



ΑΡΙΣΤΟΤΕΛΕΙΟ ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟ ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗΣ

ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΑΚΟ ΓΥΜΝΑΣΤΗΡΙΟ

Απολογισμός Δραστηριοτήτων 2014-15
Επιτροπής Εποπτείας Πανεπιστημιακού Γυμναστηρίου

Περιεχόμενα	
Προγράμματα για φοιτητές	3
Προγράμματα για εργαζόμενους	11
Αθλούμενοι	14
Παράλληλες δράσεις	15
Προγράμματα για παιδιά	31
Αθλητικές ακαδημίες	31
AUTh Day Camp	33
Επισκέψεις σχολείων	36
7ος Αριστότελειος	37
Διαδικτυακά μέσα	42
Ηλεκτρονική διακυβέρνηση	45

Προγράμματα για
φοιτητές/τριες

Προγράμματα για
εργαζόμενους



Προγράμματα για φοιτητές

Δραστηριότητα	Ημέρες	Ώρες	Τόπος	Περιγραφή	Έναρξη
Ποδόσφαιρο	Δευτ.-Παρ.	8.00-22.00	Γηπ. 11X11 & 5X5	Ελεύθερη Δραστηριότητα. Εξαιρούνται απο το ωράριο οι ώρες του πρωταθλήματος και του	16/9/13
Καλαθοσφαίριση	Δευτ.-Παρ.	15.00-20.00	Σάλα	Ελεύθερη Δραστηριότητα	16/9/13
Πετοσφαίριση	Δευτ.-Παρ.	15.00-20.00	Σάλα	Ελεύθερη Δραστηριότητα	16/9/13
Γενική Ενδυνάμωση (όργανα) Fitness & Γυμναστική με Βάρη	Δευτ.-Παρ.	9.00-13.30 & 15.00-22.00	Αιθ.7,9,1	Μηχανήματα Ενδυνάμωσης, Εργοδιάδρομοι, Ποδήλατα, Κωπηλατικά	16/9/13
Ξιφασκία	Δευτέρα και Τετάρτη	19.30-21.00	περίπτερο 7 ΔΕΘ	Τμήμα εκμάθησης ξιφασκίας	25/10/13
Αντισφαίριση	Δευτέρα-Παρασκευή	18.00-20.00	Γήπεδο Τένις	Τμήμα εκμάθησης Αντισφαίρισης	16/9/13
Επιτραπέζια Αντισφαίριση	Δευτ.-Παρ.	8.00-13.30 & 15.00-22.00	Αιθ.16	Ελεύθερη Δραστηριότητα	16/9/13
Καράτε (Αρχάριοι)	Δευτέρα & Παρασκευή	18.00-19.00	Αιθ. 45	Τμήμα εκμάθησης Καράτε Shotokan αρχαρίων	23/9/13

Προγράμματα για φοιτητές

Δραστηριότητα	Ημέρες	Ώρες	Τόπος	Περιγραφή	Έναρξη
Καράτε (Προχωρημένοι)	Δευτέρα & Τετάρτη	19.00-21.00	Αιθ.45	Τμήμα εκμάθησης Καράτε Shotokan προχωρημένων	23/9/13
Κολύμβηση	Δευτ.-Παρ.	10.30-13.30	Εθνικό Κολ.	Εκμάθηση και ελεύθερη δραστηριότητα. (Ώρα προσέλευσης: έως 13.00)	23/9/13
Παραδοσιακοί χοροί (αρχάριοι)	Δευτέρα	17.00-18.00	Αιθ. 18	Τμήμα εκμάθησης παραδοσιακών χορών	16/9/13
Παραδοσιακοί χοροί (μεσαίοι)	Παρασκευή	16.00-17.00	Αιθ. 2	Τμήμα εκμάθησης παραδοσιακών χορών	16/9/13
Παραδοσιακοί χοροί (προχωρημένοι)	Παρασκευή	17.00-18.00	Αιθ. 2	Τμήμα εκμάθησης παραδοσιακών χορών	16/9/13

Προγράμματα για φοιτητές

Δραστηριότητα	Ημέρες	Ώρες	Τόπος	Περιγραφή	Έναρξη
Cardio Fitness			Αιθ.18	Βελτιώστε την λειτουργία της καρδιάς και των πνευμόνων σας μέσα απο ένα διασκεδαστικό πρόγραμμα αερόβιας άσκησης	Θα ανακοινωθεί
Αεροβική Γυμναστική (Χορευτική)	Τετάρτη	18.00-19.00	Αιθ.18	Το dance aerobic είναι ένα είδος προγράμματος εκγύμνασης, όπου ο ασκούμενος-η χορεύει, διασκεδάζει αλλά ταυτόχρονα γυμνάζεται αφού σκοπός του είναι η βελτίωση της φυσικής κατάστασης και η καύση λίπους.	16/9/13
Αεροβική Γυμναστική (Δυναμική)	Τρίτη & Πέμπτη	18.00-19.00	Αιθ.18	Το Dynamic Aerobic έχει ως στόχο την ενδυνάμωση, τη σύσφιξη και γράμμωση μέσα από ένα πλούσιο ασκησιολόγιο το οποίο εκτελείται με αλτήρες (βαράκια), pilates ring και λάστιχα.	16/9/13
Fit Ball	Παρασκευή	17.00-18.00	Αιθ.18	Η fitball είναι από τις καλύτερες μεθόδους για γυμναστική. Η γυμναστική με ισορροπία μπορεί να γίνει ευχάριστη αφού μπορούμε να δημιουργήσουμε ασκήσεις σε παιγνιώδη μορφή, κάτι που κάνει την άσκηση πιο ευχάριστη.	16/9/13

Προγράμματα για φοιτητές

Δραστηριότητα	Ημέρες	Ώρες	Τόπος	Περιγραφή	Έναρξη
Crossfit	Δευτέρα	18.00-19.00	Αιθ.18	Το CrossFit είναι ένα πρόγραμμα ενδυνάμωσης και φυσικής κατάστασης σε εναλλασσόμενη υψηλή ένταση. Οι προπονήσεις συγχωνεύουν όλα τα οφέλη του κλασικού	16/9/13
Pilates	Δευτέρα-Πέμπτη	19.00-20.00	Αιθ.18	Η κλασική πλέον μορφή άσκησης όλου του σώματος που χαρίζει μυϊκή δύναμη, ισορροπία, ορθοσωμία και ευεξία	16/9/13
Pilates Partner	Παρασκευή	16.00-17.00	Αιθ.18	Δυναμικό πρόγραμμα Pilates με συνασκούμενο. Ελάτε με τη φίλη ή το φίλο σας και απολαύστε ένα δυναμικό πρόγραμμα βελτίωσης της φυσικής σας κατάστασης	16/9/13
Yoga	Δευτέρα & Τετάρτη	15.00-16.00	Αιθ.18	Ψυχική και σωματική ηρεμία μέσα από φυσική και πνευματική εξάσκηση	16/9/13
Zumba	Δευτέρα & Πέμπτη	20.00-21.00	Αιθ.18	Χορευτικό πρόγραμμα με στοιχεία αεροβικής που περιλαμβάνει κινήσεις από Latin χορούς μέχρι hip-hop.	23/9/13

Προγράμματα για φοιτητές

Δραστηριότητα	Ημέρες	Ώρες	Τόπος	Περιγραφή	Έναρξη
Ενόργανη Γυμναστική			Αιθ. Εν.Γυμν.	Εκμάθηση Ενόργανης Γυμναστικής στα πλαίσια του φροντιστηριακού μαθήματος του ΤΕΦΑΑ	Θα ανακοινωθεί
Αργεντίνικο Τάνγκο (αρχάριοι)	Παρασκευή	20.00-21.00	Αιθ.18	Μαθηματα του δημοφιλούς Αργεντίνικου χορού	20/9/13
Αργεντίνικο Τάνγκο (μεσαίοι)	Παρασκευή	19.00-20.00	Αιθ.18	Μαθηματα του δημοφιλούς Αργεντίνικου χορού	20/9/13
Αργεντίνικο Τάνγκο (προχωρημένοι)	Παρασκευή	18.00-19.00	Αιθ.18	Μαθηματα του δημοφιλούς Αργεντίνικου χορού	20/9/13
Μοντέρνος Χορός (προχωρημένοι)	Τρίτη & Πέμπτη	15.00-16.30	Αιθ.45	Διδασκαλία μιας ομάδας χορών, όπως Hip-hop, jazz, αλλά και σύγχρονου χορού, συνδυασμένα με βασική κινησιολογία μπαλέτου, μέσα από την εκμάθηση	1/10/13
Judo	Τετάρτη και Παρασκευή	19.00-21.00	Ιβανώφειο	Ιαπωνικό μαχητικό άθλημα πάλης - Ολυμπιακό αγώνισμα	22/11/13

Προγράμματα για φοιτητές

Δραστηριότητα	Ημέρες	Ώρες	Τόπος	Περιγραφή	Έναρξη
Μοντέρνος Χορός (αρχάριοι)	Τετάρτη	16.00-17.00	Αιθ.45	Διδασκαλία μιας ομάδας χορών, όπως Hip-hop, jazz, αλλά και σύγχρονου χορού, συνδυασμένα με βασική κινησιολογία μπαλέτου, μέσα από την εκμάθηση χορογραφιών.	2/10/13
Ai Kido	Τρίτη Πέμπτη	18.00-20.00 19.00-21.00	Αιθ. 45	Τεχνική άμυνας, που επιτρέπει στον αμυνόμενο να προφυλάξει τον εαυτό του χωρίς να τραυματίσει τον αντίπαλο. Βασίζεται στην αίσθηση ισορροπίας και της τεχνικής του αμυνόμενου παρά στη μυϊκή δύναμη. Συνδυάζει χτυπήματα, λαβες, και εξάσκηση με όπλα.	17/9/13
Aqua Aerobic	Τρίτη & Πέμπτη	11.00-13.00	Εθνικό Κολ.	Αερόβια υδρογυμναστική. "Κάψτε" θερμίδες μέσα στο νερό!	24/9/13
Capoeira	Τρίτη Παρασκευή	20.00-22.00 15.00-17.00	Αιθ.45	Η Capoeira είναι πολεμική τέχνη και πολιτιστική έκφραση που εμπεριέχει χορό, πολεμική τέχνη, φιλοσοφία, άθληση και εκπαίδευση.	17/9/13
Tai-Chi	Τρίτη και Πέμπτη	16.00-17.00	Αιθ.18	Πολεμική τέχνη ήπιας εξάσκησης, που χρησιμοποιείται ενίοτε και για θεραπευτικούς σκοπούς.	24/9/13
Ποδόσφαιρο Φοιτητριών	Τρίτη και Πέμπτη	19.30-21.00	5x5	Τμήμα εκμάθησης ποσοφαίρου για φοιτήτριες. Το τμήμα θα λειτουργήσει σε 2 περιόδους Α: 29/10 έως 12/12/13 και Β: 6/3/14 έως 22/5/14	29/10/13
Ορθοσωμική-Θεραπευτική Γυμναστική	Τρίτη Τετάρτη Πέμπτη	16.30-17.30 16.30-17.30	Αίθουσα 2	Βοηθά στην ανακούφιση των μυοσκελετικών προβλημάτων της μέσης και του αυχένα	21/10/13

Νέα προγράμματα για φοιτητές

10

Δραστηριότητα	Ημέρες	Ώρες	Τόπος	Περιγραφή	Έναρξη
Circuit Cross Fit	Τρίτη και Πέμπτη	19.00-20.00	Σάλα	Κυκλική προπόνηση υψηλής έντασης, αερόβιας και αναερόβιας, σε ποικίλους συνδυασμούς, με μεγάλη αύξηση του μεταβολισμού, καύση λίπους και μυϊκή τόνωση. Η νέα και διαφορετική πρόκληση στην προπόνησή σας. Μάθε τα όρια σου και ξεπέρασε τα.	16/9/14
Dynamo Kettlebell	Τρίτη και Πέμπτη	18.00-19.00	Αιθ.2	Το πλεονέκτημα της γυμναστικής με τα kettlebells είναι ότι προπονείσαι λειτουργικά. Αυτή η μέθοδος χωρίς διάλειμμα θα αυξήσει τις επιδόσεις και το μεταβολισμό σου και θα δεις το σώμα σου να γραμμώνει με γρήγορους ρυθμούς.	2/10/14
Ενόργανη Γυμναστική	Τετάρτη Πέμπτη	17.30-19.30 17.00-19.00	Αιθ. Ενοργ.	Ενόργανη Γυμναστική για αρχάριους	6/10/14
Dance-Cardio concept	Δευτέρα	17.00-18.00	Αιθ. 18	Βασικά βήματα και συνδυασμοί σε υπέροχες χορογραφίες που στόχο έχουν την αύξηση των καρδιακών παλμών του μεταβολισμού και χάσιμο λίπους.	6/10/14

Δραστηριότητα	Ημέρες	Ώρες	Τόπος	Περιγραφή	Έναρξη
Cross Training Concept	Τρίτη Τετάρτη	12.30-13.30 17.00-18.00	Αιθ. 18	Κυκλικό πρόγραμμα βελτίωσης φυσικής κατάστασης, μέτριας έως υψηλής έντασης, το οποίο συνδυάζει ταχύτητα, δύναμη και εκρηκτικότητα.	6/10/14
Step concept	Πέμπτη	17.00-18.00	Αιθ. 18	Δυναμικοί συνδυασμοί βημάτων πάνω και κάτω από το step για βελτίωση της αερόβιας ικανότητας	6/10/14
Core Concept	Πέμπτη	12.30-13.30	Αιθ. 18	Πρόγραμμα γυμναστικής με το βάρος του σώματος με έμφαση στα πόδια και τον κοιλιά. Στόχος η ενδυνάμωση του κορμού και η βελτίωση της στάσης.	6/10/14
Outdoor Cross Fit	Παρασκευή	16.00-17.00	Στίβος	Πρόγραμμα έντονης διαλειμματικής προπόνησης, σε εξωτερικό χώρο, χρησιμοποιώντας τον ανάλογο εξοπλισμό.	6/10/14

Προγράμματα για εργαζόμενους

Δραστηριότητα	Ημέρες	Ώρες	Τόπος	Περιγραφή	Έναρξη
Ποδόσφαιρο	Δευτ.- Παρ.	8.00-22.00	Γηπ. 11X11 & 5X5	Ελεύθερη Δραστηριότητα. Εξαιρούνται απο το ωράριο οι ώρες του πρωταθλήματος και του ποδοσφαίρου φοιτητριών	16/9/13
Ορθωμική-Θεραπευτική Γυμναστική	Τρίτη- Τετάρτη Πέμπτη	16.30-1730 20.00-21.00	Αιθ. 2	Βοηθά στην ανακούφιση των μυοσκελετικών προβλημάτων της μέσης και του αυχένα	30/11/13
Καλαθοσφαίριση	Δευτ.- Παρ.	15.00-20.00	Σάλα	Ελεύθερη Δραστηριότητα	16/9/13
Πετοσφαίριση	Δευτ.- Παρ.	15.00-20.00	Σάλα	Ελεύθερη Δραστηριότητα	16/9/13
Γενική Ενδυνάμωση (όργανα) Fitness & Γυμναστική με Βάρη	Δευτ.- Παρ.	9.00-13.30 & 15.00-22.00	Αιθ.7,9,1 & 44	Μηχανήματα Ενδυνάμωσης, Εργοδιάδρομοι, Ποδήλατα, Κωπηλατικά	16/9/13
Αντισφαίριση	Δευτ.- Παρ.	18.00-20.00	Γήπεδο Τένις	Τμήμα εκμάθησης Αντισφαίρισης	16/9/13
Επιτραπέζια Αντισφαίριση	Δευτ.- Παρ.	8.00-13.30 & 15.00-22.00	Αιθ.16	Ελεύθερη Δραστηριότητα	16/9/13
Κολύμβηση	Δευτ.- Παρ.	10.30-13.30	Εθνικό Κολ.	Εκμάθηση και ελεύθερη δραστηριότητα. (Ώρα προσέλευσης έως 13.00)	23/9/13
Παραδοσιακοί χοροί	Δευτέρα	16.00-17.00	Αιθ.2	Τμήμα εκμάθησης παραδοσιακών χορών	16/9/13
Cardio Fitness			Αιθ.18	Βελτιώστε την λειτουργία της καρδιάς και των πνευμόνων σας μέσα απο ένα διασκεδαστικό πρόγραμμα αερόβιας άσκησης	Θα ανακοινωθεί

Προγράμματα για εργαζόμενους

Δραστηριότητα	Ημέρες	Ώρες	Τόπος	Περιγραφή	Έναρξη
Pilates	Δευτ.- Πέμπτη	19.00-20.00	Αιθ. 18	Η κλασική πλέον μορφή άσκησης όλου του σώματος που χαρίζει μυϊκή δύναμη, ισορροπία, ορθοσωμία και ευεξία. Το πρόγραμμα γίνεται μαζί με τους/τις φοιτητές/τριες	16/9/13
Pilates Partner	Παρασκευή	16.00-17.00	Αιθ.18	Δυναμικό πρόγραμμα Pilates με συνασκούμενο. Ελάτε με τη φίλη ή το φίλο σας και απολαύστε ένα δυναμικό πρόγραμμα βελτίωσης της φυσικής σας κατάστασης. Το πρόγραμμα γίνεται μαζί με τους/τις φοιτητές/τριες	16/9/13
Yoga	Δευτέρα & Τετάρτη	16.00-17.00	Αιθ.18	Ψυχική και σωματική ηρεμία μέσα απο φυσική και πνευματική εξάσκηση	16/9/13
Αργεντίνικο Τάνγκο (αρχάριοι)	Παρασκευή	20.00-21.00		Μαθηματα του δημοφιλούς Αργεντίνικου χορού. Το πρόγραμμα γίνεται μαζί με τους/τις φοιτητές/τριες	16/9/13
Αργεντίνικο Τάνγκο (μεσαίοι)	Παρασκευή	19.00-20.00	Αιθ.18	Μαθηματα του δημοφιλούς Αργεντίνικου χορού. Το πρόγραμμα γίνεται μαζί με τους/τις φοιτητές/τριες	16/9/13
Αργεντίνικο Τάνγκο (προχωρημένοι)	Παρασκευή	18.00-19.00	Αιθ.18	Μαθηματα του δημοφιλούς Αργεντίνικου χορού.Το πρόγραμμα γίνεται μαζί με τους/τις φοιτητές/τριες	16/9/13
Φυσική Κατάσταση	Δευτέρα Πέμπτη	18.00-19.00 19.00-20.00	Σάλα	Πρόγραμμα βελτίωσης της φυσικής κατάστασης με περιεχόμενα χαμηλής έντασης και αθλοπαιδιές	23/9/13
Αεροβική Γυμναστική (Δυναμική)	Τρίτη & Πέμπτη	18.00-19.00	Αιθ. 18	Το Dynamic Aerobic έχει ως στόχο την ενδυνάμωση, τη σύσφιξη και γράμμωση μέσα από ένα πλούσιο ασκησιολόγιο το οποίο εκτελείται με αλτήρες (βαράκια), pilates ring και λάστιχα.Το πρόγραμμα γίνεται μαζί με τους/τις φοιτητές/τριες	16/9/13
Fit Ball	Παρασκευή	17.00-18.00	Αιθ.18	Η fitball είναι από τις καλύτερες μεθόδους για γυμναστική. Η γυμναστική με ισορροπία μπορεί να γίνει ευχάριστη αφού μπορούμε να δημιουργήσουμε ασκήσεις σε παιγνιώδη μορφή, κάτι που κάνει την άσκηση πιο ευχάριστη.Το πρόγραμμα γίνεται μαζί με τους/τις φοιτητές/τριες	16/9/13
Aqua Aerobic	Τρίτη & Πέμπτη	11.00-13.00	Εθνικό Κολ.	Αερόβια υδρογυμναστική. "Κάψτε" θερμίδες μέσα στο νερό! Το πρόγραμμα γίνεται μαζί με τους/τις φοιτητές/τριες	24/9/13
Μοντέρνος Χορός	Τετάρτη	16.00-17.00	Αιθ.45	Διδασκαλία μιας ομάδας χορών, όπως Hip-hop, jazz, αλλά και σύγχρονου χορού, συνδυασμένα με βασική κινησιολογία μπαλέτου, μέσα από την εκμάθηση χορογραφιών. Το πρόγραμμα γίνεται μαζί με τους/τις φοιτητές/τριες	1/10/13

Προγράμματα για εργαζόμενους

Δραστηριότητα	Ημέρες	Ώρες	Τόπος	Περιγραφή	Έναρξη
Tai-Chi	Τρίτη & Πέμπτη	16.00-17.00	Αιθ.18	Πολεμική τέχνη ήπιας εξάσκησης, που χρησιμοποιείται ενίοτε και για θεραπευτικούς σκοπούς. Το πρόγραμμα γίνεται μαζί με τους/τις φοιτητές/τριες	24/9/13
Ξιφασκία	Δευτέρα και Τετάρτη	19.30-21.00	Περίπτερο 7 ΔΕΘ	Εκμάθηση ξιφασκίας	21/10/13

Αθλούμενοι 2014-15

Σύνολο: 8293

Άντρες: 55%

Γυναίκες: 45%

Φοιτητές/τριες: 95%

Εργαζόμενοι στο ΑΠΘ: 5%



Παράλληλες δράσεις

Πρωτάθλημα Ποδοσφαίρου

Συμμετοχή από 27 ξεχωριστά τμήματα του ΑΠΘ

Το πρωτάθλημα ολοκληρώθηκε το Μάιο του 2015



Παράλληλες δράσεις

Πρωτάθλημα Καλαθοσφαίρισης (φοιτητών & φοιτητριών)

Συμμετοχή από 27 τμήματα του ΑΠΘ (φοιτητές) 6 ομάδες (φοιτήτριες)

Το πρωτάθλημα ολοκληρώθηκε το Μάιο του 2015



Παράλληλες δράσεις

Πρωτάθλημα
πετοσφαίρισης 2014-15
με συμμετοχή από 18 ομάδες
φοιτητών και φοιτητριών



Παράλληλες δράσεις

Έναρξη προγράμματος
πρακτικής άσκησης φοιτητών

- 3 η χρονιά λειτουργίας του προγράμματος πρακτικής άσκησης φοιτητών το οποίο αφορά διαιτησίες αγώνων πρωταθλημάτων
- Συνολικά απασχολούνται 9 φοιτητές από διάφορα τμήματα του ΑΠΘ



Παράλληλες δράσεις

Συμμετοχή στη διοργάνωση του 3 ου Νυχτερινού Ημιμαραθωνίου

- Τιμητική διάκριση στο Π.Γ. απο την οργανωτική επιτροπή του Ημιμαραθωνίου



Παράλληλες δράσεις

3 τουρνουά επιτραπέζιας
αντισφαίρισης διοργανώθηκαν την
ακαδημαϊκή χρονιά 2014-15



Παράλληλες δράσεις

- Διοργάνωση τουρνουά μίνι ποδοσφαίρου 5X5 **φοιτητών** με τη συμμετοχή 20 ομάδων. Το τουρνουά διεξήχθη με ανταποδοτικό χαρακτήρα
- Διοργάνωση τουρνουά ποδοσφαίρου 5X5 **φοιτητριών** με τη συμμετοχή 8 ομάδων. Το τουρνουά διεξήχθη με ανταποδοτικό χαρακτήρα



Παράλληλες δράσεις

Διοργάνωση τουρνουά
αντισφαίρισης 2015



Παράλληλες δράσεις

- Συμμετοχή στην τελετή έναρξης του Επετειακού συνεδρίου για τα 30 χρόνια του ΤΕΦΑΑ με την ομάδα μοντέρνου χορού
- Χριστουγεννιάτικη γιορτή με μουσική και χορό από φοιτητές και φοιτήτριες



Παράλληλες δράσεις

Πρόγραμμα άθλησης φοιτητών **ΑμεΑ**
σε συνεργασία με την **Εθνική**
Αθλητική Ομοσπονδία Ατόμων με
Αναπηρίες.

<http://www.eaom-amea.gr>



Παράλληλες δράσεις

Πρόγραμμα Ευ ΑΠΘ 2014-15

- ▶ μάλαξη
- ▶ σάουνα
- ▶ υδροθεραπεία
- ▶ θεραπευτική άσκηση

Ευ ΑΠΘ

ΜΑΪΟΣ 2014



Σας περιμένουμε στο καινούριο πρόγραμμα του Πανεπιστημιακού Γυμναστηρίου

Λειτουργία προγράμματος υδροθεραπείας, θεραπευτικής άσκησης, μάλαξης και σάουνας στο Πανεπιστημιακό Γυμναστήριο

Πρόγραμμα

Δευτέρα	10.00-12.00	Μάλαξη-Υδροθεραπεία-Σάουνα
	16.00-21.00	Υδροθεραπεία-Σάουνα
Τρίτη	10.00-13.00	Μάλαξη-Υδροθεραπεία-Σάουνα
	18.00-21.00	Υδροθεραπεία-Σάουνα
Τετάρτη	10.00-14.00	Μάλαξη-Υδροθεραπεία-Σάουνα
	18.00-21.00	Υδροθεραπεία-Σάουνα
Πέμπτη	10.00-13.00	Μάλαξη-Υδροθεραπεία-Σάουνα
	18.00-21.00	Υδροθεραπεία-Σάουνα
Παρασκευή	10.00-13.00	Μάλαξη-Υδροθεραπεία-Σάουνα
	18.00-21.00	Υδροθεραπεία-Σάουνα
Σάββατο	10.00-13.00	Μάλαξη-Υδροθεραπεία-Σάουνα
Κυριακή	10.00-13.00	Μάλαξη-Υδροθεραπεία-Σάουνα

Δικαίωμα συμμετοχής έχουν
Φοιτητές/τριες του ΑΠΘ με κάρτα μέλους του Π.Γ.
Εργαζόμενοι του ΑΠΘ με κάρτα μέλους του Π.Γ.



Παράλληλες δράσεις

Πρόγραμμα Διά Βίου Μάθησης “Προπονητής Αθλητικών Ακαδημιών”

- Στο πλαίσιο της Δομής Δια Βίου Μάθησης του Α.Π.Θ., το Π.Γ υλοποίησε πρόγραμμα με τίτλο «**Προπονητής Αθλητικών Ακαδημιών**».
- Σκοπός του προγράμματος ήταν η εκμάθηση και εφαρμογή βασικών επιστημονικών αρχών που σχετίζονται με αθλητικές δραστηριότητες σε παιδιά παιδικής και προεφηβικής ηλικίας.
- Η επιλογή έγινε βάση μοριοδότησης και 21 υποψήφιοι επιλέχθηκαν, οι οποίοι ήταν πτυχιούχοι Φ.Α. Τα σεμινάρια έγιναν στο Πανεπιστημιακό Γυμναστήριο τη χρονική περίοδο **31 Οκτωβρίου - 7 Δεκεμβρίου 2014**. Οι ημέρες και ώρες διεξαγωγής του προγράμματος ήταν Παρασκευή απόγευμα, Σάββατο και Κυριακή πρωί. Το κόστος συμμετοχής ήταν **200 Ευρώ** ενώ δόθηκαν και 4 υποτροφίες. Η αποφοίτηση έγινε σε ειδική τελετή από τον καθηγητή Στ. Ανδρέου, πρόεδρο της Δομής Δια Βίου Μάθησης του ΑΠΘ.



Παράλληλες δράσεις

Υποβολή ερευνητικής πρότασης στο πρόγραμμα “Diversity, inequalities and social inclusion”

Το Π.Γ., με την ερευνητική του ομάδα, υπέβαλε πρόταση στο πρόγραμμα “Διαφορετικότητα, ανισότητες και κοινωνική ενσωμάτωση”, του Χρηματοδοτικού Μηχανισμού του Ευρωπαϊκού Οικονομικού Χώρου 2009-2014

- Συγκεκριμένα, ο σχεδιασμός της πρότασης έγινε το Νοέμβριο και Δεκέμβριο του 2014, ακολουθώντας τα παρακάτω βήματα:

1. Συγκρότηση ερευνητικής ομάδας
2. Επιλογή εταίρων
3. Μελέτη, σχεδιασμός
4. Καταμερισμός εργασιών
5. Σύνταξη και υποβολή πρότασης σύμφωνα με τα καθορισμένα πρότυπα του φορέα χρηματοδότησης

- ★ Βαθμολογία Πρότασης: 88% στη δεύτερη φάση της επιλογής ενώ υπάρχει και τρίτη φάση.



Παράλληλες Δράσεις

Αθλητικές Δραστηριότητες στην Πανεπιστημιακή Κατασκήνωση στην Καλάνδρα

- Τουρνουά Beach-Volley για φοιτητές-ιες (18/7 - 19/7)
- Τουρνουά Τάβλι για φοιτητές-ιες (23/7 - 25/7)
- Τουρνουά Μπάσκετ για φοιτητές-ιες (25 - 26/7)
- Παιχνίδι «Κρυμμένος Θησαυρός» για φοιτητές-ιες (31/7)
- Τουρνουά Ποδοσφαίρου (5x5) φοιτητών (1 - 2/8)
- Τουρνουά Πόλο για παιδιά (3/8)
- Τουρνουά Μπάσκετ για παιδιά και εφήβους (5/8)
- Αγώνες Στίβου για παιδιά (6/8)
- Τουρνουά Σκάκι για φοιτητές-ιες & ενήλικες κατασκηνωτές (8 - 9/8)
- Αγώνες Κολύμβησης για παιδιά και εφήβους (10/8)
- Κατασκευές στην άμμο για παιδιά και γονείς (11/8)
- Τουρνουά Τάβλι για ενήλικες (12 - 14/8)
- Τουρνουά Ποδοσφαίρου(5x5) για παιδιά (13/8)
- Παραδοσιακά Παιχνίδια για παιδιά και εφήβους (16/8)
- Μικρή Ολυμπιάδα για παιδιά (17/8)
- Γιορτή, με παιχνίδια για γονείς και παιδιά (18/8)
- Τουρνουά Πινγκ-πονγκ για παιδιά (19/8)
- Πεζοπορία (20/8)

ΑΘΛΗΤΙΚΕΣ ΕΒΔΟΜΑΔΕΣ

- ΑΕΡΟΒΙΚΗ – AQUA AEROBIC: 19/7 – 2/8
- ΣΑΛΣΑ: 19/7 – 27/7
- YOGA: 26/7 – 3/8
- CAROEIRA: 2/8 – 10/8
- ΠΑΡΑΔΟΣΙΑΚΟΙ ΕΛΛΗΝΙΚΟΙ ΧΟΡΟΙ: 5/8 – 20/8
- ΑΡΓΕΝΤΙΝΙΚΟΣ ΧΟΡΟΣ – ΖΕΜΠΕΚΙΚΟ: 7/8 – 17/8

Παράλληλες Δράσεις

Αθλητικές Δραστηριότητες στην Πανεπιστημιακή Κατασκήνωση στην Καλάνδρα

Ημερήσιο πρόγραμμα για παιδιά και εφήβους από 6 έως 15 χρονών:

10.30: συνάντηση στην πύλη (Δευτέρα έως και Σάββατο)

10.30 – 12.00μμ: εκμάθηση κολύμβησης, παιχνίδια, διάφορες αθλητικές δραστηριότητες.

21.00: συνάντηση στα γήπεδα (Δευτέρα & Τετάρτη)

21.00 – 22.30μμ: αθλοπαιδιές, παιχνίδια, αθλήματα στίβου, διάφορες αθλητικές δραστηριότητες.

21.00: συνάντηση στην παιδική χαρά (Τρίτη & Πέμπτη)

21.00 – 22.30μμ: νυκτερινά παιχνίδια και πεζοπορίες.

Παράλληλες Δράσεις

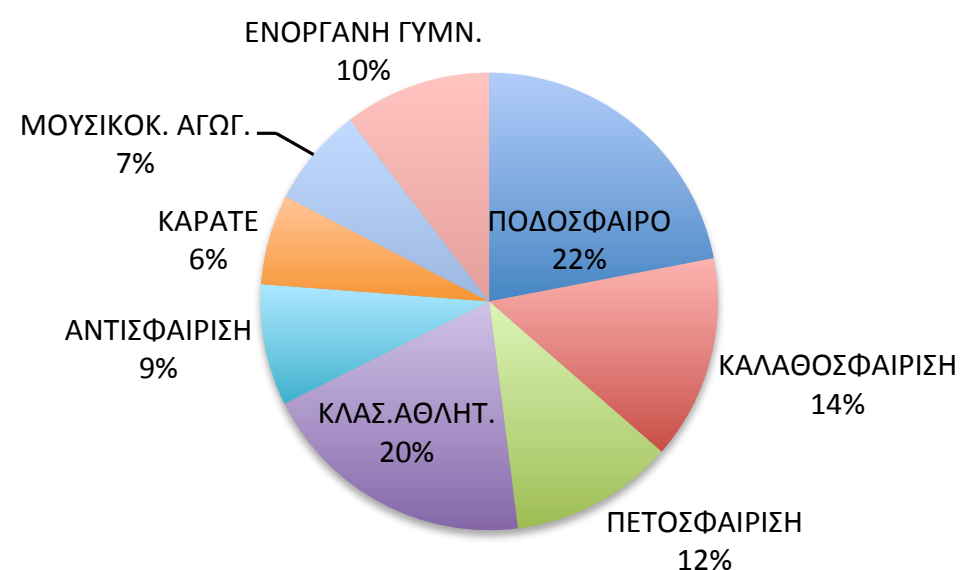
Αθλητικές Δραστηριότητες στην Πανεπιστημιακή Κατασκήνωση στην Καλάνδρα



Αθλητικές Ακαδημίες

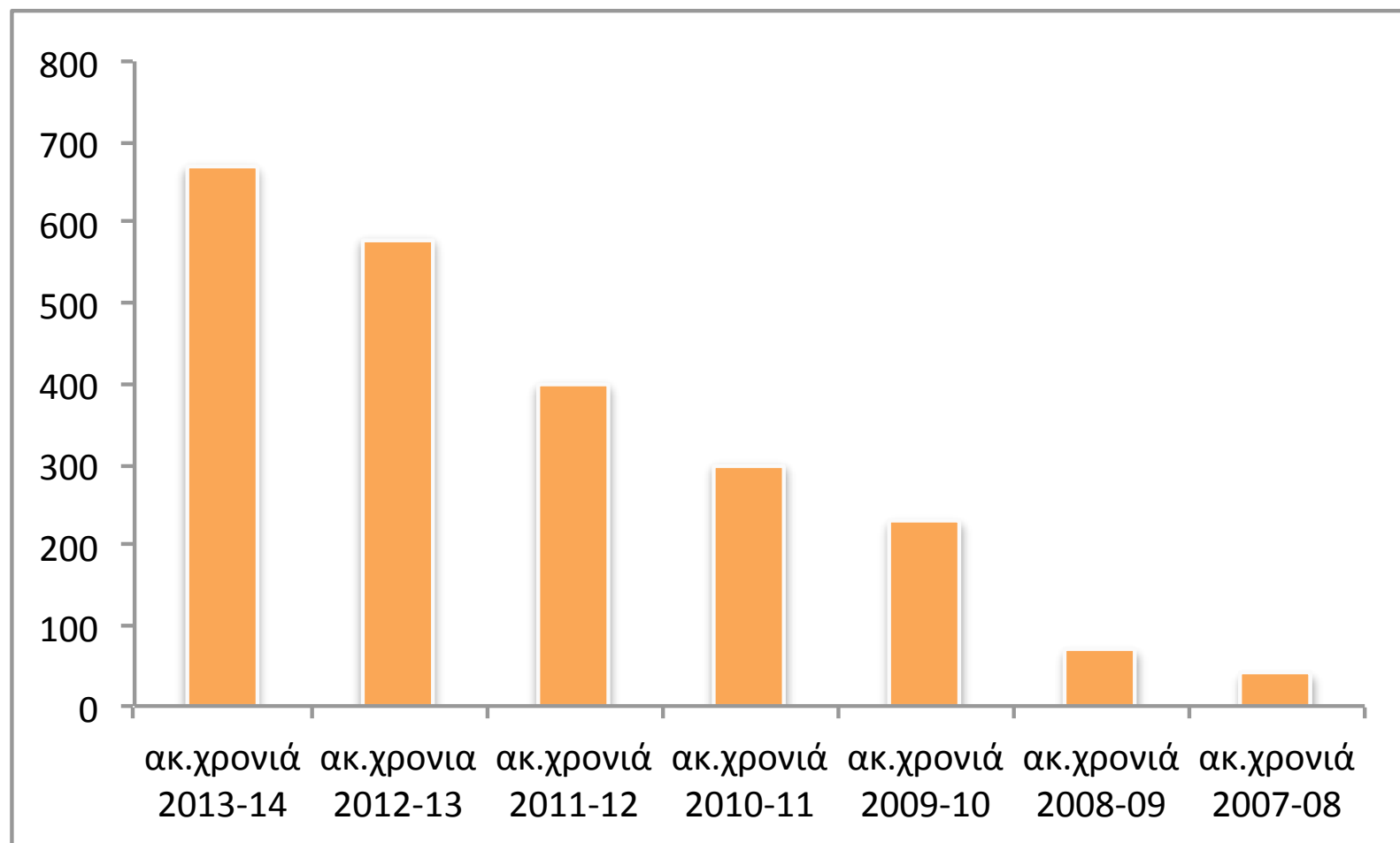
Έναρξη προγράμματος Αθλητικών Ακαδημιών

- Προσφέρονται 8 αθλητικές δραστηριότητες
- Συμετοχή **803** παιδιών
- Παράλληλη άθληση περίπου 150 γονέων κάθε Σ/Κ στα πλαίσια του προγράμματος



Αθλητικές Ακαδημίες

Συμμετοχή των παιδιών στα 7 χρόνια λειτουργίας



AUTh Day Camp Summer

Πρόγραμμα

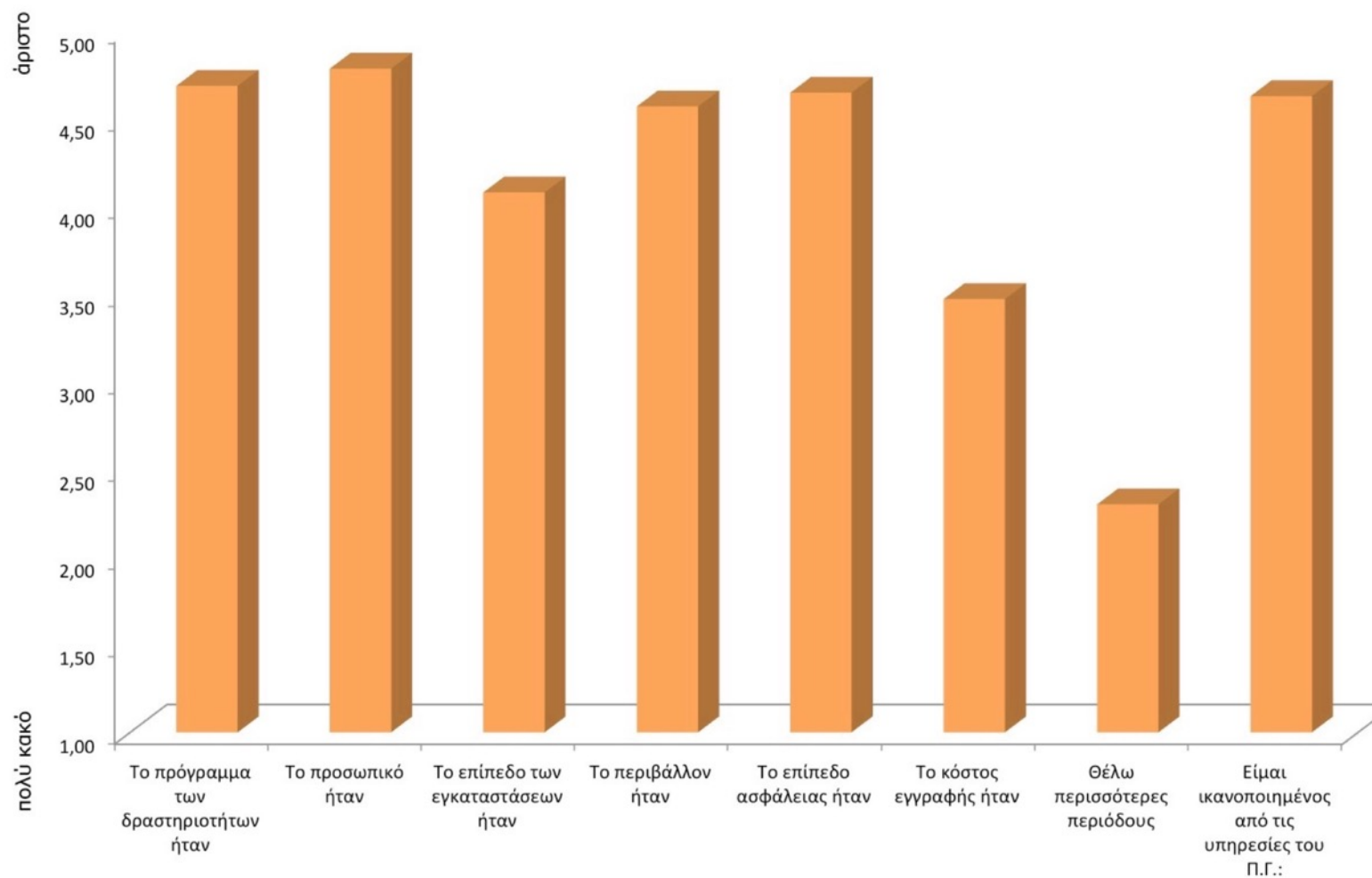
- Το πρόγραμμα αφορά 4 πενθήμερες περιόδους που αρχίζουν κάθε χρόνο την πρώτη Δευτέρα του Ιουνίου μετά τη λήξη της σχολικής χρονιάς. Τα παιδιά μπορούν να συμμετάσχουν σε μία ή περισσότερες περιόδους.
- Το ωράριο είναι από τις 8.00 μέχρι τις 16.00 καθημερινά.



AUTh Day Camp Summer

Αξιολόγηση προγράμματος

AUTh Day Camp 2015



Απόλυτα ικανοποιημένος...άριστη συμπεριφορά όλου του προσωπικού...ομαδάρχες νέα παιδιά με όρεξη για αυτό που κάνουν.... αγάπη για τα παιδιά...και μόνιμο χαμόγελο στα χείλη τους...εξαιρετική η ιδέα να ενσωματωθούν παιδιά με αναπηρία για να καλλιεργηθεί στα μικρά παιδιά το συναίσθημα της ισότητας αγάπης ευαισθησίας κ προστασίας.

Το Πανεπιστημιακό Γυμναστήριο είναι μακράν η καλύτερη υπηρεσία του Πανεπιστημίου γιατί είναι σωστά στραμμένο στην κοινωνία της Θεσσαλονίκης. Αξιοποιεί βέλτιστα την υλικοτεχνική του υποδομή και το ανθρώπινο δυναμικό του. Αυτό φυσικά οφείλεται 100% στη σωστή διοίκηση του. Συγχαρητήρια!

Ήταν η πρώτη μας χρονιά και επειδή τις προηγούμενες είχαμε επισκεφτεί αντίστοιχα προγράμματα σε άλλους φορείς (οπότε έχουμε μέτρο σύγκρισης) έμεινα πολύ ευχαριστημένη και τα παιδιά πέρασαν υπέροχα!!!! Καλό καλοκαίρι και ευχαριστούμε για τις όμορφες στιγμές.

Έχω πάει το παιδί μου σε αρκετές δραστηριότητες... από το day camp το έπαιρνα στην κυριολεξία ευτυχισμένο ... μόνο θετικά σχόλια έχω ακούσει από γονείς ... γι'αυτό εξάλλου οι εγγραφές κλείνουν σε ελάχιστο χρόνο... Το μόνο άγχος μου είναι αυτό μήπως και δεν προλάβω να τον γράψω εγκαίρως...Συνεχίστε την καλή δουλειά και την προσφορά σας με την ίδια διάθεση!!

AUTh Day Camp life skills

Πρώτη εβδομάδα του Σεπτεμβρίου του 2014, πρόγραμμα εκμάθησης δεξιοτήτων ζωής για παιδιά

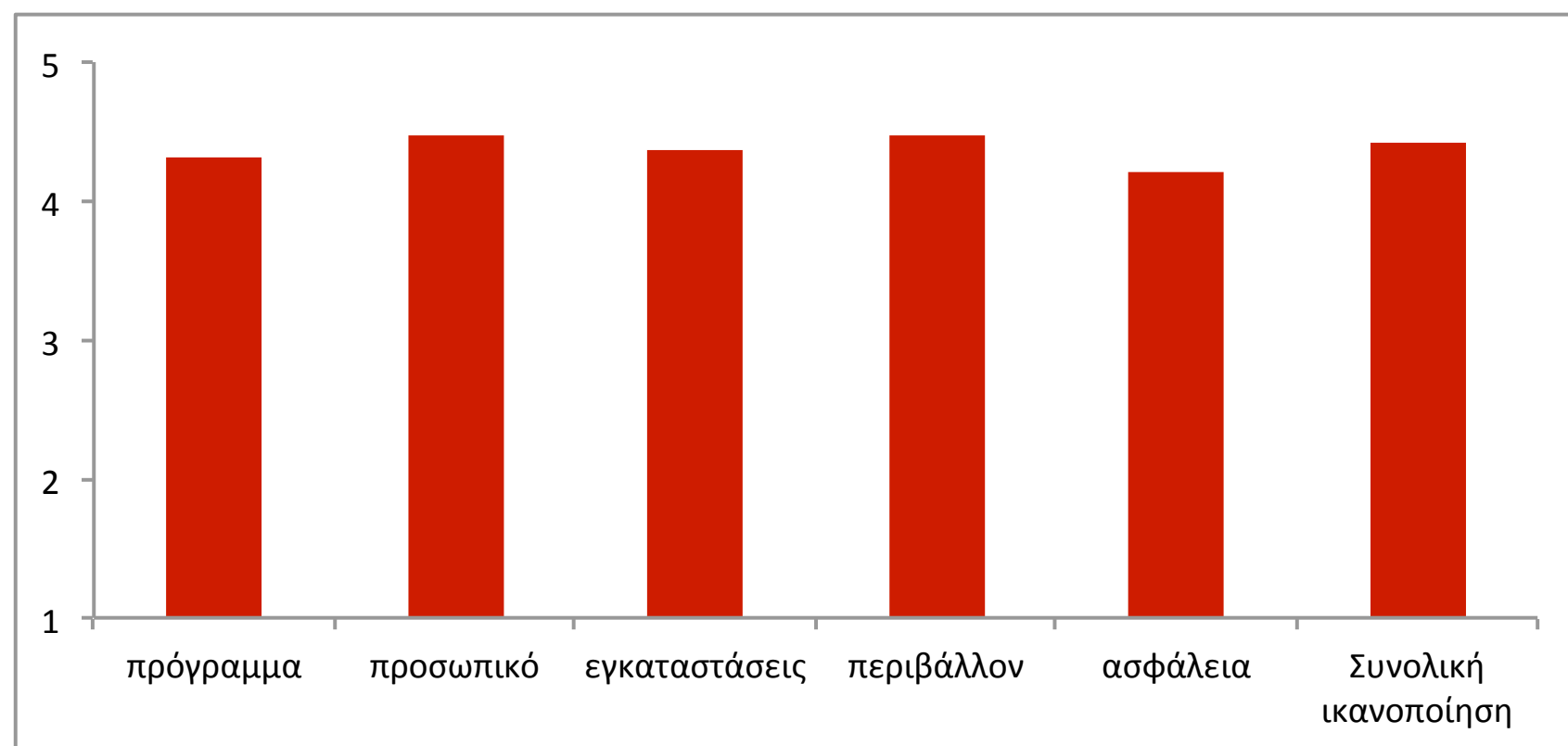
Τα περιεχόμενα του προγράμματος ήταν εκτός από αθλητικά-ψυχαγωγικά και μαθησιακά.



Μερικά από τα περιεχόμενα περιελάμβαναν:

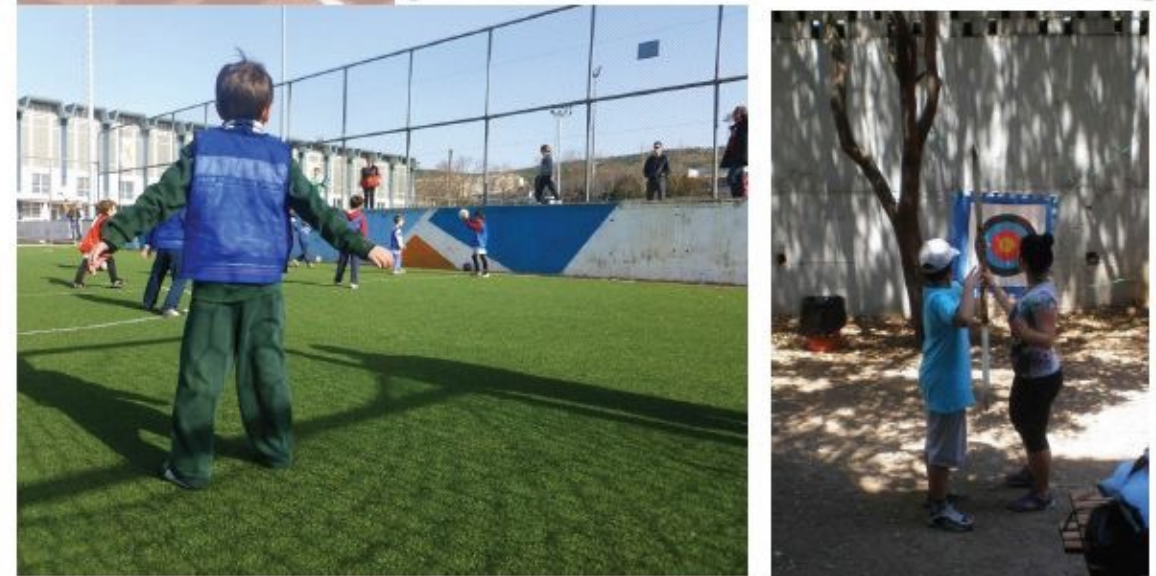
- επίτευξη στόχων
- κοινωνικοποίηση
- μουσική
- διατροφή
- αυτοάμυνα
- μαγειρική
- φυσικά μαγικά
- κατασκηνωτικά θέματα, διαβίωσης στη φύση

Αξιολόγηση του προγράμματος από τους γονείς (ανώνυμη)



Επισκέψεις σχολείων

- Το πρόγραμμα βρίσκεται στο δεύτερο χρόνο λειτουργίας του. Την ακαδημαϊκή χρονιά 2014-15, φιλοξένησε 6100 μαθητές από 110 σχολεία.
- Πρόκειται για ένα πρόγραμμα υποδοχής δημοτικών σχολείων στις εγκαταστάσεις του Π.Γ. Το πρόγραμμα περιλαμβάνει καινοτόμες αθλητικές και ενημερωτικές δράσεις που στόχο έχουν τη βελτίωση της φυσικής και ψυχικής υγείας των παιδιών.



Πρόγραμμα Επισκέψεων Σχολείων



ΑΡΙΣΤΟΤΕΛΕΙΟ ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟ ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗΣ
**ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΑΚΟ
ΓΥΜΝΑΣΤΗΡΙΟ**

Επισκεφτείτε το Πανεπιστημιακό
Γυμναστήριο του ΑΠΘ

Πάρτε μέρος σε ένα πρότυπο αθλητικό/εκπαιδευτικό πρόγραμμα. Σε ένα ασφαλές και σύγχρονο περιβάλλον, τα παιδιά μπορούν να αθληθούν, να ψυχαγωγηθούν και να μάθουν μέσα από το πρότυπο πρόγραμμα που χρησιμοποιεί το Π.Γ. με τη βοήθεια εξειδικευμένων Καθηγητών Φυσικής Αγωγής. Δευτέρα με Παρασκευή 9.30-13.30. Κάντε κράτηση στο:

www.gym.web.auth.gr



Αριστοτέλειος Δρόμος

Το Πανεπιστημιακό Γυμναστήριο του Α.Π.Θ., στο πλαίσιο των αθλητικών δραστηριοτήτων, διοργανώνει Δρόμο Αντοχής στο χώρο του Α.Π.Θ. με την επωνυμία «Αριστοτέλειος Δρόμος».



Αριστοτέλειος Δρόμος

είναι η συμμετοχή και η ευαισθητοποίηση για κίνηση, φυσική δραστηριότητα και καλύτερη ποιότητα ζωής. Ο δρόμος είναι ανοιχτός σε όλους τους πολίτες και υπάρχουν κατηγορίες για όλες τις ηλικίες.

Ο δρόμος διεξάγεται μέσα στην Πανεπιστημιούπολη ακολουθώντας μια κυκλική διαδρομή.



7^{ος}
ΑΡΙΣΤΟΤΕΛΕΙΟΣ
ΔΡΟΜΟΣ
5000 μ.
μέσα στην πανεπιστημιούπολη του ΑΠΘ

δρόμος 1000 μ.
+ για παιδιά

Δρόμος Υγείας Ανοιχτός για όλη την Πόλη
Σάββατο 16 Μαΐου 2015, 18.00
Πλατεία Χημείου ΑΠΘ
Πληροφορίες-Δηλώσεις Συμμετοχής: www.gym.auth.gr
Δωρεάν Συμμετοχή

ΔΙΟΡΓΑΝΩΣΗ



ΑΡΙΣΤΟΤΕΛΕΙΟ ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟ ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗΣ
ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΑΚΟ
ΓΥΜΝΑΣΤΗΡΙΟ



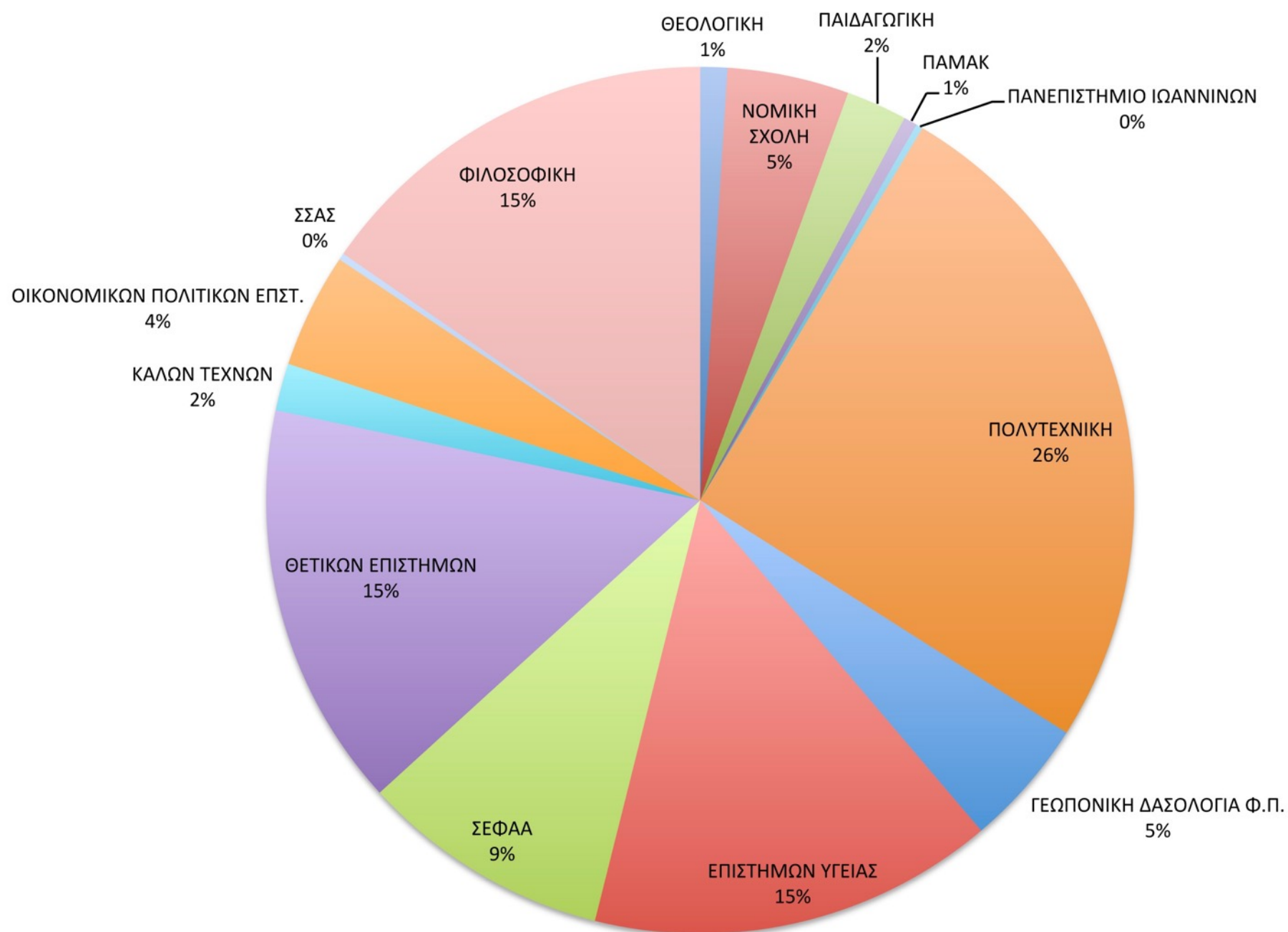
ΦΟΙΤΗΤΙΚΗ ΕΒΔΟΜΑΔΑ



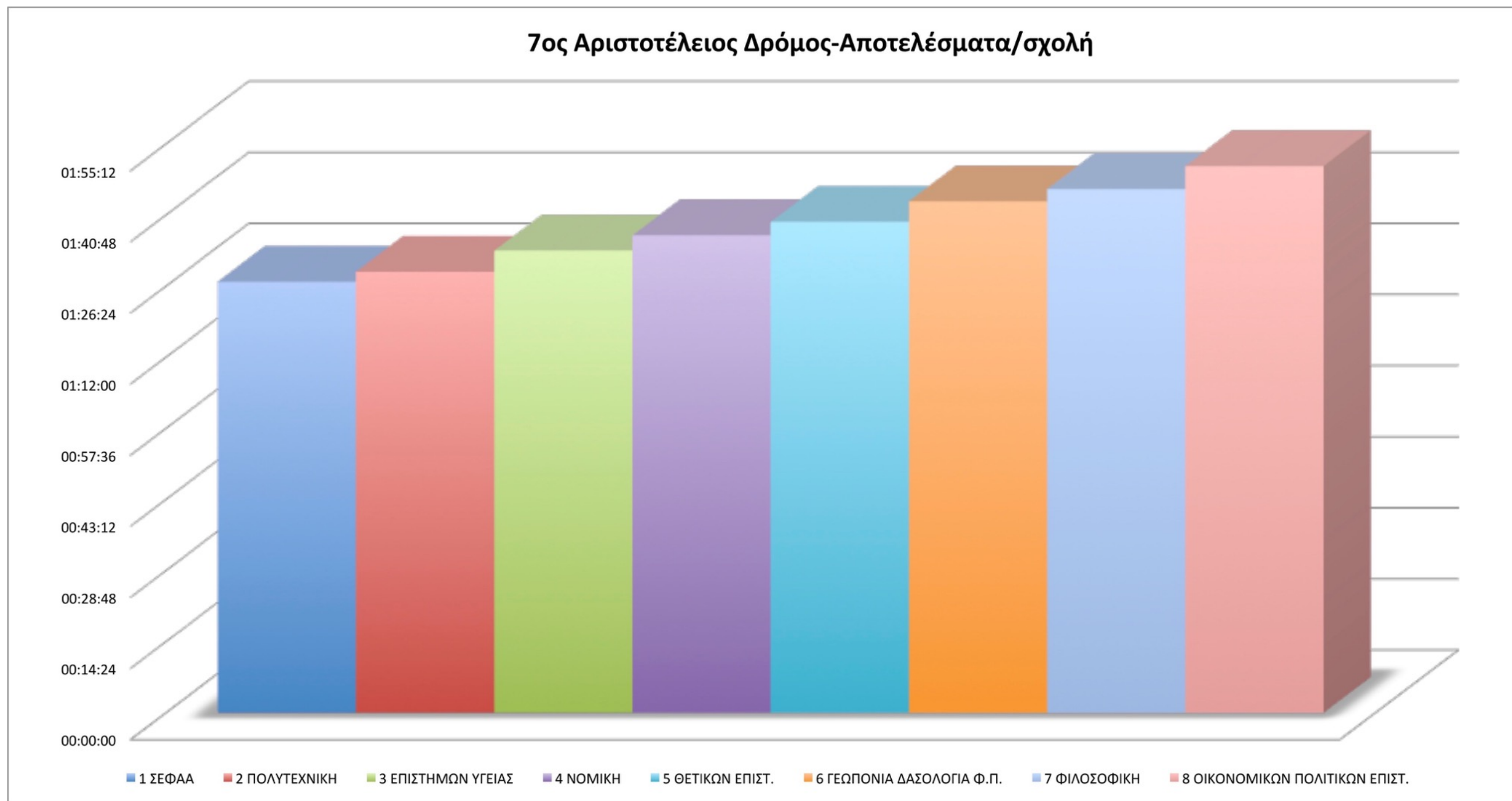
880 συμμετοχές

7ος Αριστοτέλειος Δρόμος

7ος Αριστοτέλειος Δρόμος, συμμετοχές/σχολή



7ος Αριστοτέλειος Δρόμος





ΑΡΙΣΤΟΤΕΛΕΙΟ ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟ ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗΣ
**ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΑΚΟ
ΓΥΜΝΑΣΤΗΡΙΟ**

AUTH Sports Centre

3,806 likes · 36 talking about this

Update Page Info

✓ Liked ▾

✓ Following



📍 Sports Venue

📍 Λεωφόρος Τρίτης Σεπτεμβρίου με Αγ. Δημητρίου...

☎ 231 099 2672



Photos



Events

5ος Αριστοτέλειο
Δρόμος και
Το Πανεπιστημιακό
Γυμναστήριο του

Notes 3

👍 **3,806**

2 ▾

Likes

About

Highlights ▾

Κοινωνική δικτύωση

Facebook.AUTH Sports Centre



Αναζήτηση

Tweets

Ακολουθούνται

Ακόλουθοι

Αγαπημένα

Λίστες

Follow ATh Sports Centre

Εγγραφή

Φωτογραφίες και βίντεο



ATH Sports Centre

@ATHSports

Πανεπιστημιακό Γυμναστήριο Αριστοτέλειο Πανεπιστήμιο Θεσσαλονίκης
Thessaloniki · gym.web.auth.gr

TWEETS
1.803

ΑΚΟΛΟΥΘΟΥΝΤΑΙ
5

ΑΚΟΛΟΥΘΟΙ
174

+ Ακολουθήσε

Tweets



ATH Sports Centre @ATHSports · 1 ώρα

Σήμερα Παρασκευή στο Γυμναστήριο:

Για φοιτητές/τριες

Ποδόσφαιρο: 8.00-22.00

Καλαθοσφαίριση: 15.00-22.00... fb.me/21i7oloWL

Επέκταση

← Απάντηση ↻ Κοινοποίηση ★ Αγαπημένο ... Περισσότερα

Κοινωνική δικτύωση

Twitter@ATHSports



Ηλεκτρονική Διακυβέρνηση

Πανεπιστημιακό Γυμναστήριο ΑΠΘ

Ολοκληρωμένο
ηλεκτρονικό σύστημα
μηχανοργάνωσης για
όλα τα προγράμματα
του Π.Γ.

- Εγγραφές μελών
- Οικονομική διαχείριση
- Οικονομικός έλεγχος
- Στατιστικοί δείκτες (ποιοτικά-ποσοτικά χαρακτηριστικά)



Α.Π.Θ. Gy-Manage : Καταχώρηση παρουσίας μελών

Κριτήρια Αναζήτησης

Επώνυμο : Τμήμα : Φύλο :

Όνομα : Σχολή : Κωδικός μέλους :

Πατρώνυμο : Άθλημα :

	Επώνυμο	Όνομα	Id Μέλους	Άθλημα1	Άθλημα2	Άθλημα3
▶	ABDELMOHSEN	SAID	20296	ΓΕΝΙΚΗ ΕΝΔΥΝΑ...		
	ABDOU	SUSO	20050	ΓΕΝΙΚΗ ΕΝΔΥΝΑ...		
	ABDRAKHMAM...	LEYLA	24018	ΓΕΝΙΚΗ ΕΝΔΥΝΑ...		
	ABUHAMDAN	SERAJEDDIN	13702	ΜΠΑΣΚΕΤ		
	ABUHAMDAN	MAHDI	13810	ΓΕΝΙΚΗ ΕΝΔΥΝΑ...	ΜΠΑΣΚΕΤ	
	ADAMITZA	KATHARINA	14681	ΔΥΝΑΜΙΚΗ ΑΕΡΟ...		
	ADAMS	LOUISE	19730	ΓΕΝΙΚΗ ΕΝΔΥΝΑ...		
	ADDOU	LAILA	14880	ΓΕΝΙΚΗ ΕΝΔΥΝΑ...		
	ADDOU	REOUED	15001	ΓΕΝΙΚΗ ΕΝΔΥΝΑ...		

Είσοδος στο γυμναστήριο

Έξοδος από το
γυμναστήριο

Σύνολο μελών : 24237

Κλείσιμο

Καθιέρωση ηλεκτρονικής παρουσίας μελών

Έλεγχος εισόδου-εξόδου

Δυνατότητα
απομακρυσμένης
χρήσης της
πλατφόρμας (web
based)

- Δυνατότητα ταυτόχρονης
πολλαπλής χρήσης
- Διακριτοί ρόλοι χρηστών

αθλητικές ακαδημίες ΑΠΘ

Διαχείριση Συνδρομ

Αρχική

Πλοήγηση

- [Day camp](#)

Είσοδος

Όνομα χρήστη *

Συνθηματικό *

- [Ανάκτηση νέου συνθηματικού εισόδου](#)

Είσοδος

Διαχείριση Συνδ

Καλωσήρθατε στη Διαχ





αθλητικές ακαδημίες ΑΠΘ

Ο λογαριασμός μου Αποσύνδεση

Διαχείριση Συνδρομών Υπηρεσιών Πανεπιστημιακού Γυμναστηρίου

Αρχική

Αρχική » Ακαδημίες

Πλοήγηση

- ▼ Ακαδημίες
 - Αναζήτηση Συνδρομών
 - Υπόλοιπα Συνδρομών
 - Πορεία Πληρωμών Α' Εξαμήνου
 - Πορεία Πληρωμών Β' Εξαμήνου
 - Άμεση Ανανέωση Αιτήσεων
- Day camp

Αναζήτηση Συνδρομών Ακαδημιών

Αριθμός Καταχώρησης

ΑΦΜ

Επώνυμο

Όνομα

Άθλημα

Καλαθοσφαίριση
Ποδόσφαιρο
Πετοσφαίριση
Τένις
Μουσικοκινητική Αγωγή
Κλασικός Αθλητισμός
Καράτε
Ενόργανη Γυμναστική (Πιλοτικό Πρόγραμμα)

Ενεργός Χρήστης

Ναι ☐

Ταξινόμηση κατά

Τίτλος ☐

Σειρά

Φθίνουσα ☐

Εφαρμογή φίλτρων

Επαναφορά

Αναζήτηση

Βάσει συγκεκριμένων κριτηρίων

Πορεία πληρωμών Α' Εξαμήνου



Μετά από

03/02/2014

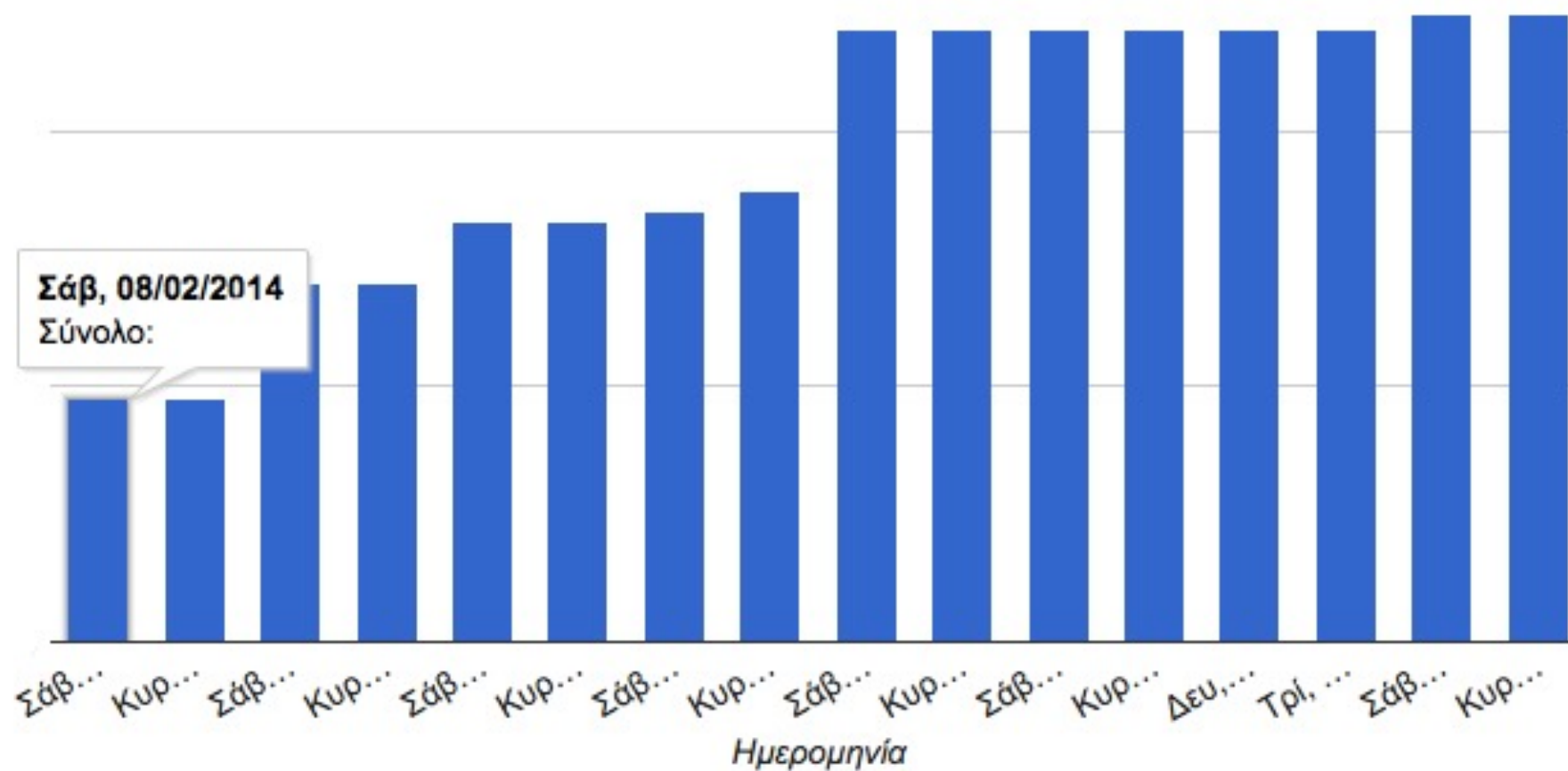
E.g., 10/06/2014

Πριν από

E.g., 10/06/2014

Apply

Πορεία πληρωμών



Παρακολούθηση εσόδων

Σχετικά γραφήματα

- Εγκατάσταση καταγραφικού συστήματος σάρωσης της ακαδημαϊκής ταυτότητας για την είσοδο των μελών.
- Ανάπτυξη λογισμικού εγγραφών με βάση την ακαδημαϊκή ταυτότητα κάθε φοιτητή/τριας
- Σύστημα εισόδου στο Γυμναστήριο μόνο με την ακαδημαϊκή ταυτότητα

Νέος τρόπος εγγραφής
στο Πανεπιστημιακό
Γυμναστήριο

*Χωρίς δικαιολογητικά!!!
Χωρίς γραφειοκρατία!!!*

Ελάτε ΜΟΝΟ με την
ακαδημαϊκή σας
ταυτότητα (πάσο)

