



Αθλητική Ένωση Σωματείων Γυμναστικής Βορείου Ελλάδος  
Athletic Gymnastics Clubs Union of Northern Hellas

[www.aesgve.gr](http://www.aesgve.gr)

Εθνικό Γυμναστήριο Μίκρας | Τέρμα Νέας Κρήνης τ.κ. 55132 | Θεσσαλονίκη  
[info@aesgve.gr](mailto:info@aesgve.gr) | T & F: 2310 489472

Θεσσαλονίκη 02/12/2018

Αρ. Πρωτ.: 442

**ΠΡΟΣ:**

- Α.Ο. Αρίων Πανοράματος  
[ekaitezidou@gmail.com](mailto:ekaitezidou@gmail.com)
- Α.Σ. Αστέρα Ελευθερίου-Κορδ.  
[asteraskordeliou@gmail.com](mailto:asteraskordeliou@gmail.com)
- Α.Ο. Διαγόρα Αμπελοκήπων  
[aodiagoras@yahoo.gr](mailto:aodiagoras@yahoo.gr)
- Α.Σ. Εξάντα Καλαμαριάς  
[ndervis@gmail.com](mailto:ndervis@gmail.com)

**ΚΟΙΝ:**

- Ελληνική Γυμναστική Ομοσπονδία  
[ego@otenet.gr](mailto:ego@otenet.gr)
- Ενδιαφερόμενα Σωματεία Ρυθμικής που χρησιμοποιούν το Ε.Γ. Μίκρας

**ΘΕΜΑ:** Προπόνηση επίλεκτων αθλητριών Ρυθμικής στην αίθουσα «Ι. Μελισσανίδης» του Ε.Γ. Μίκρας  
**ΣΧΕΤ.:** Υπ' αριθ. 439/21-11-2018 έγγραφο Α.Ε.Σ.Γ.Β.Ε.

Σε συνέχεια ανωτέρω σχετικού και σύμφωνα με τις αιτήσεις των συλλόγων στη δύναμη των οποίων ανήκουν οι επίλεκτες αθλήτριες, γνωρίζεται το εβδομαδιαίο πρόγραμμα προπόνησης αυτών ως ακολούθως:

**ΔΕΡΒΙΣΗ Αικατερίνη και ΔΕΡΒΙΣΗ Μαρία (Α.Σ. Εξάντα Καλαμαριάς)**

	ΔΕΥΤΕΡΑ	ΤΡΙΤΗ	ΤΕΤΑΡΤΗ	ΠΕΜΠΤΗ	ΠΑΡΑΣΚ.	ΣΑΒΒΑΤΟ	ΚΥΡΙΑΚΗ
Ωράριο συλλόγου	15:00–17:30	15:00–17:30	15:00–17:30	15:00–17:30	15:00–17:30	09:00-12:00	Ρεπό
Επιπλέον χρόνος	17:30–19:00	17:30–19:00	17:30–19:00	17:30–19:00	17:30–19:00	12:00-13:30	Ρεπό

**ΨΑΘΑ Αικατερίνη (Α.Σ. Αστέρας Ελευθερίου-Κορδελιού)**

	ΔΕΥΤΕΡΑ	ΤΡΙΤΗ	ΤΕΤΑΡΤΗ	ΠΕΜΠΤΗ	ΠΑΡΑΣΚ.	ΣΑΒΒΑΤΟ	ΚΥΡΙΑΚΗ
Ωράριο συλλόγου	17:30–20:00	17:30–20:00	17:30–20:00	17:30–20:00	17:30–20:00	09:00-12:00	Ρεπό
Επιπλέον χρόνος	20:00–21:30	20:00–21:30	20:00–21:30	20:00–21:30	16:00–17:30	12:00-13:30	Ρεπό

**ΚΟΜΨΕΛΙΔΟΥ Ειρήνη (Α.Ο. Διαγόρας Αμπελοκήπων)**

	ΔΕΥΤΕΡΑ	ΤΡΙΤΗ	ΤΕΤΑΡΤΗ	ΠΕΜΠΤΗ	ΠΑΡΑΣΚ.	ΣΑΒΒΑΤΟ	ΚΥΡΙΑΚΗ
Ωράριο συλλόγου	15:00–17:30	15:00–17:30	15:00–17:30	15:00–17:30	20:00–22:30	15:00-18:00	Ρεπό
Επιπλέον χρόνος		17:30–19:00	17:30–19:00	17:30–19:00			Ρεπό

**ΜΑΓΟΠΟΥΛΟΥ Ιωάννα (Α.Ο. Αρίων Πανοράματος)**

	ΔΕΥΤΕΡΑ	ΤΡΙΤΗ	ΤΕΤΑΡΤΗ	ΠΕΜΠΤΗ	ΠΑΡΑΣΚ.	ΣΑΒΒΑΤΟ	ΚΥΡΙΑΚΗ
Ωράριο συλλόγου	20:00-22:30	Ρεπό	17:30–20:00	17:30–20:00	15:00–17:30	18:00-21:00	15:00-21:00
Επιπλέον χρόνος		Ρεπό	16:00–17:30	16:00–17:30	17:30–19:00		13:30–15:00

Διευκρινίζεται ότι, ο επιπλέον χρόνος προπόνησης θα αξιοποιείται στο αγωνιστικό ταπί.

Οι Αθλητικοί Όμιλοι Διαγόρας Αμπελοκήπων και Αρίων Πανοράματος, παρακαλούνται όπως γνωστοποιήσουν τον επιπλέον χρόνο προπόνησης για τις ημέρες ΔΕ-ΠΑ-ΣΑ και ΔΕ-ΣΑ αντίστοιχα, λαμβάνοντας υπόψη ότι αυτός πρέπει να συνδέεται με το ισχύον ωράριο προπόνησης του σωματίου τους.

Τα Σωματεία, στο ωράριο των οποίων θα γίνεται χρήση του επιπλέον χρόνου προπόνησης των επιλέκτων, παρακαλούνται για την ενημέρωση και την παροχή κάθε δυνατής διευκόλυνσης στις ως άνω αθλήτριες.

Η Ελληνική Γυμναστική Ομοσπονδία που κοινοποιείται το παρόν, παρακαλείται για ενημέρωση.

ΓΙΑ ΤΟ Δ.Σ.

Ο ΠΡΟΕΔΡΟΣ



Χρήστος Ψαθάς



Η ΓΕΝΙΚΗ ΓΡΑΜΜΑΤΕΑΣ



Αλεξάνδρα Κακαντώνη