

**1ο Summer Camp Woman Volleyball ΠΑΟΚ 2019**

**ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ 18 - 28 ΙΟΥΝΙΟΥ**

**ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΩΝ**

**ΠΡΩΤΗ ΕΒΔΟΜΑΔΑ 18/22.06.19**

**ΤΡΙΤΗ** : ΑΝΑΡΡΙΧΗΣΗ [Αναρριχητική Λέσχη Βορείου Ελλάδος πλησίον γηπέδου Τούμπας – Μετακίνηση με τα πόδια]

**ΤΕΤΑΡΤΗ** : Παιχνίδια εσωτερικού χώρου [Θύρα 3 Γήπεδο Τούμπας]

**ΠΕΜΠΤΗ** : BEACH VOLLEY [Μετακίνηση με λεωφορείο στη Μίκρα – Ολιγόλεπτη Επίσκεψη στο Παλατάκι στην επιστροφή]

**ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ** : ΚΟΛΥΜΒΗΣΗ [Κλειστό κολυμβητήριο ΠΑΟΚ στο γήπεδο της Τούμπας]

**ΣΑΒΒΑΤΟ** : Παιχνίδια εσωτερικού χώρου [Θύρα 3]

**ΔΕΥΤΕΡΗ ΕΒΔΟΜΑΔΑ 24/28.06.19**

**ΔΕΥΤΕΡΑ** : Παιχνίδια εσωτερικού χώρου [Θύρα 3 Γήπεδο Τούμπας]

**ΤΡΙΤΗ** : ΑΝΑΡΡΙΧΗΣΗ [Αναρριχητική Λέσχη Βορείου Ελλάδος πλησίον γηπέδου Τούμπας – Μετακίνηση με τα πόδια]

**ΤΕΤΑΡΤΗ** : BEACH VOLLEY [Μετακίνηση με λεωφορείο στη Μίκρα] – Ολιγόλεπτη Επίσκεψη στο Παλατάκι στην επιστροφή]

**ΠΕΜΠΤΗ** : ΚΟΛΥΜΒΗΣΗ [Κλειστό κολυμβητήριο ΠΑΟΚ στο γήπεδο της Τούμπας]

**ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ** : Παιχνίδια εσωτερικού χώρου [Θύρα 3]

* **ΚΑΘΕ ΠΑΙΔΙ ΘΑ ΠΑΙΡΝΕΙ ΚΑΘΗΜΕΡΙΝΑ ΓΙΑ ΚΟΛΑΤΣΙΟ ΕΝΑ ΣΑΚΟΥΛΑΚΙ ΜΕ ΣΑΝΤΟΥΪΤΣ, ΧΥΜΟ ΚΑΙ ΝΕΡΑΚΙ!**

**ΓΕΝΙΚΕΣ ΟΔΗΓΙΕΣ ΠΡΟΣ ΠΑΙΔΙΑ & ΓΟΝΕΙΣ**

* ΕΧΩ ΜΑΖΙ ΜΟΥ ΠΑΝΤΑ ΑΘΛΗΤΙΚΑ ΠΑΠΟΥΤΣΙΑ ΚΑΙ ΑΝΕΤΑ ΡΟΥΧΑ ΓΙΑ ΠΡΟΠΟΝΗΣΗ
* ΜΙΑ ΑΛΛΑΞΙΑ ΜΕ ΡΟΥΧΑ ΜΕΣΑ ΣΤΟ ΣΑΚΟ
* ΝΕΡΟ ή/και ΧΡΗΜΑΤΑ ΓΙΑ ΝΑ ΑΓΟΡΑΣΩ [Έχει αυτόματο μηχάνημα πώλησης στην Θύρα 3]
* ΓΙΑ ΤΗΝ ΚΟΛΥΜΒΗΣΗ , ΕΧΟΥΜΕ ΜΑΖΙ ΜΑΣ ΜΑΓΙΩ , ΠΕΤΣΕΤΑ , ΠΑΝΤΟΦΛΕΣ , ΣΚΟΥΦΑΚΙ, ΓΥΑΛΑΚΙΑ [*ΠΡΟΕΡΑΙΤΙΚΑ*] ΑΦΡΟΛΟΥΤΡΟ ΚΑΙ ΡΟΥΧΑ ΓΙΑ ΝΑ ΑΛΛΑΞΟΥΜΕ.
* ΔΕΝ ΕΧΟΥΜΕ ΜΑΖΙ ΜΑΣ ΚΙΝΗΤΑ. ΑΝ ΧΡΕΙΑΣΤΕΙ ΕΠΙΚΟΙΝΩΝΙΑ ΘΑ ΓΙΝΕΙ ΜΕ ΤΑ ΤΗΛΕΦΩΝΑ ΤΩΝ ΠΡΟΠΟΝΗΤΡΙΩΝ/ΤΩΝ.
* ΔΕΝ ΕΧΟΥΜΕ ΜΑΖΙ ΜΑΣ ΠΟΛΛΑ ΧΡΗΜΑΤΑ!
* ΕΧΩ ΠΑΝΤΑ ΜΕΣΑ ΣΤΟΝ ΣΑΚΟ ΜΟΥ ΜΙΑ ΣΑΚΟΥΛΑ ΩΣΤΕ ΝΑ ΑΦΗΝΩ ΣΤΟ ΓΗΠΕΔΟ ΟΤΙ ΔΕΝ ΘΑ ΜΑΣ ΧΡΕΙΑΣΤΕΙ ΣΤΗΝ ΕΞΟΡΜΗΣΗ ΜΑΣ ΕΚΤΟΣ ΤΗΣ ΘΥΡΑΣ 3!
* ΓΙΑ ΤΟ **BEACH VOLLEY** EXOYME MAZI ΜΑΣ **ΟΠΩΣΔΗΠΟΤΕ ΚΑΠΕΛΟ ΚΑΙ ΑΝΤΗΛΙΑΚΟ!**
* ΓΙΑ ΤΗΝ ΑΝΑΡΡΙΧΗΣΗ ΕΧΟΥΜΕ ΜΑΖΙ ΜΑΣ ΕΝΑ ΖΕΥΓΑΡΙ ΚΑΛΤΣΕΣ.
* **ΑΠΑΙΤΕΙΤΑΙ *(ΓΙΑ ΤΑ ΠΑΙΔΙΑ ΕΚΤΟΣ ΑΚΑΔΗΜΙΑΣ VOLLEY)* ΜΙΑ ΒΕΒΑΙΩΣΗ ΑΠΟ ΠΑΘΟΛΟΓΟ ΙΑΤΡΟ ΟΤΙ, ΤΟ ΠΑΙΔΙ ΜΠΟΡΕΙ ΝΑ ΑΘΛΗΘΕΙ ΚΑΝΟΝΙΚΑ ΚΑΙ ΔΕΝ ΕΧΕΙ Ή ΑΝΤΙΜΕΤΩΠΙΖΕΙ ΚΑΠΟΙΟ ΠΡΟΒΛΗΜΑ ΥΓΕΙΑΣ!**

*ΤΜΗΜΑ ΠΕΤΟΣΦΑΙΡΙΣΗΣ Α.Σ. ΠΑΟΚ*

(Τηλ. επικοινωνίας 6978550808 Κος Χ΄΄βασιλειάδης – 6985930500 Κος Αλέξανδρος – 6978019660 Κα Νεκταρία - 6937693268 Κα Νόπη)