

ΔΗΜΟΣ ΔΟΞΑΤΟΥ: Αθλητισμός για τους Δημότες

**ΔΟΞΑΤΟ: Χώρος διεξαγωγής των δραστηριοτήτων & εκκίνησης το κλειστό γυμναστήριο πριν το γήπεδο Δοξάτου**

ώρες / ημέρες	Δευτέρα	Τρίτη	Τετάρτη	Πέμπτη	Παρασκευή
<u>πρωί</u>					<u>πρωί</u>
10.00 - 11.00	άθληση για όλους	άθληση για όλους	άθληση για όλους	άθληση για όλους	10.30 - 12.00
11.15 - 12.15	άθληση για όλους	άθληση για όλους	άθληση για όλους	άθληση για όλους	πεζοπορία
12.15 - 13.00	συμβουλευτική	συμβουλευτική	συμβουλευτική	συμβουλευτική	
<u>απόγευμα</u>					
15.30 - 16.30		άθληση και παιδί	άθληση και παιδί		
16.45 - 17.45		άθληση για όλους	άθληση για όλους		

**ΚΑΛΑΜΠΑΚΙ: Χώρος διεξαγωγής των δραστηριοτήτων & εκκίνησης το κλειστό γυμναστήριο στο γήπεδο Καλαμπακίου**

ώρες / ημέρες	Δευτέρα	Τρίτη	Τετάρτη	Πέμπτη	Παρασκευή
<u>πρωί</u>					<u>πρωί</u>
10.00 - 11.00	άθληση για όλους	άθληση για όλους	άθληση για όλους	άθληση για όλους	10.30 - 12.00
11.15 - 12.15	άθληση για όλους	άθληση για όλους	άθληση για όλους	άθληση για όλους	πεζοπορία
12.15 - 13.00	συμβουλευτική	συμβουλευτική	συμβουλευτική	συμβουλευτική	
<u>απόγευμα</u>					
15.30 - 16.30	προσωπικό Δημαρχείου		προσωπικό Δημαρχείου		άθληση και παιδί
16.45 - 17.45	άθληση και παιδί		άθληση για όλους		άθληση για όλους

**ΠΑΡΑΤΗΡΗΣΕΙΣ**

1. Οι παραπάνω κλειστοί χώροι επιλέχθηκαν επειδή ενδείκνυνται λόγω των περιοριστικών κανόνων εξ αιτίας της πανδημίας
2. Οι συμμετέχοντες ΠΡΕΠΕΙ να τηρούν όλους τους κανόνες υγιεινής και ατομικής προστασίας
3. Συμβουλευτική: Επεξήγηση: Αθληση και διατροφή για παιδιά και ενήλικες
4. Ο/Η κάθε αθλούμενος/η να έχει μαζί του/της, το ατομικό του/της "στρωματάκι" και πετσέτα