



ΔΗΜΟΣ
ΛΑΜΙΕΩΝ

Ένας τόπος, πολλές επιλογές!

Λαμία, 7 Ιουνίου 2021

ΘΕΜΑ: Έναρξη προγράμματος «Άθληση για όλους» στο Δήμο Λαμιέων

Το Τμήμα Αθλητισμού του Δήμου Λαμιέων πραγματοποιεί το «Πρόγραμμα Άθλησης για όλους» (ΠΑγΟ) που απευθύνεται στους Δημότες, προσφέρεται δωρεάν και εντάσσεται στο πλαίσιο των πιστοποιημένων Αθλητικών προγραμμάτων της Γ.Γ.Α.

Οι δράσεις του θα υλοποιούνται καθημερινά από Δευτέρα έως Παρασκευή σε υποδομές του Δήμου μας ως ακολούθως :

A) Αθλητισμός και Γυναίκα

1) Πρόγραμμα που περιλαμβάνει Αεροβική & Σουηδική Γυμναστική & Pilates

A. Κ. Καμαρίτσας (Μ. Αλεξάνδρου - Ν. Άμπλιανη)

Δευτέρα έως Παρασκευή: 09:30-10:30 / 10:30-11:30

Γήπεδο Ανθήλης:

Δευτέρα: 16:00- 17:00 / 17:00-18:00 /18 :00-19:00

Τετάρτη: 16:00- 17:00 / 17:00-18:00 /18 :00-19:00

Πέμπτη : 16:00- 17:00 / 17:00-18:00



ΔΗΜΟΣ
ΛΑΜΙΕΩΝ

Ένας τόπος, πολλές επιλογές!

2) Πρόγραμμα που περιλαμβάνει υπαίθριες δραστηριότητες, πεζοπορία στη φύση & φυσική κατάσταση σε συνδυασμό με pilates.

Γήπεδα Αντισφαίρισης Γαλανείικων (οδός Αγ. Παρασκευής)

Δευτέρα: 08:30-09:30 / 09:30-10:30 / 10:30-11:30 / 11:30-12:30

Τρίτη: 08:30-10:00 / 10:00-11:30

Τετάρτη: 08:30-10:00 / 10:00-11:30

Πέμπτη: 08:30-10:00 / 10:00-11:30

Παρασκευή: 08:30-10:00 / 10:00-11:30 / 11:30-12:30 / 17:00-18:30 / 18:30-20:00

Σάββατο : 09:00-10:00 / 10:00- 11:00

B) Αθλητισμός και Παιδί (10 ετών και άνω)

Πρόγραμμα που περιλαμβάνει Φυσική Κατάσταση και εξάσκηση μέσω αθλοπαιδιών

Χαλκιοπούλειο Κλειστό Γυμναστήριο – εξωτερικοί χώροι (Φιλίας 1)

Δευτέρα: 10:30-11:30 / 11:30-12:30 / 18:00-19:00

Τρίτη: 10:30-11:30 / 11:30-12:30

Τετάρτη: 10:30-11:30 / 11:30-12:30 / 18:00-19:00

Πέμπτη: 10:30-11:30 / 11:30-12:30

Παρασκευή: 10:30-11:30 / 11:30-12:30

Δημοτικό Σχολείο Ροδίτσας

Δευτέρα: 18:00- 19:00 / 19:00-20:00



ΔΗΜΟΣ
ΛΑΜΙΕΩΝ

Ένας τόπος, πολλές επιλογές!

Τετάρτη: 18:00- 19:00 / 19:00-20:00

Παρασκευή : 18:00- 19:00 /19:00-20:00

Γ) Αθλητισμός και Ειδική Αγωγή (Ειδικό Δημοτικό Σχολείο Λαμίας)

Δευτέρα: 09:00-13:00

Τετάρτη: 09:00-13:00

Παρασκευή: 09:00-13:00

Για ενημέρωση και δήλωση συμμετοχής στα προγράμματα, οι ενδιαφερόμενοι μπορούν να απευθύνονται στην Αντιδημαρχία Τοπικής Ανάπτυξης & Αθλητισμού (Φλέμινγκ & Ερ. Σταυρού - Δημαρχείο)

Τηλ.: 2231351007 (08:30-14:00)

Mail: sports@lamia-city.gr και foskolos@lamia-city.gr

Επισημαίνεται ότι, λόγω των μέτρων προστασίας από τον covid-19, ο αριθμός των συμμετεχόντων θα είναι περιορισμένος.