

ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΑΚΟ ΓΥΜΝΑΣΤΗΡΙΟ ΕΚΠΑ - UNIVERSITY OF ATHENS GYM

ΑΘΛΗΤΙΚΕΣ ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΕΣ ΑΚΑΔΗΜΑΪΚΟΥ ΕΤΟΥΣ 2024-25 - SPORTS & PHYSICAL ACTIVITIES 2024-25 (09:00-18:00)

ΑΘΛΗΜΑΤΑ	ΔΕΥΤΕΡΑ	ΤΡΙΤΗ	ΤΕΤΑΡΤΗ	ΠΕΜΠΤΗ	ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ	ΧΩΡΟΙ ΑΘΛΗΣΗΣ
SPORTS	MONDAY	TUESDAY	WEDNESDAY	THURSDAY	FRIDAY	SPORTS PLACES
ΑΝΤΙΣΦΑΙΡΙΣΗ/TENNIS	11-14 ΧΟΥΛΙΑΡΑΣ	11-14 ΧΟΥΛΙΑΡΑΣ	11-14 ΧΟΥΛΙΑΡΑΣ	11-14 ΧΟΥΛΙΑΡΑΣ	11-14 ΧΟΥΛΙΑΡΑΣ	GYM - ΓΗΠΕΔΑ ΓΥΜΝΑΣΤΗΡΙΟΥ
ΒΑΡΗ/WEIGHT LIFTING	9-18	9-18	9-18	9-18	9-18	ΓΥΜΝΑΣΤΗΡΙΟ GYM
PILATES - LEGS & ABS/BODY SCULPT	10-11 PILATES PROPS ΑΛΕΞΙΟΥ 14-15POWER PILATES ΚΟΣΚΙΝΑ	10-11 LEGS & ABS ΑΛΕΞΙΟΥ	10-11 BODY SCULPT ΝΑΡΗ 13-14 POWER PILATES ΚΟΣΚΙΝΑ 16-17 PILATES MAT ΑΛΕΞΙΟΥ	11-12 PILATES PROPS ΑΛΕΞΙΟΥ	10-11 PILATES MAT ΑΛΕΞΙΟΥ	ΓΥΜΝΑΣΤΗΡΙΟ GYM
CROSSTRaining/CIRCUIT TRAINING/ΤΑΕ ΒΟ	16:00-17:00 CROSS ΝΑΡΗ	13-14 CIRCUIT ΚΟΣΚΙΝΑ	10-11 ΤΑΕ ΒΟ ΝΑΡΗ	10-11 ΤΑΕ ΒΟ ΝΑΡΗ 16-17 CIRCUIT ΚΟΣΚΙΝΑ	11-12 CROSS ΝΑΡΗ	ΓΥΜΝΑΣΤΗΡΙΟ GYM
FLOWBILITY	12-13 ΤΣΟΠΑΝΙΔΟΥ					ΓΥΜΝΑΣΤΗΡΙΟ GYM
ΔΗΜΙΟΥΡΓΙΚΟΣ ΧΟΡΟΣ/ΑΥΤΟΣΧΕΔΙΑΣΜΟΣ			12-13 ΤΣΟΠΑΝΙΔΟΥ		16-17 ΤΣΟΠΑΝΙΔΟΥ	ΓΥΜΝΑΣΤΗΡΙΟ GYM
FLEXIBILITY/STRECHING		11-12 ΝΑΡΗ			14-15 ΚΟΣΚΙΝΑ	ΓΥΜΝΑΣΤΗΡΙΟ GYM
YOGA		12-14 ΤΣΟΠΑΝΙΔΟΥ		12-14 ΤΣΟΠΑΝΙΔΟΥ		ΓΥΜΝΑΣΤΗΡΙΟ GYM
RUNNING TEAM OWLS - UOA	10-11 ΘΕΟΧΑΡΑΤΟΣ 13-15 ΜΑΡΑΓΚΟΣ	10-12 ΘΕΟΧΑΡΑΤΟΣ 14-16 ΝΤΕΒΕΡΙΚΟΥ	10-12 ΘΕΟΧΑΡΑΤΟΣ	10 - 11 ΘΕΟΧΑΡΑΤΟΣ	10-12 ΘΕΟΧΑΡΑΤΟΣ 15-16 ΝΤΕΒΕΡΙΚΟΥ	ΣΤΑΔΙΟ ΓΥΜΝΑΣΤΗΡΙΟΥ GYM STADIUM
ΦΥΣΙΚΗ ΚΑΤΑΣΤΑΣΗ		9-10 & 12-13 ΘΕΟΧΑΡΑΤΟΣ	9-10 & 12-13 ΘΕΟΧΑΡΑΤΟΣ	12-13 ΘΕΟΧΑΡΑΤΟΣ	12-13 ΘΕΟΧΑΡΑΤΟΣ	ΓΥΜΝΑΣΤΗΡΙΟ GYM
ΠΕΤΟΣΦΑΙΡΙΣΗ -VOLLEY (ΦΟΙΤΗΤΩΝ-ΤΡΙΩΝ)	11-12 ΘΕΟΧΑΡΑΤΟΣ	16-18 (ΕΛΕΥΘΕΡΑ)	16-18 (ΕΛΕΥΘΕΡΑ)	11-12 ΘΕΟΧΑΡΑΤΟΣ	16-18 (ΕΛΕΥΘΕΡΑ)	ΓΥΜΝΑΣΤΗΡΙΟ GYM
ΕΛΛΗΝΙΚΟΙ ΠΑΡΑΔΟΣΙΑΚΟΙ ΧΟΡΟΙ/TRADITIONAL GREEK DANCE	11-13 ΚΑΡΑΓΙΑΝΝΗ	16-18 ΚΑΡΑΓΙΑΝΝΗ	10-12 & 12-14 ΚΑΡΑΓΙΑΝΝΗ	11-13 ΚΑΡΑΓΙΑΝΝΗ		ΓΥΜΝΑΣΤΗΡΙΟ GYM
ΠΟΔΟΣΦΑΙΡΟ/FOOTBALL (ΦΟΙΤΗΤΩΝ-ΤΡΙΩΝ)	15-16 & 17-18 ΜΑΡΙΟΛΗΣ	9-11 (ΠΡΟΠΟΝΗΣΗ) 13-15 (ΑΓΩΝΕΣ) ΜΑΡΙΟΛΗΣ	9-11 (ΠΡΟΠΟΝΗΣΗ) 13-15 (ΑΓΩΝΕΣ) ΜΑΡΙΟΛΗΣ	11-15 ΜΑΡΙΟΛΗΣ (ΑΓΩΝΕΣ)	11-15 ΜΑΡΙΟΛΗΣ (ΑΓΩΝΕΣ)	ΓΗΠΕΔΟ ΠΟΔΟΣΦΑΙΡΟΥ & ΚΑΙΣΑΡΙΑΝΗ
ΠΟΔΟΣΦΑΙΡΟ/FOOTBAL (ΦΟΙΤΗΤΩΝ-ΤΡΙΩΝ)	15-16 ΜΑΡΑΓΚΟΣ	12-13 ΠΟΔΟΣΦΑΙΡΟ 13-15 (ΑΓΩΝΕΣ) ΜΑΡΑΓΚΟΣ	14-16 & 17-18 ΦΥΣΙΚΗ ΚΑΤΑΣΤΑΣΗ ΜΑΡΑΓΚΟΣ	12-16 (ΑΓΩΝΑΣ) ΜΑΡΑΓΚΟΣ	12-16 (ΑΓΩΝΑΣ) ΜΑΡΑΓΚΟΣ	ΓΗΠΕΔΟ ΠΟΔΟΣΦΑΙΡΟΥ & ΚΑΙΣΑΡΙΑΝΗ
ΚΑΛΑΘΟΣΦΑΙΡΙΣΗ/BASKETBALL (ΦΟΙΤΗΤΩΝ-ΤΡΙΩΝ)	12-16 ΜΑΥΡΙΔΗΣ	13-16 ΜΑΥΡΙΔΗΣ	12-16 ΜΑΥΡΙΔΗΣ	14-18 & 17-18 ΜΑΥΡΙΔΗΣ	12-16 ΜΑΥΡΙΔΗΣ	ΓΥΜΝΑΣΤΗΡΙΟ GYM
ΑΘΛΗΤΙΚΟ ΤΜΗΜΑ-ΦΜΕΑ	9-13 ΚΥΡΙΑΚΟΥ ΝΤΕΒΕΡΙΚΟΥ	16-18 ΚΥΡΙΑΚΟΥ	9-13 ΚΥΡΙΑΚΟΥ 9-10 & 11-13 ΝΤΕΒΕΡΙΚΟΥ	10-14 ΑΜΕΑ ΚΟΛΥΜΒΗΣΗ ΚΥΡΙΑΚΟΥ- ΝΤΕΒΕΡΙΚΟΥ	9-10 ΚΥΡΙΑΚΟΥ	ΓΥΜΝΑΣΤΗΡΙΟ GYM
ΕΠΙΤΡΑΠΕΖΙΑ ΑΝΤΙΣΦΑΙΡΙΣΗ/PING PONG (ΕΛΕΥΘΕΡΑ)	9-18	9-18	9-18	9-18	9-18	ΓΥΜΝΑΣΤΗΡΙΟ GYM
BRAZILIAN JIU JITSU	16-18		16-18			ΓΥΜΝΑΣΤΗΡΙΟ GYM
ΣΚΑΚΙ CHESS	9-18 (ΕΛΕΥΘΕΡΑ)	9-18 (ΦΟΙΤΗΤΕΣ ΕΛΕΥΘΕΡΑ)	9-18 (ΕΛΕΥΘΕΡΑ)	9-18 (ΕΛΕΥΘΕΡΑ)	9-18 (ΦΟΙΤΗΤΕΣ ΕΛΕΥΘΕΡΑ)	ΓΥΜΝΑΣΤΗΡΙΟ GYM

ΤΗΛΕΦΩΝΑ ΕΠΙΚΟΙΝΩΝΙΑΣ : 210 7275552 / 210 7275557 / 210 7275560

<https://gym sports.uoa.gr/>

<https://www.facebook.com/EKPA gym>

Email: gym sports@uoa.gr