

Τμήματα προετοιμασίας για εισαγωγή στα ΤΕΦΑΑ και σε στρατιωτικές σχολές.

Ο στίβος προάγει τη σωματική υγεία καθώς γυμνάζει αρμονικά όλες τις μυϊκές ομάδες και επιπλέον ενισχύει την καρδιαναπνευστική ικανότητα και την αντοχή του παιδιού καθώς και τη δύναμή του. Επίσης βοηθάει στην αύξηση της μυϊκής μάζας και στον έλεγχο του σωματικού λίπους, βελτιώνει τη στάση του σώματος και τη λειτουργία των αρθρώσεων.

ΣΤΙΒΟΣ 2026 - 2027

ΔΙΑΡΚΕΙΑ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΟΣ:01/09/2026-31/05/2027

ΚΤΙΡΙΟ	ΤΜΗΜΑ	ΗΜΕΡΕΣ	ΩΡΕΣ
ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΣΤΑΔΙΟ ΙΛΙΟΥ	ΣΤΙ01: 6 - 12 ΕΤΩΝ (ΔΗΜΟΤΙΚΟ)	ΔΕΥΤΕΡΑ – ΤΕΤΑΡΤΗ - ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ	17:00 - 18:00
		ΣΑΒΒΑΤΟ	9:00 - 10:00
	ΣΤΙ02: 13-15 ΕΤΩΝ (ΓΥΜΝΑΣΙΟ)	ΔΕΥΤΕΡΑ – ΤΕΤΑΡΤΗ - ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ	16:00 - 17:30
		ΣΑΒΒΑΤΟ	9:00 - 10:30
	ΣΤΙ03: 16 ΕΤΩΝ & ΑΝΩ (ΛΥΚΕΙΟ & ΑΝΩ) ΓΙΑ ΠΡΟΕΤΟΙΜΑΣΙΑ ΣΧΟΛΩΝ	ΔΕΥΤΕΡΑ – ΤΕΤΑΡΤΗ - ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ	16:00 - 17:30
		ΣΑΒΒΑΤΟ	9:00 - 10:30

ΚΑΘΗΓΗΤΗΣ ΦΥΣΙΚΗΣ ΑΓΩΓΗΣ: ΜΠΑΜΠΑΡΟΥΤΣΗΣ ΑΝΤΩΝΗΣ