

Το εβδομαδιαίο ωρολόγιο πρόγραμμα δραστηριοτήτων Φυσικής Αγωγής για το χειμερινό εξάμηνο 2015-16 διαμορφώνεται ως εξής:

ΔΕΥΤΕΡΑ - ΤΕΤΑΡΤΗ - ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ 19:00 - 22:00

Εσωτερικά πρωταθλήματα ΤΕΙ: ποδόσφαιρο 11v11, 5v5, καλαθοσφαίριση 3v3
Γήπεδα Δημοτικού Σταδίου Ψαχνών

ΤΡΙΤΗ - ΤΕΤΑΡΤΗ- 10:00-12:30 ΠΕΜΠΤΗ 10:00 - 12:00

Μαζικός Αθλητισμός

Μυϊκή ενδυνάμωση, αεροβική, προγράμματα αύξησης φυσικής κατάστασης
Αίθουσα γύμνασης Σταδίου Ψαχνών, κεντρικό στάδιο.

Σύνολο ωρών : 16

Για τυχόν αλλαγές λόγω ιδιαιτερότητας των αθλημάτων και καιρικών συνθηκών θα ενημερώνεται έγκαιρα το τμήμα και οι φοιτητές.

Η ενημέρωση των σπουδαστών-στριων καθώς και τα προσωπικά προγράμματα άθλησης θα γίνονται κάθε **ΤΡΙΤΗ - ΠΕΜΠΤΗ 12:30 - 14:00** Γραφείο Β 1103 Α΄ Όροφος