



Πανεπιστήμιο Αιγαίου

ΑΙΓΑΙΑΚΟΣ  
ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΑΚΟΣ  
ΑΘΛΗΤΙΣΜΟΣ

Γραφείο Φυσικής Αγωγής  
& Αθλητισμού  
Πατριάρχου Γρηγορίου 13  
Κτίριο Χατζηγιάννη  
81100 Μυτιλήνη

Μυτιλήνη 4 Νοεμβρίου 2021

### ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΑΣ ΑΙΘΟΥΣΑΣ ΜΥΙΚΗΣ ΕΝΔΥΝΑΜΩΣΗΣ

Το πρόγραμμα λειτουργίας του Πανεπιστημιακού γυμναστηρίου, τηρουμένων των πρωτοκόλλων λειτουργίας των γυμναστηρίων λόγω της πανδημίας covid-19, διαμορφώνεται ως εξής:

ΔΕΥΤΕΡΑ	17.00 – 21.00
ΤΡΙΤΗ	17.00 – 21.00
ΤΕΤΑΡΤΗ	17.00 – 21.00
ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ	17.00 – 21.00

- Το πρόγραμμα λειτουργίας της αίθουσας μυϊκής ενδυνάμωσης χωρίζεται στις παρακάτω προπονητικές μονάδες:
  - 1) 17.00 – 17.50
  - 2) 18.05 – 18.55
  - 3) 19.05 – 19.55
  - 4) 20.05 – 20.55
- Μέγιστος αριθμός αθλούμενων ανά προπονητική μονάδα: 4 (1 αθλούμενος/10m<sup>2</sup>).
- Οι αθλούμενοι μπορούν να συμμετέχουν σε 1 Προπονητική μονάδα/ημέρα.
- Οι αθλούμενοι πρέπει να δηλώσουν μέσω του συστήματος κρατήσεων την ημέρα και την προπονητική μονάδα προσέλευσής τους.
- Σε περίπτωση μη προσέλευσης σε δύο προπονητικές μονάδες τον τρέχοντα μήνα οι αθλούμενοι δε θα μπορούν να συμμετάσχουν στην αίθουσα μυϊκής ενδυνάμωσης τον επόμενο μήνα.
- Για το μήνα Νοέμβριο (09/11 – 26/11) οι αθλούμενοι μπορούν να πραγματοποιήσουν τις αντίστοιχες κρατήσεις στην ιστοσελίδα:  
<https://www.sagenda.net/Frontend/Calendar/61815da983926fa7143006f9>
- Οι αθλούμενοι συμμετέχουν ακολουθώντας το πρωτόκολλο λειτουργίας γυμναστηρίων  
<http://sports.aegean.gr/diafora/FEK%2009.2021.pdf>

Με εκτίμηση,

Μαστρογιαννόπουλος Δ. Νικόλαος  
Ε.Ε.Π Φυσικής Αγωγής και Αθλητισμού

