

#Be Active

**Ευρωπαϊκή Εβδομάδα
Αθλητισμού**

(23-30 Σεπτεμβρίου 2023)



**Πρόγραμμα Δράσεων στα πλαίσια της
Ευρωπαϊκής Εβδομάδας Αθλητισμού**

Δευτέρα 25/9: Εξειδικευμένες ασκήσεις κινητικότητας και σταθερότητας του σώματος στο μάθημα Φυσικής Αγωγής.

Τρίτη 26/9: Πρόγραμμα διατάσεων σε καθηγητές: Συμβουλές για μια ευέλικτη καθημερινή ζωή

(2^ο Διάλειμμα)

Τετάρτη 27/9: Στίβος Αθλητικών Δραστηριοτήτων κατά την διάρκεια των μαθημάτων Φυσικής Αγωγής την 3^η και 4^η περίοδο

Πέμπτη 28/9: Μαραθώνιος σκυταλοδρομίας 42 χιλιομέτρων στο μάθημα της Φυσικής Αγωγής

Παρασκευή 29/9: Χορευτικό πρόγραμμα Zumba από την Γυμνάστρια Άγο Λάρνακας, Έφη Πέτρου

(2^ο Διάλειμμα)

