



ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΔΗΜΟΚΡΑΤΙΑ

Εθνικόν και Καποδιστριακόν
Πανεπιστήμιον Αθηνών

ΙΔΡΥΘΕΝ ΤΟ 1837

ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΑΚΟ ΓΥΜΝΑΣΤΗΡΙΟ

Π Ρ Ο Γ Ρ Α Μ Μ Α

ΑΘΛΗΤΙΚΩΝ

ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΩΝ

ΦΟΙΤΗΤΩΝ / ΦΟΙΤΗΤΡΙΩΝ

ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟΥ ΑΘΗΝΩΝ

**ΔΩΡΕΑΝ
ΣΥΜΜΕΤΟΧΗ**



ΑΝΤΙΣΦΑΙΡΙΣΗ

AEROBICS

ΣΤΙΒΟΣ

PILATES

ΚΑΛΑΘΟΣΦΑΙΡΙΣΗ

Εκμάθηση - Διδασκαλία αρχαρίων - προχωρημένων - διεξαγωγή εσωτερικών πρωταθλημάτων συμμετοχή σε πανελλήνια και διεθνή φοιτητικά πρωταθλήματα



ΑΝΤΙΣΦΑΙΡΙΣΗ

Προπονήσεις για runners στο στάδιο της Πανεπιστημιούπολης και στο δημοτικό στάδιο Ζωγράφου



ΣΤΙΒΟΣ

PILATES



Καθημερινά μαθήματα pilates και μυϊκής ενδυνάμωσης

AEROBICS



Καθημερινά μαθήματα αεροβικής γυμναστικής με στοιχεία tae bo - kick boxing - dance - step latin aerobics



Διδασκαλία και εκμάθηση παραδοσιακών χορών από όλη την Ελλάδα



ΠΑΡΑΔΟΣΙΑΚΟΙ ΧΟΡΟΙ

Προπόνηση - διεξαγωγή
εσωτερικών πρωταθλημάτων -
συγκρότηση αντιπροσωπευτικών
ομάδων ανδρών-γυναικών ΕΚΠΑ



ΠΟΔΟΣΦΑΙΡΟ

Προπόνηση - εκμάθηση βασικών δεξιοτήτων -
διοργάνωση εσωτερικού πρωταθλήματος
και συγκρότηση αντιπροσωπευτικών
ομάδων ανδρών-γυναικών ΕΚΠΑ



ΠΕΤΟΣΦΑΙΡΙΣΗ

ΚΑΛΑΘΟΣΦΑΙΡΙΣΗ

Προγράμματα βελτίωσης
φυσικής κατάστασης

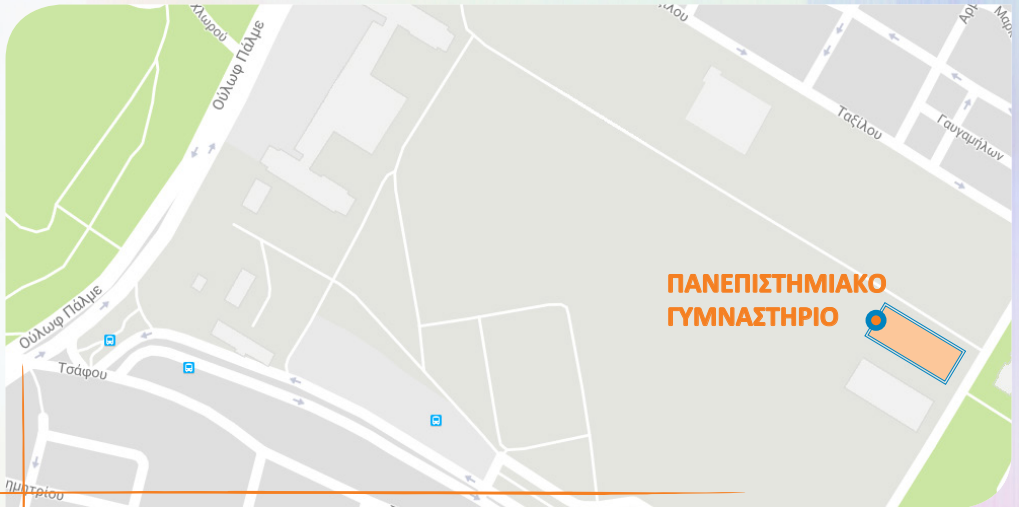
ΦΥΣΙΚΗ ΚΑΤΑΣΤΑΣΗ



ΦμεΑ

<https://access.uoa.gr/services/sports/>

ΠΛΗΡΟΦΟΡΙΕΣ



**ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΑΚΟ
ΓΥΜΝΑΣΤΗΡΙΟ**

ΛΕΩΦΟΡΕΙΑ ΓΙΑ ΤΟ ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΑΚΟ ΓΥΜΝΑΣΤΗΡΙΟ

250 Μετρό Ευαγγελισμού - Πανεπιστημιούπολη --> Στάση 1^η Πανεπιστημιούπολης

E90 (Express) Πειραιάς - Πανεπιστημιούπολη --> Στάση 1^η Πανεπιστημιούπολης

ΑΝΑΚΟΙΝΩΣΕΙΣ - ΠΡΩΤΑΘΛΗΜΑΤΑ - ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΕΣ

www.uoa.gr - Φοιτητές - Πανεπιστημιακό Γυμναστήριο

Facebook: Γυμναστήριο ΕΚΠΑ

Τηλέφωνα Επικοινωνίας: 210 727 5551, -56, -57, - 60

Οι εγγραφές γίνονται καθημερινά
Δευτέρα έως Παρασκευή 10:00 έως 13:30.

Οι φοιτητές – φοιτήτριες για την εγγραφή τους
πρέπει να προσκομίσουν το πάσο τους και
βεβαίωση από παθολόγο ή καρδιολόγο.

Το Γυμναστήριο λειτουργεί συνεχώς
από 09:00 έως 18:00 καθημερινά
εκτός Σαββατοκύριακου.