευτέρα & Πέμπτη	2:00 - 3:00 μμ / 3:00-4:00μμ	Γερούδης Αλέξης	99598632
Δημ. Σχ. Λατσιά Γ΄	Δευτέρα & Πέμπτη	2:05 - 3:00 μμ	Ανδρέου Ευγενία	96748377
Δημ. Σχ. Λατσιά Δ΄	Δευτέρα & Πέμπτη	3:15 - 4:15 μμ		
Αθλ. Κέντ. Δήμου Λευκωσίας (Κολυμβητήριο)	Δευτέρα & Πέμπτη	2:15 - 3:15 μμ (αρχάριοι -Μικροί)	Καραγκούνης Δημήτρης	99515563
Αθλ. Κέντ. Δήμου Λευκωσίας (Κολυμβητήριο)	Δευτέρα & Πέμπτη	4:15 - 5:15 μμ	Γερούδης Αλέξης	99598632
Γυμνάσιο Γερίου	Δευτέρα & Πέμπτη	5:00 - 6:00 μμ	Μαραγκός Κυριάκος	99588551
Αθλητικό Κέντρο Δήμου Στροβόλου	Τρίτη &Παρασκευή	2:00 - 3:00 μμ/3:00-4:00μμ	Ελευθερίου Ανδρέας	99347321
Αθλ. Κέντ. Δήμου Λευκωσίας (Κολυμβητήριο)	Τρίτη &Παρασκευή	2:30- 3:30 μμ 3:30 - 4:30μμ (προχωρημένοι)	Καραγκούνης Δημήτρης	99515563
Δημ. Σχ. Δ΄ Αγλαντζιάς	Τρίτη &Παρασκευή	2:15 - 3:15 μμ	Μαραγκός Κυριάκος	99588551
Δημ. Σχ. Α+ Β Αγλαντζιάς	Τρίτη &Παρασκευή	2:00 - 3:00 μμ	Γερούδης Αλέξης	99598632
Δημ. Σχ. Δάλι Α΄	Τρίτη &Παρασκευή	1:05-2:00μμ	Ανδρέου Ευγενία	96748377
Π. Λ. Γ΄ Ιδαλίου	Τρίτη &Παρασκευή	3:30 - 4:30 μμ	Ανδρέου Ευγενία	96748377
Δημ Σχ. Απ. Λουκά	Τρίτη &Παρασκευή	3:30-4:30 μμ	Χρυσάνθου Άντρη	99788255
Δημ. Σχ. Ακακίου	Τετάρτη &Σάββατο	2:00-5:00μμ / 9:00 - 12:00μ	Ελευθερίου Ανδρέας	99347321
Γραμμικό Πάρκο Καίμακλιού	Τετάρτη& Σάββατο	2:45 - 3:45μμ /10:00-11:00 πμ 3:45 - 4:45μμ /11:00- 12:00 μ	Γερούδης Αλέξης	99598632
Δημ. Σχ. Ανθούπολης	Τετάρτη & Σάββατο	2:00-3:00 μμ /9:30-10:30 πμ	Χρυσάνθου Άντρη	99788255
Δημ. Σχ. Αγ. Επιφάνειος	Τετάρτη & Σάββατο	2:00-3:00μμ /10:45 - 11:45 πμ	Μαραγκός Κυριάκος	99588551
Περιφερειακό Γυμν. Κλήρου	Τετάρτη & Σάββατο	3:15-4:15μμ / 8:30 - 9:30πμ		
Δημ. Σχ. Δάλι Γ΄	Τετάρτη & Σάββατο	1:15- 2:15 μμ/ 8:30 -9:30 πμ	Ανδρέου Ευγενία	96748377
Λύκειο Ιδαλίου	Τετάρτη & Σάββατο	2:30- 4:30 μμ	Ανδρέου Ευγενία	96748377
Δημ. Σχ. Μαθιάτη	Τετάρτη & Σάββατο	10:00 πμ - 12:00 μ	Ανδρέου Ευγενία	96748377

## ΒΟΛΕΪ

Οι διαστάσεις του γηπέδου του βόλεϊ είναι 18Χ9 μέτρα. Η κεντρική γραμμή χωρίζει το γήπεδο σε δύο ίσα μέρη, επομένως η κάθε ομάδα πρέπει να κινηθεί μέσα σε 9Χ9 μέτρα. Στα 3 μέτρα απόσταση από την κεντρική γραμμή υπάρχει η επιθετική γραμμή που ορίζει την επιθετική ζώνη.

Υπάρχουν όμως κάποιες μορφές παιχνιδιού όπως το μίνι βόλεϊ που παίζεται σε μικρότερο γήπεδο (12Χ4,50μ), με λιγότερους παίκτες (3Χ3) με μικρότερη και ελαφρύτερη μπάλα. Επίσης υπάρχει το βόλεϊ παραλίας, Μπιτς βόλεϊ (2Χ2 παίκτες), που θεωρείται τελείως ξεχωριστό άθλημα, όπως και το βόλεϊ στο γρασίδι ή στο νερό που είναι παραλλαγές του βόλεϊ.

Βόλεϊ μπορεί να παιχτεί στην αυλή του σχολείου ή του σπιτιού μας ή στη γειτονιά, πάνω από ένα σχοινί, με μια ελαφριά πλαστική μπάλα. Ακόμη μπορεί να παιχτεί με δύο παιδιά μόνο που αλλάζουν πάσες μεταξύ τους.

### ΕΞΕΙΔΙΚΕΥΜΕΝΟ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΒΟΛΕΪ

Γυμνάσιο Αγλαντζιάς	Δευτέρα & Τετάρτη	6:30-7:30μμ	Γεωργίου Χρίστος	96716447
---------------------	-------------------	-------------	------------------	----------

## ΑΘΛΗΤΙΣΜΟΣ ΣΤΗΝ ΠΡΟΔΗΜΟΤΙΚΗ ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗ

Τα τελευταία χρόνια έχουν ενταχθεί στο Πρόγραμμα **ΑΓΟ** και παιδιά της προσχολικής ηλικίας.

Στόχος του προγράμματος είναι η δραστηριοποίηση των παιδιών στη κίνηση και στη ψυχοπνευματική καλλιέργεια τους μέσα από το παιχνίδι. Τα παιδιά έχουν την ευκαιρία μέσα από τα παιχνίδια και τις ασκήσεις να αναπτύξουν την ομαδικότητα, και την συνεργασία.

### ΑΘΛΗΤΙΣΜΟΣ ΣΤΗΝ ΠΡΟΔΗΜΟΤΙΚΗ ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗ

ΝΗΠ. ΠΕΛΑΡΓΟΣ	ΝΗΠ. ΠΑΙΔ. ΟΡΙΖΟΝΤΑΣ	ΝΗΠ. ΦΩΤΕΙΝΗ ΗΛΙΑΧΤΙΔΑ	ΝΗΠ. FELICITA	ΝΗΠ. ΠΕΡΙΣΤΕΡΑΚΙΑ
ΝΗΠ. ΠΡΑΣΙΝΟ ΦΕΓΓΑΡΙ	ΝΗΠ . FUNNY KIDS	ΝΗΠ. ΧΙΟΝΑΤΗ	ΝΗΠ. JOY LAND	ΝΗΠ. PETIT BEBE
KINDER CLUB	Κ.Π. ΣΤΑΘΜΟΣ ΠΑΛΛΟΥ/ΤΙΣΣΑΣ	ΠΟΥ ΠΟΥ Η ΑΛΕΠΟΥ	TENDY RAXBIN	ΝΗΠ. ΜΠΟΥΜΠΟΥΚΙ
ΝΗΠ.MARCELINO	ΝΗΠ. SILVEER SMILE	ΝΗΠ. ΑΛΑΝΤΙΝ	ΝΗΠ. ΠΡΑΣΙΝΟ ΕΛΕΦΑΝΤΑΚΙ	Κ.Κ.Ε. ΛΑΤΣΙΩΝ

## ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΑ ΕΝΗΛΙΚΩΝ

Ο αθλητισμός δεν είναι προνόμιο των λίγων, που επιδιώκουν ψηλές αθλητικές επιδόσεις και διακρίσεις, αλλά προνόμιο και δικαίωμα όλων. Αυτό οφείλεται στο γεγονός ότι ο άνθρωπος έχει συνειδητοποιήσει, ότι ο αθλητισμός είναι ένα μέσο ψυχαγωγίας που συγχρόνως θωρακίζει την υγεία και του δίνει τη δυνατότητα να αναπτύξει την προσωπικότητά του.

Ο **Κυπριακός Οργανισμός Αθλητισμού** στα πλαίσια του Προγράμματος **ΑΓΟ** προσφέρει προγράμματα γυμναστικής για άντρες και γυναίκες όλων των ηλικιών, προσαρμοσμένα στις δικές τους ανάγκες και ιδιαιτερότητες.

*Τα προγράμματα αυτά έχουν στόχο:*

- Τη βελτίωση της φυσικής τους κατάστασης
- Την καλύτερη σωματική τους εμφάνιση
- Τη μείωση του άγχους
- Τη βελτίωση της ευλυγισίας και της ευεξίας
- Τη βελτίωση της ψυχολογίας

## **ΑΘΛΗΤΙΣΜΟΣ ΑΝΔΡΑΣ-ΓΥΝΑΙΚΑ ΑΘΛΟΠΑΙΔΙΕΣ**

Το πρόγραμμα περιλαμβάνει Καλαθόσφαιρα, Πετόσφαιρα, Futsal .

ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΑΘΛΗΤΙΣΜΟΣ ΑΝΔΡΑΣ - ΓΥΝΑΙΚΑ				
ΚΑΛΑΘΟΣΦΑΙΡΑ ΚΥΚΚΟΣ Β΄	Τρίτη & Παρασκευή	7:00 - 8:00 μμ και 8:00- 9:00 μμ	Μαραγκός Κυριάκος	99588551
ΚΑΛΑΘΟΣΦΑΙΡΑ ΚΥΚΚΟΣ Β΄	Δευτέρα & Πέμπτη	6:00-7:00 μμ	Χρυσάνθου Άντρη	99788255
ΚΑΛΑΘΟΣΦΑΙΡΑ ΚΥΚΚΟΣ Β΄	Δευτέρα & Πέμπτη	7:00- 8:00 μμ	Γερούδης Αλέξης	99598632
ΠΕΤΟΣΦΑΙΡΑ ΓΥΜΝΑΣΙΟ ΑΓΛΑΝΤΖΙΑΣ	Δευτέρα & Τετάρτη	7:30 - 8:30 μμ	Γεωργίου Χρίστος	96716447
ΓΗΠΕΔΟ ΑΤΙ FUTSAL	Πέμπτη	7:00 - 8:30 μμ	Γεωργίου Χρίστος	96716447

## ΚΟΛΥΜΠΙ ΕΝΗΛΙΚΩΝ

Το **κολύμπι** είναι ένα άθλημα με πολλά ευεργετικά αποτελέσματα για τον ανθρώπινο οργανισμό. Το να μπορεί κάποιος να κολυμπά σωστά είναι μια πολλή σημαντική εμπειρία, που πρέπει να αποκτήσει κάθε άνθρωπος. Η κολύμβηση βελτιώνει τους μηχανισμούς θερμορύθμισης του οργανισμού κάνοντας μας πιο ανθεκτικούς σε αρρώστιες και ιούς. Η κολύμβηση είναι μια απαραίτητη δεξιότητα η οποία θα μας επιτρέψει να απολαύσουμε με ασφάλεια την θάλασσα κατά τους καλοκαιρινούς μήνες.

ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΚΟΛΥΜΒΗΣΗΣ ΕΝΗΛΙΚΩΝ				
ΟΛΥΜΠΙΑΚΟ ΚΟΛΥΜΒΗΤΗΡΙΟ ΛΕΥΚΩΣΙΑΣ	Δευτέρα & Πέμπτη	8:30 - 9:30 πμ	Αναστασία Αντωνιάδου	99517974
	Τρίτη Παρασκευή	8:30 - 9:30 πμ	Αναστασία Αντωνιάδου	99517974
	Δευτέρα & Πέμπτη	8:30 - 9:30μμ	Ντανζιάνη Τζοάνα	99654534
			Μιλτιάδους Πέτρος	99346919
	Τρίτη & Παρασκευή	8:30 - 9:30μμ	Ηρακλέους Χρίστος	99476414
			Ντανζιάνη Τζοάνα	99654534
Τετάρτη & Σάββατο	9:00 -10:00 μμ 12:30- 1:30 μμ	Μαραγκός Κυριάκος	99588551	
A.N. SPORT GYM ΔΑΛΙ	Τρίτη & Παρασκευή	5:45 - 6:45 μμ AQUA AEROBIC	Φαούτα Αφροδίτη	99317613

## ΑΘΛΗΤΙΣΜΟΣ ΚΑΙ ΓΥΝΑΙΚΑ - ΑΝΔΡΑΣ

### ΑΕΡΟΒΙΚΗ ΓΥΜΝΑΣΤΙΚΗ

α προγράμματα περιλαμβάνουν Αεροβική Γυμναστική,  
ασκήσεις με βάρακια, Pilates, Yoga, Χορό καθώς  
επίσης ασκήσεις σύσφιξης και τόνωσης του σώματος.

Στα προγράμματα μπορούν να λάβουν μέρος  
γυναίκες και άντρες ανεξαρτήτου ηλικίας  
φυσικής κατάστασης.

#### ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΑΘΛΗΤΙΣΜΟΣ ΓΥΝΑΙΚΑ- ΑΝΔΡΑΣ

ΚΛΕΙΣΤΟ ΓΥΜΝΑΣΤΗΡΙΟ «ΕΛΕΥΘΕΡΙΑ - Τάσος Παπαδόπουλος»	Δευτέρα & Πέμπτη	8:30 - 9:30 πμ	Λάμπρου Αγάθη	99475400
	Δευτέρα & Πέμπτη	8:30 - 9:30 πμ (YOGA)	Σωτηρίου Μαρίνα	99802795
	Τρίτη & Παρασκευή	8:30 - 9:30 πμ (PILATES)	Ντανζιάνη Τζοάννα	99654534
	Τρίτη & Παρασκευή	8:30 - 9:30 πμ	Σιάλου Άντρη	99460830
	Δευτέρα & Πέμπτη	5:00 - 6:00 μμ	Σωτηρίου Μαρίνα	99802795
	Δευτέρα & Πέμπτη	6:30 - 7:30 μμ	Λάμπρου Αγάθη	99475400
	Τρίτη & Παρασκευή	7:30- 8:30 μμ	Γεωργίου Χρίστος	96716447
	Τρίτη & Παρασκευή	5:00 - 6:00 μμ	Σιάλου Άντρη	99460830
ΑΙΘΟΥΣΑ ΑΘΛΟΠΑΙΔΙΩΝ Γ' ΔΗΜ ΣΧ. ΜΑΚΕΔΟΝΙΤΙΣΣΑΣ	Δευτέρα & Πέμπτη	6:30 - 7:30 μμ (BODY ENERGY)	Ερωτοκρίτου Ελίζα	99997431
ΔΗΜ. ΣΧ. ΚΟΚΚΙΝΟΤΡΙΜΙΘΙΑΣ Β'	Δευτέρα & Πέμπτη	6:00 - 7:00 μμ	Αριστείδου Ανδρέας	99872998
ΔΗΜ. ΣΧ. ΑΛΑΜΠΡΑΣ	Δευτέρα & Τετάρτη	7:30 - 8:30 μμ	Σάββα Τίτα	99725276
ΠΟΛΙΤΙΣΤΙΚΟ Κ. ΤΕΜΒΡΙΑΣ	Δευτέρα & Πέμπτη	8:30- 9:30 πμ	Ναύτη Λουκία	99886672
ΓΥΜΝΑΣΙΟ ΠΑΛΥΣΣΑΣ	Δευτέρα & Τετάρτη	6:30 - 7:30 μμ	Σιάλου Άντρη	99460830
ΔΗΜ. ΣΧ. Β' ΛΑΤΣΙΩΝ	Δευτέρα & Πέμπτη	5:45- 6:45 μμ Δευ. 6:00- 7:00 μμΤεμ.	Φαούτα Αφροδίτη	99317613
ΑΙΘΟΥΣΑ ΚΟΙΝ. ΣΥΜΒΟΥΛΙΟΥ ΓΕΡΙΟΥ	Δευτέρα & Πέμπτη	8:00 - 9:00 πμ	Φαούτα Αφροδίτη	99317613

ΑΙΘΟΥΣΑ ΓΥΜΝΑΣΙΟΥ ΓΕΡΙΟΥ	Τρίτη & Πέμπτη	6:30 - 7:30 μμ	Σάββα Τίτα	99725276
ΠΟΛΙΤΙΣΤΙΚΟ ΚΕΝΤΡΟ ΑΣΤΡΟΜΕΡΙΤΗ	Τρίτη & Παρασκευή	8:30 -9:30 πμ	Ναύτη Λουκία	99886672
GOLDEN BRIDGE ΔΑΛΙ	Δευτέρα & Πέμπτη	5:00- 6:00 μμ	Σάββα Τίτα	99725276
ΔΗΜ. ΣΧ. ΔΑΛΙ Β´	Δευτέρα & Τετάρτη	6:15- 7:15 μμ	Σάββα Τίτα	99725276
A.N. SPORT GYM ΔΑΛΙ (AGUA AEROBICS)	Τρίτη & Παρασκευή	5:45 - 6:45 μμ	Φαούτα Αφροδίτη	99317613
ΔΗΜ. ΣΧ. Ζ´ ΛΑΚΑΤΑΜΙΑΣ	Παρασκευή	6:00- 8:00 μμ (ΧΟΡΟΣ)	Σωτηρίου Μαρίνα	99802795

## ΓΥΜΝΑΣΤΙΚΗ ΓΙΑ ΑΤΟΜΑ ΜΕ ΑΥΧΕΝΙΚΟ ΣΥΝΔΡΟΜΟ ΚΑΙ ΠΡΟΒΛΗΜΑΤΑ ΑΡΘΡΩΣΕΩΝ

Το πρόγραμμα αυτό απευθύνεται σε άτομα με προβλήματα στον αυχένα και στη Σπονδυλική στήλη. Διδάσκεται από Γυμναστή με ειδικότητα στην αποκατάσταση και στις ειδικές παθήσεις.

ΑΥΧΕΝΙΚΟ ΣΥΝΔΡΟΜΟ ΚΑΙ ΠΡΟΒΛΗΜΑΤΑ ΑΡΘΡΩΣΕΩΝ				
ΑΙΘΟΥΣΑ ΑΘΛΟΠΑΙΔΙΩΝ Γ´ ΔΗΜ ΣΧ. ΜΑΚΕΔΟΝΙΤΙΣΣΑΣ	Δευτέρα & Πέμπτη	5:25 - 6:25 μμ	Ερωτοκρίτου Ελίζα	99997431
	Τρίτη & Παρασκευή	7:30 - 8:30 μμ		
ΣΤ´ ΔΗΜ. ΣΧΟ. ΑΓΛΑΝΤΖΙΑΣ	Τρίτη & Παρασκευή	5:00- 6:00 μμ	Αριστείδου Ανδρέας	99872998
ΚΛΕΙΣΤΟ ΓΥΜΝΑΣΤΗΡΙΟ «ΕΛΕΥΘΕΡΙΑ»	Τρίτη & Παρασκευή	6:30- 7:30 μμ	Αριστείδου Ανδρέας	99872998
ΚΟΙΝ. ΣΥΜΒ. ΤΕΜΒΡΙΑΣ	Δευτέρα & Πέμπτη	9:30-10:30πμ	Ναύτη Λουκία	99886672

## ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΑ ΤΡΙΤΗΣ ΗΛΙΚΙΑΣ

Σκοπός του προγράμματος είναι η συνέχιση της φυσικής δραστηριότητας, η ψυχαγωγία και η κοινωνική επαφή μεταξύ των ατόμων της τρίτης ηλικίας.

Το πρόγραμμα λειτουργεί σε συνεργασία με τους Δήμους και τις Λέσχες Ηλικιωμένων, στους ακόλουθους χώρους.

ΘΑΛΠΩΡΗ	Δευτέρα & Πέμπτη	9:45- 10:45πμ	Αγάθη Λάμπρου	99475400
Λ. Η. ΕΓΚΩΜΗΣ	Δευτέρα & Πέμπτη	10:45-11:45πμ	Ανδρέου Μάριος	99513619
Λ. Η. ΣΤΡΟΒΟΛΟΥ	Δευτέρα & Πέμπτη	9:00- 10:00πμ	Ηρακλέους Χρίστος	99476414
ΜΕΛΑΘΡΟΝ ΑΓΑΠΗΣ	Δευτέρα & Πέμπτη	10:00- 11:00πμ	Μιχαήλ Λαύρα	99475400
ΠΟΛΥΔΥ. ΑΓ. ΔΟΜΕΤΙΟΥ	Δευτέρα & Πέμπτη	11:15- 12:15μ	Μιχαήλ Λαύρα	99475400
Λ. Η. ΛΑΚΑΤΑΜΕΙΑΣ	Δευτέρα & Πέμπτη	9:30-11:30πμ	Παρασκευάς Ανδρέας	99599327
ΠΟΛΥΔΥ. ΛΕΥΚΩΣΙΑΣ	Δευτέρα & Πέμπτη	10:30-11:30πμ	Ντανζιάνη Τζοάννα	99654534
ΠΟΛΥΔΥ. ΣΟΛΕΑΣ	Δευτέρα & Πέμπτη	10:40- 11:40πμ	Λουκία Ναύτη	99886672
Λ. Η. ΧΡΥΣΗ ΗΛΙΚΙΑ	Δευτέρα & Πέμπτη	9:00-9:45 πμ	Φαούτα Αφροδίτη	99317613
ΕΚΥΣΥ ΚΑΙΜΑΚΛΙΟΥ	Δευτέρα & Πέμπτη	10:15- 11:15πμ	Σιάλου Άντρη	99460830
ΣΚΕ ΚΟΚΚΙΝΟΤΡΙΜΙΘΙΑΣ	Τρίτη & Παρασκευή	8:30- 9:30πμ	Αγάθη Λάμπρου	99475400
ΣΚΕ ΤΣΕΡΙΟΥ	Τρίτη & Παρασκευή	11:00 -12:00μ	Αριστείδου Ανδρέας	99872998
Λ.Η. ΔΑΣΟΥΠΟΛΗΣ	Τρίτη & Πέμπτη	9:45-10:45πμ	Αγάθη Λάμπρου	99475400
ΣΚΕ ΑΚΑΚΙΟΥ	Τρίτη & Παρασκευή	8:30- 9:30πμ	Πέτρος Μιλτιάδους	99346919
ΜΕΛΑΘΡΟ ΕΥΓΗΡΙΑΣ	Τρίτη & Παρασκευή	10:00-11:00πμ	Μιχαήλ Λαύρα	99875690
ΠΟΛΥΔΥ. ΑΓ. ΔΟΜΕΤΙΟΥ	Τρίτη & Παρασκευή	9:30- 10:30πμ	Παρασκευάς Ανδρέας	99599327
ΣΚΕ ΚΑΙΜΑΚΛΙΟΥ	Τρίτη & Παρασκευή	10:00- 11:30πμ	Ντανζιάνη Τζοάννα	99654534
ΣΚΕ ΑΣΤΡΟΜΕΡΙΤΗ	Τρίτη & Παρασκευή	10:00- 11:00πμ	Λουκία Ναύτη	99886672
ΣΚΕ ΠΕΡΙΣΤΕΡΩΝΑΣ	Τρίτη & Παρασκευή	11:05- 12:05μ	Λουκία Ναύτη	99886672
MATERIAL	Τρίτη & Παρασκευή	9:30- 10:30πμ	Ευγενία Ανδρέου	96748377
ΑΓ, ΜΑΡΙΝΑ ΣΤΡΟΒΟΛΟΥ	Τρίτη & Παρασκευή	10:30 - 11:30πμ	Σιάλου Άντρη	99460830

## **ΑΘΛΗΤΙΣΜΟΣ ΓΙΑ ΑΤΟΜΑ ΜΕ ΕΙΔΙΚΕΣ ΙΚΑΝΟΤΗΤΕΣ**

**Ο Κυπριακός Οργανισμός Αθλητισμού** υλοποιώντας την φιλοσοφία του προγράμματος **ΑΓΟ** για παροχή ίσων ευκαιριών άθλησης σε όλα τα άτομα, ανεξάρτητου φύλου, ηλικίας, κοινωνικής θέσης και προπαντός επιπέδου ψυχικής και σωματικής υγείας, λειτουργεί ειδικά προγράμματα για άτομα του, **Κέντρου Ημερήσιας Φροντίδας Στροβόλου, Ελεούσα του Κύκκου, Ειδικό Σχολείο Λευκωσίας.**

## ΔΙΚΑΙΩΜΑΤΑ ΣΥΜΜΕΤΟΧΗΣ

<u>ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ</u>		<u>Β΄ ΠΕΡΙΟΔΟΣ</u>	
<b>ΙΑΝΟΥΑΡΙΟΣ - ΑΠΡΙΛΙΟΣ</b>			
<u>ΓΕΝΙΚΗ ΑΘΛΗΣΗ</u>	€ 20,00 το τετράμηνο  € 15,00 το τετράμηνο μέλη ΠΟΠΟ ή ΠΟΠ	<b>Μηνιαία συνδρομή</b>  <b>€ 15,00</b>	
<u>ΕΞΕΙΔΙΚΕΥΜΕΝΑ</u> <u>ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΑ</u>	€ 45,00 το τετράμηνο  € 30,00 το τετράμηνο μέλη ΠΟΠΟ ή ΠΟΠ		
<u>ΠΑΙΔΙ ΚΑΙ ΚΟΛΥΜΠΙ</u>	€ 30,00 τον <u>μήνα</u> και € 20,00 μέλη ΠΟΠΟ ή ΠΟΠ		
<u>ΠΡΟΔΗΜΟΤΙΚΗ</u> <u>ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗ</u>	<b>ΙΑΝΟΥΑΡΙΟΣ - ΑΠΡΙΛΙΟΣ</b>	<b>Μηνιαία συνδρομή</b>  <b>€ 15,00</b>	
	€ 25,00 το τετράμηνο		
	€ 20,00 το τετράμηνο μέλη ΠΟΠΟ ή ΠΟΠ		
<u>ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΑ</u> <u>ΕΝΗΛΙΚΩΝ</u>	€ 35,00 το Τετράμηνο		
<u>ΚΟΛΥΜΒΗΣΗ</u> <u>ΕΝΗΛΙΚΩΝ</u>	€ 30,00 το μήνα		
<u>ΕΙΔΙΚΕΣ ΚΑΤΗΓΟΡΙΕΣ</u> <u>ΚΑΤΟΧΟΣ</u> <u>ΚΟΙΝΩΝΙΚΗΣ ΚΑΡΤΑΣ</u>	ΔΩΡΕΑΝ		
<b>ΔΩΡΕΑΝ</b>	Τρίτο παιδί πολυτέκνων ή πενταμελών οικογενειών (Π.Ο.Π.Ο., Π.Ο.Π.) , ή παιδιά που λαμβάνουν επίδομα από το Γρ. Ευημερίας.		

## ΔΗΛΩΣΗ ΣΥΜΜΕΤΟΧΗΣ - ΕΝΗΛΙΚΕΣ

Όνοματεπώνυμο .....

Ημερομηνία Γέννησης ..... Τηλ. .... / .....E- mail .....

Διεύθυνση Οικίας .....

Κατάσταση Υγείας - Δηλώστε οποιοδήποτε πρόβλημα υγείας

Υπογραφή .....

Ημερομηνία .....

---

Βεβαιώνω ότι είμαι δημότης/ κάτοικος του Δήμου/ Κοινότητας \_\_\_\_\_ και

δεν συμμετέχω σε δεύτερο πρόγραμμα ΑΓΟ

Υπογραφή \_\_\_\_\_

---

## ΔΗΛΩΣΗ ΣΥΜΜΕΤΟΧΗΣ - ΑΘΛΗΤΙΣΜΟΣ & ΠΑΙΔΙ

Όνοματεπώνυμο .....

Σχολείο ..... Τάξη ..... Ηλικία .....

Ημερομηνία Γέννησης ..... Τηλ. .... / .....E- mail .....

Διεύθυνση Οικίας .....

Αριθμός Ταυτότητας Πενταμελών / Πολύτεκνων (Π.Ο.Π.Ο / Π.Ο.Π.): .....

Κατάσταση Υγείας - Δηλώστε οποιοδήποτε πρόβλημα υγείας

Όνοματεπώνυμο Γονέα ή Κηδεμόνα: .....

Υπογραφή ..... Ημερομηνία .....

---

Βεβαιώνω ότι το παιδί μου είναι δημότης/ κάτοικος του Δήμου/Κοινότητας \_\_\_\_\_

και δεν συμμετέχει σε δεύτερο πρόγραμμα ΑΓΟ

Υπογραφή \_\_\_\_\_

---

## ΔΗΛΩΣΗ ΣΥΜΜΕΤΟΧΗΣ - ΕΝΗΛΙΚΕΣ

Όνοματεπώνυμο .....

Ημερομηνία Γέννησης ..... Τηλ. .... / .....E- mail .....

Διεύθυνση Οικίας .....

Κατάσταση Υγείας - Δηλώστε οποιοδήποτε πρόβλημα υγείας

Υπογραφή .....

Ημερομηνία .....

---

Βεβαιώνω ότι είμαι δημότης/ κάτοικος του Δήμου/ Κοινότητας \_\_\_\_\_ και

δεν συμμετέχω σε δεύτερο πρόγραμμα ΑΓΟ Υπογραφή\_\_\_\_\_

---

## ΔΗΛΩΣΗ ΣΥΜΜΕΤΟΧΗΣ - ΑΘΛΗΤΙΣΜΟΣ & ΠΑΙΔΙ

Όνοματεπώνυμο .....

Σχολείο ..... Τάξη ..... Ηλικία .....

Ημερομηνία Γέννησης ..... Τηλ. .... / .....E- mail .....

Διεύθυνση Οικίας .....

Αριθμός Ταυτότητας Πενταμελών / Πολύτεκνων (Π.Ο.Π.Ο / Π.Ο.Π.) : .....

Κατάσταση Υγείας - Δηλώστε οποιοδήποτε πρόβλημα υγείας

Όνοματεπώνυμο Γονέα ή Κηδεμόνα: .....

Υπογραφή ..... Ημερομηνία .....

---

Βεβαιώνω ότι το παιδί μου είναι δημότης/ κάτοικος του Δήμου/Κοινότητας .....

και δεν συμμετέχει σε δεύτερο πρόγραμμα ΑΓΟ Υπογραφή\_\_\_\_\_

---



## ΕΛΑΤΕ ΣΤΟ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΑΘΛΗΤΙΣΜΟΣ ΓΙΑ ΟΛΟΥΣ



**Διεύθυνση:** Λεωφ. Μακαρείου Αθλητικού  
Κέντρου,  
Έγκωμη, 24804 Λευκωσία  
ΚΥΠΡΟΣ

**Κυπριακός Οργανισμός Αθλητισμού**  
**Πρόγραμμα «Αθλητισμός Για Όλους»**

**ΤΗΛΕΦΩΝΑ :** 22897249, 22897243  
22897208    **ΦΑΞ :** 22358222

**Για περισσότερες πληροφορίες:** [www.ago.org.cy](http://www.ago.org.cy)

**e- mail** [nicosia@ago.org.cy](mailto:nicosia@ago.org.cy)

