

Καλαμάκι, Πέμπτη 25 Απριλίου 2024

6^ο MALIARAS ALL SPORT CAMP

ΔΕΥΤΕΡΑ 17/6 – ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ 21/6

ΓΕΝΙΚΟ ΗΜΕΡΗΣΙΟ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΓΙΑ ΟΛΑ ΤΑ ΑΘΛΗΤΙΚΑ CAMP

09:00: άφιξη στο «BYZANTINO» και στο «ALMA CLUB» με σχολικά λεωφορεία

09:00 – 09:45: Κολύμβηση – πόλο για όλους τους συμμετέχοντες μαθητές και μαθήτριες

09:45 – 10:00: διάλειμμα

10:00 – 10:45: 1^{ος} κύκλος ασκήσεων τεχνικής και τακτικής σε ατομικό αλλά και σε ομαδικό επίπεδο

10:45 – 11:00: διάλειμμα

11:00 – 11:45: 2^{ος} κύκλος ασκήσεων τεχνικής και τακτικής σε ατομικό αλλά και σε ομαδικό επίπεδο.

11:45 – 12:00: διάλειμμα

12:00-12:45: 3^{ος} κύκλος ασκήσεων τεχνικής και τακτικής σε ατομικό αλλά και σε ομαδικό επίπεδο

13:30: αναχώρηση για το Σχολείο και μετά επιστροφή στο σπίτι με τα μεσημεριανά σχολικά που ξεκινούν από το Δημοτικό στις **14:30**.

Το κόστος συμμετοχής ανέρχεται στο ποσό των **€180**. Στην τιμή περιλαμβάνονται ο ΦΠΑ(24%), η μετακίνηση με τα σχολικά λεωφορεία, η χρήση των αθλητικών εγκαταστάσεων του «BYZANTΙΝΟΥ ΑΘΛΗΤΙΚΟΥ ΚΕΝΤΡΟΥ» και του «ALMA CLUB», 10 προπονητές καθηγητές Φυσικής Αγωγής).

Μπορείτε να καταθέσετε το ποσό στους κάτωθι λογαριασμούς :

ΜΑΛΛΙΑΡΑΣ ΠΑΙΔΑΓΩΓΙΚΕΣ ΚΑΙ ΠΟΛΙΤΙΣΤΙΚΕΣ ΕΚΔΗΛΩΣΕΙΣ ΕΠΕ		
ΤΡΑΠΕΖΑ	ΑΡ.ΛΟΓ/ΣΜΟΥ	IBAN
ΕΥΡΟΒΑΝΚ	0026.0019.50.0200841998	GR8302600190000500200841998
ΠΕΙΡΑΙΩΣ	6755137625876	GR6301717550006755137625876

*****ΣΤΗΝ ΑΙΤΙΟΛΟΓΙΑ ΚΑΤΑΘΕΣΗΣ ΝΑ ΑΝΑΓΡΑΦΕΤΑΙ ΤΟ ΟΝΟΜΑΤΕΠΩΝΥΜΟ ΤΟΥ ΜΑΘΗΤΗ & Η ΕΝΔΕΙΞΗ SC*****

Για οποιαδήποτε πληροφορία σχετική με το πρόγραμμα μπορείτε να απευθύνεστε στις Γραμματείες (2160016200, εσωτ. 1 και 3).

ΟΔΗΓΙΕΣ ΠΡΟΣ ΤΟΥΣ ΓΟΝΕΙΣ

Επειδή οι μαθητές και οι μαθήτριες θα βρίσκονται **συνέχεια στον αγωνιστικό χώρο**, θα πρέπει να έχουν **οπωσδήποτε μαζί τους μία τσάντα** η οποία να εμπεριέχει τα εξής πολύ χρήσιμα είδη:

- ✓ Ένα φούτερ ελαφρύ
- ✓ **Καπέλο (οπωσδήποτε)**
- ✓ Μία μικρή πετσέτα
- ✓ Αντηλιακή κρέμα
- ✓ Μία αλλαξιά ρούχα (σορτ και μπλουζάκι)
- ✓ 3 μπουκαλάκια με νερό
- ✓ 1 χυμό
- ✓ 2 σάντουιτς
- ✓ Φρούτα (μπανάνα ή μήλο)

Επίσης θα πρέπει να έχουν μαζί τους μία **δεύτερη τσάντα** με τα εξής χρήσιμα είδη της κολύμβησης:

- ✓ Μαγιό
- ✓ Σκουφάκι
- ✓ Μπουρνούζι και πετσέτα
- ✓ Σαγιονάρες
- ✓ Γυαλιά κολύμβησης

Θερμή παράκληση:

1. οι μαθητές και μαθήτριες **να φορούν το μαγιό τους από το σπίτι**, προκειμένου να εξοικονομούμε χρόνο για το μάθημα της κολύμβησης.
2. να μην παραλείψετε **κανένα από τα παραπάνω αντικείμενα**.

Τέλος, σας υπενθυμίζουμε ότι η **επιστροφή στο σπίτι** θα γίνεται με τα μεσημεριανά σχολικά **που ξεκινούν από το Δημοτικό στις 14:30**.

Σας περιμένουμε!

Διονύσης Μεληγαλιώτης

Υποδιευθυντής Γυμνασίου - Προϊστάμενος Φυσικής Αγωγής και Αθλητισμού