



ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΔΗΜΟΚΡΑΤΙΑ

ΝΟΜΟΣ ΑΤΤΙΚΗΣ

ΔΗΜΟΣ ΑΣΠΡΟΠΥΡΓΟΥ

ΓΡΑΦΕΙΟ ΔΗΜΑΡΧΟΥ

Λεωφόρος Δημοκρατίας 141

193 00 ΑΣΠΡΟΠΥΡΓΟΣ

Τηλ.: 213 200 6409 – 10

e-mail: grafeiodimarxou@aspropyrgos.gr

Ασπρόπυργος, 29 Ιανουαρίου 2025

ΠΡΟΣ: ΜΜΕ

ΔΕΛΤΙΟ ΤΥΠΟΥ

Ξεκινούν προγράμματα Εκμάθησης Κολύμβησης με τμήματα για όλες τις ηλικίες

Ο Δήμος Ασπροπύργου προσφέρει για το 2025 ειδικά διαμορφωμένα προγράμματα εκμάθησης κολύμβησης για όλες τις ηλικίες, που εξασφαλίζουν την καλύτερη δυνατή εκπαίδευση σε κάθε στάδιο. Οι προπονήσεις θα πραγματοποιηθούν στο Δημοτικό Κολυμβητήριο με την υγειονομική ασφάλεια και την προσωπική προσοχή σε κάθε παιδί να αποτελούν πάντα πρώτη προτεραιότητά μας.

Το πρόγραμμα θα ξεκινήσει τη Δευτέρα 3 Φεβρουαρίου 2025

Παρατίθεται το αναλυτικό πρόγραμμα των τμημάτων:

1. Παιδιά ηλικίας 4-5 ετών (μικρή πισίνα)

ΔΕΥΤΕΡΑ & ΤΕΤΑΡΤΗ:

16:00 - 16:35 (35')

16:45 - 17:20 (35')

Μέγιστος αριθμός: 6 παιδιά ανά τμήμα

2. Παιδιά ηλικίας 6-7 ετών (μικρή πισίνα) Α-Β' Τάξη Δημοτικού

ΔΕΥΤΕΡΑ & ΤΕΤΑΡΤΗ:

17:30 - 18:10 (40')

18:20 - 19:00 (40')

19:10 - 19:50 (40')

Μέγιστος αριθμός: 8 παιδιά ανά τμήμα

3. Παιδιά ηλικίας 8-10 ετών (Μεγάλη πισίνα) Γ'-Δ' Τάξη Δημοτικού

ΤΡΙΤΗ & ΠΕΜΠΤΗ:

16:00 - 16:45 (45')

17:00 - 17:45 (45')

Μέγιστος αριθμός: 10 παιδιά ανά τμήμα.

4. Παιδιά ηλικίας 11-12 ετών (Μεγάλη πισίνα) Ε'-ΣΤ' Τάξη Δημοτικού

ΤΡΙΤΗ & ΠΕΜΠΤΗ:

18:00 - 18:50 (50')

Μέγιστος αριθμός: 12 παιδιά ανά τμήμα.

5. Παιδιά ηλικίας 13-16 ετών (Μεγάλη πισίνα) Γυμνάσιο-Λύκειο

ΤΡΙΤΗ & ΠΕΜΠΤΗ:

19:00 - 20:00 (60')

Μέγιστος αριθμός: 14 παιδιά ανά τμήμα.

6. Εκμάθηση Ενηλίκων (Μεγάλη πισίνα)

ΔΕΥΤΕΡΑ - ΤΕΤΑΡΤΗ:

20:00 - 21:00 (60')

ΤΡΙΤΗ - ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ:

Μέγιστος αριθμός: 10 άτομα ανά τμήμα.

ΓΕΝΙΚΕΣ ΟΔΗΓΙΕΣ

1. Η είσοδος στα αποδυτήρια και στην πισίνα επιτρέπεται 7' - 10' νωρίτερα από την έναρξη της προπόνησης, για την αποφυγή συνωστισμού.
2. Οι γονείς – συνοδοί πρέπει να βοηθούν τα μικρά παιδιά τους, που αδυνατούν να αλλάξουν μόνα τους και καλούνται να επιλέγουν τα αποδυτήρια που διατίθενται γι' αυτό το σκοπό, βάση φύλου του γονέα ή συνοδού.
3. Για τα παιδιά των προγραμμάτων της μικρής πισίνας, οι γονείς πρέπει να παραδίδουν τα παιδιά τους στους υπαλλήλους του Κολυμβητηρίου για την μεταφορά τους και να αναχωρούν για την εξέδρα.
4. Για την ασφάλεια και την καλή λειτουργία των μαθημάτων, οι γονείς ή οι συνοδοί καλούνται να μην αποσπούν την προσοχή των παιδιών και να μην παρεμβαίνουν στις προπονητικές οδηγίες.
5. Οι προσωπικοί σάκοι θα πρέπει να τοποθετούνται από τους αθλούμενους στους πάγκους που βρίσκονται περιμετρικά της κολυμβητικής δεξαμενής, ώστε να έχουν συνεχή οπτική επαφή και όχι στα καμαράκια ή στα αποδυτήρια. Οι σάκοι των μικρών παιδιών θα πρέπει να κρατούνται από τους γονείς στις εξέδρες.
6. Όσοι ασκούνται στο πρόγραμμα του κοινού, κατά την είσοδό τους στον περιμετρικό χώρο της πισίνας, μπορούν να αναζητούν το ναυαγοσώστη ώστε να τους κατευθύνει στην κατάλληλη διαδρομή και να λάβουν οδηγίες.
7. Οι σκάλες καθόδου – ανόδου των κολυμβητικών δεξαμενών πρέπει να χρησιμοποιούνται με ιδιαίτερη προσοχή.
8. Η κολύμβηση πραγματοποιείται πάντα στη δεξιά πλευρά του διαδρόμου.
9. Σε περίπτωση αδιαθεσίας, ζάλης ή κράμπας κ.λ.π, πρέπει να διακόπτεται αμέσως η κολύμβηση και να γίνεται κλήση για βοήθεια στο ναυαγοσώστη.
10. Όλοι οι παρευρισκόμενοι στο Κολυμβητήριο πρέπει να φροντίζουν για τη διατήρηση της καθαριότητας των χώρων.

- Σημειώνεται ότι θα τηρηθεί σειρά προτεραιότητας. Επίσης τα τμήματα και οι ώρες είναι ενδεικτικά και μπορεί να υπάρξουν προσαρμογές. Για την τοποθέτηση στο αντίστοιχο τμήμα, θα προηγηθεί τεστ αξιολόγησης για κάθε παιδί.

Σας ευχαριστούμε για την εμπιστοσύνη σας και σας περιμένουμε στο Κολυμβητήριο για ένα ασφαλές και δημιουργικό μάθημα κολύμβησης!

Επικοινωνία:

Για περισσότερες πληροφορίες και εγγραφές, μπορείτε να επικοινωνείτε με τη γραμματεία του Κολυμβητηρίου στα τηλ. 2177000901 και 6971898384, καθώς και με το Αυτοτελές Τμήμα Αθλητικών Δραστηριοτήτων στη διεύθυνση: Ειρήνης 2 & Σωτήρη Πέτρουλα, 3ος όροφος, τηλ.: 210 5577862 – 210 5579470-210 5579341 (εσωτ. 2) ή στο e-mail: alexandra.t@aspropyrgos.gr.