



ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΔΗΜΟΚΡΑΤΙΑ

ΝΟΜΟΣ ΑΤΤΙΚΗΣ

ΔΗΜΟΣ ΑΣΠΡΟΠΥΡΓΟΥ

ΠΡΟΣ: ΜΜΕ

ΓΡΑΦΕΙΟ ΔΗΜΑΡΧΟΥ

Λεωφόρος Δημοκρατίας 141

193 00 ΑΣΠΡΟΠΥΡΓΟΣ

Τηλ.: 213 200 6409 – 10

e-mail: grafeiodimarxou@aspropyrgos.gr

ΔΕΛΤΙΟ ΤΥΠΟΥ

Έναρξη Εγγραφών για τα Προγράμματα «Άθληση & 3η Ηλικία» του Δήμου Ασπροπύργου

Ο Δήμος Ασπροπύργου ανακοινώνει την έναρξη των εγγραφών για τα Προγράμματα «Άθληση & 3η Ηλικία», τα οποία υλοποιούνται με στόχο τη βελτίωση της φυσικής κατάστασης και της ποιότητας ζωής των ατόμων άνω των 55 ετών.

Τα προγράμματα θα πραγματοποιηθούν στα τρία Κ.Α.Π.Η. του Δήμου, στο ισόγειο του Πνευματικού Κέντρου και στις αθλητικές εγκαταστάσεις του Δημοτικού Σταδίου.

Ο Δήμαρχος Ασπροπύργου, κ. Ιωάννης Ηλίας, και ο Εντεταλμένος Δημοτικός Σύμβουλος Κ.Α.Π.Η., κ. Αντώνιος Κοναξής, προσκαλούν όλους τους συμπολίτες άνω των 55 ετών να δηλώσουν τη συμμετοχή τους στα προγράμματα, τα οποία σχεδιάζονται και λειτουργούν υπό την ευθύνη του Αυτοτελούς Τμήματος Προστασίας & Προαγωγής Δημόσιας Υγείας.

Τμήματα Προγραμμάτων

- Pilates: Τρίτη & Πέμπτη | 08:30 – 09:30
- Zumba: Δευτέρα | 10:00 – 11:00
- Περπάτημα & Ήπια Άσκηση 3ης Ηλικίας:

Δευτέρα & Τετάρτη | 09:00 – 10:00 | Α' Κ.Α.Π.Η.

Τρίτη & Πέμπτη | 09:00 – 10:00 | Β' Κ.Α.Π.Η.

Δευτέρα & Τετάρτη | 08:00 – 09:00 | Γ' Κ.Α.Π.Η.

Έναρξη Εγγραφών

Παρασκευή 31 Οκτωβρίου 2025

Ώρες: 09:00 – 14:00 (Δευτέρα έως Παρασκευή)

Χώρος Εγγραφών: Κτίριο Α' Κ.Α.Π.Η.

(Σωτήρη Πέτρουλα & Ειρήνης, 2ος όροφος)

Τηλ.: 210 5577862 – εσωτ. 1

(Υπεύθυνη: κα Φωτοπούλου Ευαγγελία, ΠΕ Καθηγήτρια Φυσικής Αγωγής)

Απαραίτητα Δικαιολογητικά:

Βεβαίωση καρδιολόγου

Φωτογραφία

Αντίγραφο αστυνομικής ταυτότητας / διαβατηρίου / άδειας παραμονής

Σημειώνεται ότι η ετήσια συνδρομή είναι 10€

Με την εγγραφή στα προγράμματα τα μέλη αποκτούν όλα τα προνόμια των Κ.Α.Π.Η., όπως:

δωρεάν συνταγογράφηση, φυσιοθεραπεία, συμμετοχή σε δράσεις, εκδρομές και πολιτιστικές δραστηριότητες.