



ΑΘΛΗΤΙΚΑ CAMP 2017

Για ακόμα μία χρονιά ο Πολιτιστικός Αθλητικός Οργανισμός του Δήμου μας, προσφέρει στα παιδιά και τους νέους της πόλης μας τη δυνατότητα ευχάριστης και δημιουργικής αξιοποίησης του ελεύθερου χρόνου μετά το τέλος της φετινής σχολικής χρονιάς, βιώνοντας τη χαρά της συμμετοχής, της ομαδικότητας, της δημιουργίας, του ευ αγωνίζεσθε και της φιλίας, με τα προγράμματα «Αθλητικές Διακοπές» και «Καμπ Δημιουργικής Απασχόλησης».



Παράλληλα τα προγράμματα αυτά προσφέρουν σημαντική διευκόλυνση στους εργαζόμενους γονείς, παρέχοντας δημιουργική και ασφαλή απασχόληση των παιδιών με την επίβλεψη εξειδικευμένων και έμπειρων προπονητών-καθηγητών Φυσικής Αγωγής, στις εγκαταστάσεις του Δημοτικού Κολυμβητηρίου Ηλιούπολης, στο Α΄ Κλειστό Γυμναστήριο και στους χώρους γύρω από αυτά.

Φορέστε λοιπόν καπέλο, αθλητικά ρούχα και παπούτσια, το μαγικό σας και πάνω απ' όλα το πιο λαμπερό σας χαμόγελο και δηλώστε συμμετοχή στα προγράμματα «Αθλητικές Διακοπές» και «Καμπ Δημιουργικής Απασχόλησης».

Ευχόμαστε σε όλους σας Καλό Καλοκαίρι !!!

Ο ΔΗΜΑΡΧΟΣ
ΒΑΣΙΛΗΣ ΒΑΛΑΣΟΠΟΥΛΟΣ

Ο ΠΡΟΕΔΡΟΣ
ΘΕΜΙΣΤΟΚΛΗΣ ΓΙΑΝΝΟΠΟΥΛΟΣ

Χορηγοί

ΕΥΡΩΓΝΩΣΗ
1^η ΔΥΝΑΜΗ ΣΤΙΣ ΞΕΝΕΣ ΓΛΩΣΣΕΣ

ΗΛΙΟΥΠΟΛΗ I
Λασκάρεως 1 & Πλ. 28ης Οκτωβρίου

ΝΕΟ ΗΛΙΟΥΠΟΛΗ II
Μαρίνου Αντύπα 102 & Φραντζή 1

210 9969 890 | 210 9969 587

τα πάντα ...πάντα για το παιδί

ΓΚΟΥΦΗ junior

Λεωφ. Ειρήνης 27, Άνω Ηλιούπολη, τηλ.: 210 9924488

SZ WDesign

ΚΑΤΑΣΚΕΥΗ
ΙΣΤΟΣΕΛΙΔΩΝ
& ESHOP

Τ. 210 99 24 357 • Μ. 6936 532 362



ΥΠΑΙΘΡΙΟΣ ΠΑΙΔΟΤΟΠΟΣ - ΠΑΡΚΟ ΨΥΧΑΓΩΓΙΑΣ
Σαλαμίνος & Ναυαρίνου, Ηλιούπολη
6932820072 - 6944367990

OPTICshop

οπτικά - φακοί επαφής

Λ. Ειρήνης 42 - Ηλιούπολη • Τ. 210 9918722

HOME pizza 210 99 222 66

www.homepizza.gr

Νόστιμη & καλοψημένη!

Λ. Βουλιαγμένης 515 & Συντ. Ανυφαντή, Ηλιούπολη



ΥΠΟ ΤΗΝ ΑΙΓΙΔΑ
ΤΟΥ ΔΗΜΟΥ ΗΛΙΟΥΠΟΛΗΣ



ΠΟΛΙΤΙΣΤΙΚΟΣ ΑΘΛΗΤΙΚΟΣ ΟΡΓΑΝΙΣΜΟΣ
ΔΗΜΟΥ ΗΛΙΟΥΠΟΛΗΣ
(ΠΑΟΔΗΛ)-ΓΡΗΓΟΡΗΣ ΓΡΗΓΟΡΙΟΥ

ΑΘΛΗΤΙΚΕΣ ΔΙΑΚΟΠΕΣ



Το πρόγραμμα πραγματοποιείται
στο Δημοτικό Κολυμβητήριο Ηλιούπολης
(Μεσσηνίας & Δαμασκνού 1)



ΚΑΜΠ ΔΗΜΙΟΥΡΓΙΚΗΣ ΑΠΑΣΧΟΛΗΣΗΣ

Το πρόγραμμα πραγματοποιείται
στο Α΄ Κλειστό Γυμναστήριο Ηλιούπολης
(Εθν. Μακαρίου & Ηρώς Κωνσταντοπούλου)

athlitismos.dimosilioupolis.gr

ΚΑΜΠ ΔΗΜΙΟΥΡΓΙΚΗΣ ΑΠΑΣΧΟΛΗΣΗΣ

Δεν ξεχνώ να έχω μαζί μου



Καπέλο – αθλητικά παπούτσια
νερό – μια αλλαξιά ρούχα
ιατρική βεβαίωση από παιδίατρο
και ...το χαμόγελό μου!



ΑΘΛΗΤΙΚΕΣ ΔΙΑΚΟΠΕΣ

ΠΕΡΙΟΔΟΙ

Α΄ ΠΕΡΙΟΔΟΣ: 16 Ιουνίου – 30 Ιουνίου (11 εργάσιμες ημέρες)

Β΄ ΠΕΡΙΟΔΟΣ: 3 Ιουλίου – 14 Ιουλίου (10 εργάσιμες ημέρες)

Γ΄ ΠΕΡΙΟΔΟΣ: 17 Ιουλίου – 28 Ιουλίου (10 εργάσιμες ημέρες)

ΗΛΙΚΙΕΣ: 6 έως 13 ετών

ΚΟΣΤΟΣ ΣΥΜΜΕΤΟΧΗΣ

Δημότες κάτοικοι Ηλιούπολης 65 € ανά δεκαήμερο (6,5 € ανά ημέρα) το παιδί
Ετεροδημότες 75 € ανά δεκαήμερο (7,5 € ανά ημέρα) το παιδί

ΔΙΚΑΙΟΛΟΓΗΤΙΚΑ ΕΓΓΡΑΦΗΣ

- Ιατρική Βεβαίωση από Παιδίατρο
- Αποδεικτικό κατοικίας (λογαριασμός Δ.Ε.Κ.Ο.) για κατοίκους Ηλιούπολης

ΕΓΓΡΑΦΕΣ Δημοτικό Κολυμβητήριο Ηλιούπολης (Μεσσηνίας και Δαμασκηνού 1)
30 Μαΐου – 15 Ιουνίου και ώρες 8:00-13:00 και 16:00 – 20:00

Για περισσότερες πληροφορίες
210 9922899 – 210 9944001
athlismos.dimosilioupolis.gr

ΕΓΓΡΑΦΕΣ

Α΄ κλειστό Γυμναστήριο Ηλιούπολης (Εθν. Μακαρίου & Ηρώς Κωνσταντοπούλου)
1, 2, 6 & 7 Ιουνίου και ώρες 17:00 – 20:00

ΚΟΣΤΟΣ ΣΥΜΜΕΤΟΧΗΣ

Δημότες-Ετεροδημότες: 5 € /ημέρα (25 € /εβδομάδα) το παιδί

ΕΚΠΤΩΣΕΙΣ

Αδελφία, Πολύτεκνοι & Μονογονεϊκές οικογένειες: -20%, ήτοι 4 € /ημέρα (20 € /εβδομάδα), ανά παιδί
Στα τρία αδελφία, το 3ο παιδί Δωρεάν, ήτοι 10 € /ημέρα (50 € /εβδομάδα), για τα 3 αδελφία

Προσοχή:

Κατά την πρώτη ένταξη στο ΚΔΑΠ κάθε παιδιού είναι υποχρεωτική η προπληρωμή μιας εβδομάδας

ΔΙΚΑΙΟΛΟΓΗΤΙΚΑ ΕΓΓΡΑΦΗΣ

Πρόσφατη Ιατρική Βεβαίωση από Παιδίατρο

ΗΜΕΡΗΣΙΟ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ

07.00-09.00 Προσέλευση
09.00-09.30 Διαχωρισμός των παιδιών σε ομάδες & πρωινό γεύμα
09.30-11.00 Αθλητικές Δραστηριότητες*
11.00-11.30 Δεκατιανό
11.30-14.00 Παιδαγωγικά παιχνίδια, καλλιτεχνικές δραστηριότητες**
14.00-16.00 Δυνατότητα αποχώρησης ή Δημιουργική απασχόληση



Ημερήσιο Πρόγραμμα

07.30-08.30 Προσέλευση (Δημοτικό Κολυμβητήριο)
09.00-11.00 Αθλητικές δραστηριότητες σε ανοιχτούς χώρους
11.00-11.30 Δεκατιανό
11.30-14.00 Δραστηριότητες σε κλειστούς χώρους
14.00-16.00 Αποχώρηση (Sports – café Δ/ση Έβερετ και Κεφαλληνίας)

Κολύμβηση

Υδατοσφαίριση

Συγχρονισμένη κολύμβηση

Παιδικό αερόμπικ

Παιχνίδια στο νερό

Τένις

Ποδόσφαιρο

Μπάσκετ

Χόκεϊ

Εικαστικά

Σουμπούτεο

Μαθήματα ζαχαροπλαστικής

Εργαστήρια κατασκευών (κοσμημάτων, βοτανοζωγραφικής, κορνιζών, ψηφιδωτών, με πηλό κ.α.)

Ενόργανη

Πινακ-πονγκ

Παραδοσιακοί χοροί

Μοντέρνοι χοροί

Τάε-κβον-ντο

Μουσική (ντραμς-ακορντεόν-αρμόνιο-μπουζούκι)

Παιδικά παιχνίδια

Προβολή ταινιών στο θέατρο του Δημαρχείου

Επισκέψεις στη Δημοτική Βιβλιοθήκη

Επισκέψεις στο Πάρκο Κυκλοφοριακής Αγωγής

Τοξοβολία

Προστασία περιβάλλοντος και Ανακύκλωση

Δραστηριότητες



*Αθλητικές δραστηριότητες

Ποδόσφαιρο, Μπάσκετ, Βόλεϊ, Χάντμπολ, Τένις, ΤΑΕΚΒΟΝΤΟ, Μπάντμιντον, Χόκεϊ, Ρυθμική, Ενόργανη, Ζυμπα κ.α.

Ζωγραφική, Μουσική, Παιδαγωγικά Παιχνίδια, Καλλιτεχνικές Δραστηριότητες, Εορταστικές Κατασκευές – Μικροί Κηπουροί – Δημιουργία Λαχανόκηπου, Μικροί Ζαχαροπλάστες – Δημιουργίες με Σοκολάτα – Πλυτζούρια κ.α. Προαιρετικές Εκπαιδευτικές & Ψυχαγωγικές Εκδρομές.

**Παιδαγωγικά παιχνίδια, Καλλιτεχνικές δραστηριότητες

ΚΑΘΗΜΕΡΙΝΗ ΠΑΡΟΥΣΙΑ ΓΙΑΤΡΟΥ & ΠΑΙΔΟΨΥΧΟΛΟΓΟΥ ΣΤΟΥΣ ΧΩΡΟΥΣ ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΩΝ

Υπάρχει η δυνατότητα σίτισης των παιδιών (μεσημεριανό) με δικό τους φαγητό

ΚΑΘΗΜΕΡΙΝΗ ΠΑΡΟΥΣΙΑ ΓΙΑΤΡΟΥ ΣΤΟΥΣ ΧΩΡΟΥΣ ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΩΝ