

# ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΓΥΜΝΑΣΤΙΚΗΣ

Αγαπητά μέλη, θα θέλαμε να σας ενημερώσουμε ότι τα τμήματα Γυμναστικής για την περίοδο **2021-2022** θα ξεκινήσουν στις **13/9/2021**, ως ακολούθως:

- **ΔΕΥΤΕΡΑ** 10.00 - 11.00 και 17.00 - 18.00
- **ΤΕΤΑΡΤΗ** 10.00 - 11.00 και 18.00 - 19.00
- **ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ** 10.00 - 11.00 και 17.00 - 18.00

Για νέες συμμετοχές δηλώστε στη Γραμματεία του Ο.Α.Α. αναφέροντας για ποιο τμήμα ενδιαφέρεστε (**ΠΡΩΙ ή ΑΠΟΓΕΥΜΑ**) και αφήνοντας στοιχεία επικοινωνίας (**αριθμό κινητού, e-mail**). Αυτά είναι απαραίτητα για να μπορεί να σας ενημερώνει ο γυμναστής σε κάθε περίπτωση αλλαγής του προγράμματος.

Για τη συμμετοχή σας στα τμήματα Γυμναστικής είναι απαραίτητη **Ιατρική Βεβαίωση** από **Καρδιολόγο** ή **Παθολόγο**. Μόνο όσοι την προσκομίσουν θα γίνονται δεκτοί στο μάθημα.

Τα μαθήματα θα **μεταδίδονται** και **διαδικτυακά** μέσω της πλατφόρμας **Skype**. Θα χρειαστεί να έχετε ένα ενεργό λογαριασμό στο Skype.

Παρακαλούμε επικοινωνήστε με το γυμναστή του Ομίλου, κύριο **Μωραΐτη Ορέστη** στο τηλ. **6974937980** (ώρες επικοινωνίας 12.00-14.00) για οποιαδήποτε πληροφορία.

**Εκ της Γραμματείας**