

Άσκηση - Άθληση

- Κλειστό Κολυμβητικό Κέντρο • Fitness Studio με εξειδικευμένα μηχανήματα
- Αίθουσες για προγράμματα γυμναστικής • Εσωτερικά και εξωτερικά γήπεδα basketball και volleyball • Γήπεδα ποδοσφαίρου • Γήπεδο beach volley
- Γήπεδα τέννις • Γήπεδο squash • Στίβος

🕒 Ημέρες και Ώρες Λειτουργίας

Γυμναστήριο		1/9/2022 - 18/7/2023	Δευτέρα-Παρασκευή 17:30-22:30 Σάββατο 14:00-19:00
Κολυμβητικό Κέντρο		1/9/2022 - 18/7/2023	Δευτέρα-Παρασκευή 17:30-21:30 Σάββατο 14:00-19:00

ΧΡΗΣΗ ΕΓΚΑΤΑΣΤΑΣΕΩΝ

Γήπεδα για Ατομικά Αθλήματα	Μηνιαία	Τριμηνιαία	Εξαμηνιαία	Ετήσια
 Εγγραφή Γυμναστήριο - Κολυμβητήριο (Κολύμβηση, Fitness Studio, Υδρογυμναστική, Κυκλική Προπόνηση. Χρήση των γηπέδων τέννις, squash και του στίβου, κατόπιν συνεννοήσεως με τη Γραμματεία)	€ 100	€ 270	€ 480	€ 700
 Εγγραφή μελών ομάδων Γυμναστήριο - Κολυμβητήριο (Κολύμβηση, Fitness Studio, Υδρογυμναστική, Κυκλική Προπόνηση. Χρήση των γηπέδων τέννις, squash και του στίβου, κατόπιν συνεννοήσεως με τη Γραμματεία)	€ 60	€ 155	€ 270	€ 400
 Squash (2 φορές / εβδομάδα) (Κατόπιν συνεννοήσεως με τη Γραμματεία)	€ 50	€ 140	€ 240	€ 360
 Τέννις (2 φορές / εβδομάδα) (Κατόπιν συνεννοήσεως με τη Γραμματεία)	€ 50	€ 140	€ 240	€ 360
 Στίβος (Καθημερινά)	€ 50	€ 140	€ 240	€ 360

Γήπεδα για Ομάδες (2 ώρες / εβδομάδα)	Τριμηνιαία	Εξαμηνιαία	Ετήσια
Εσωτερικά γήπεδα και γήπεδο ποδοσφαίρου 5x5	€ 1.150	€ 2.000	€ 3.100
Γήπεδα ποδοσφαίρου 7x7	€ 1.300	€ 2.200	€ 3.200
Εξωτερικά γήπεδα basketball και volleyball	€ 570	€ 1.100	€ 1.700
Εξωτερικό γήπεδο beach volley	€ 400	€ 750	€ 1.000

ΜΑΘΗΜΑΤΑ	Μηνιαία	Τριμηνιαία	Εξαμηνιαία	Ετήσια
 Κυκλική Προπόνηση (Cross Training) (Τετάρτη 18:00-19:00)	€ 25	€ 70	€ 120	€ 180
 Υδρογυμναστική (Τρίτη & Πέμπτη 19:30-20:30)	€ 50	€ 140	€ 240	€ 360
 Τμήματα Κολύμβησης (3 έως 6 άτομα, 1 ώρα / εβδομάδα) (από 12/9/2022 μέχρι 9/06/2023)	€ 70	€ 190	€ 340	€ 510
 Προπονήσεις Δρόμων Αντοχής με τη Μαρία Πολύζου (Τρίτη & Πέμπτη 19:00-20:30)	€ 40			
 Traditional Hatha Yoga με την Άννα Γρίμμα ▶ έναρξη 23/2/2023	Πέμπτη 17:30-18:45, 14 εβδομάδες, € 180			
 Pilates με τη Ζωή Σπανού ▶ έναρξη 6/2/2023	Δευτέρα 17:30-18:30, 14 εβδομάδες, € 140			
 Μπαλέτο με τη Ζωή Σπανού ▶ έναρξη 6/2/2023	Δευτέρα 18:30-20:00, 14 εβδομάδες, € 210			
 Κίνηση / Σύγχρονος Χορός με την Άννα Γρίμμα ▶ έναρξη 9/2/2023	Πέμπτη 19:00-20:15, 14 εβδομάδες, € 180			
 Ελληνικοί Χοροί με την Άννα Μαρούλη ▶ έναρξη 7/2/2023	Τρίτη 18:30-19:30, 14 εβδομάδες, € 140			

Εκπτώσεις για ατομικές εγγραφές ισχύουν:

- στα μέλη των οικογενειών των εγγεγραμμένων στο πρόγραμμα «Άσκηση-Άθληση»
- στους αποφοίτους του Κολλεγίου Αθηνών - Κολλεγίου Ψυχικού
- στους σπουδαστές του Προγράμματος Επιμόρφωσης Ενηλίκων
- στο προσωπικό του Ελληνοαμερικανικού Εκπαιδευτικού Ιδρύματος