

## ΑΠΑΡΑΙΤΗΤΑ ΔΙΚΑΙΟΛΟΓΗΤΙΚΑ ΓΙΑ ΤΗΝ ΕΓΓΡΑΦΗ ή ΑΝΑΝΕΩΣΗ ΕΝΗΛΙΚΩΝ-ΕΦΗΒΩΝ

- Βεβαίωση Καρδιολόγου
- Βεβαίωση Δερματολόγου
- Δύο φωτογραφίες
- Για Δημότες - Κατοίκους Ηλιούπολης προσκόμιση σχετικού εγγράφου από το Δήμο ή αποδεικτικό Κατοικίας (Λογαριασμός ΔΕΗ, ΟΤΕ, ΕΥΔΑΠ κλπ) ή κάρτα Δημότη στο όνομα του ενδιαφερόμενου.

### ΣΥΝΔΡΟΜΕΣ ΕΝΗΛΙΚΩΝ

- |                               |  |
|-------------------------------|--|
| ΕΓΓΡΑΦΗ:                      | 15,00 €/Εφάπαξ                                       |
| ➤ Συνδρομή Κάρτας             | 35,00 € (για 15 χρήσεις πισίνας σε διάρκεια 2 μηνών) |
| ➤ Ημερήσια Συνδρομή:          | 4,00 €   |
| ➤ Μηνιαία Συνδρομή:           | 45,00 €  |
| ➤ Τμήματα Εκμάθησης Ενηλίκων: | 80,00 €/Δίμηνο                                       |
| ➤ AQUA AEROBIC:               | 70,00 €/Δίμηνο                                       |

### ΣΥΝΔΡΟΜΕΣ ΕΦΗΒΩΝ (14-18 ετών)

- |                      |  |
|----------------------|--|
| ΕΓΓΡΑΦΗ:             | 15,00 €/Εφάπαξ                                       |
| ➤ Συνδρομή Κάρτας:   | 25,00 € (για 15 χρήσεις πισίνας σε διάρκεια 2 μηνών) |
| ➤ Ημερήσια Συνδρομή: | 4,00 €   |
| ➤ Μηνιαία Συνδρομή:  | 35,00 €  |

Επειδή όμως, οι δημότες ή κάτοικοι του Δήμου Ηλιούπολης συμμετέχουν στα τέλη καθαριότητας, φωτισμού κ.λ.π. οι συνδρομές των παραπάνω τιμών διαμορφώνονται ως εξής:

### ΕΝΗΛΙΚΕΣ ΔΗΜΟΤΕΣ Ή ΚΑΤΟΙΚΟΙ

- |                               |  |
|-------------------------------|--|
| ΕΓΓΡΑΦΗ:                      | 10,00 €/Εφάπαξ                                       |
| ➤ Συνδρομή Κάρτας:            | 30,00 € (για 15 χρήσεις πισίνας σε διάρκεια 2 μηνών) |
| ➤ Ημερήσια Συνδρομή:          | 3,00 €   |
| ➤ Μηνιαία Συνδρομή:           | 40,00 €  |
| ➤ Τμήματα Εκμάθησης Ενηλίκων: | 70,00 €/Δίμηνο                                       |
| ➤ AQUA AEROBIC:               | 60,00 €/Δίμηνο                                       |

### ΕΦΗΒΟΙ ΔΗΜΟΤΕΣ Ή ΚΑΤΟΙΚΟΙ

- |                      |  |
|----------------------|--|
| ΕΓΓΡΑΦΗ:             | 10,00 €/Εφάπαξ                                       |
| ➤ Συνδρομή Κάρτας:   | 20,00 € (για 15 χρήσεις πισίνας σε διάρκεια 2 μηνών) |
| ➤ Ημερήσια Συνδρομή: | 3,00 €   |
| ➤ Μηνιαία Συνδρομή:  | 30,00 €  |

### ΑΠΑΡΑΙΤΗΤΟΣ ΕΞΟΠΛΙΣΜΟΣ ΑΘΛΟΥΜΕΝΩΝ:

Σκουφάκι (υποχρεωτικό), Καθαρές σαγιονάρες (Αντιολισθητικές), Μπουρνούζι και ένα Λουκετάκι.

### ΤΡΟΠΟΙ ΠΛΗΡΩΜΗΣ

- Με χρήση κάρτας στα τερματικά pos της γραμματείας
- Με κατάθεση σε λογαριασμό του ΝΠ στην Εθνική Τράπεζα  
Αριθμός λογαριασμού: 089/480053/20  
IBAN: GR 0401100890000008948005320

Το αποδεικτικό κατάθεσης στο οποίο θα αναγράφεται το όνομα του αθλούμενου και το είδος συνδρομής θα προσκομίζεται άμεσα στη γραμματεία.

## ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΕΝΗΛΙΚΩΝ 2022 – 2023

ΩΡΕΣ	ΔΕΥΤΕΡΑ	ΤΡΙΤΗ	ΤΕΤΑΡΤΗ	ΠΕΜΠΤΗ	ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ
07:00 – 08:00	ΚΟΙΝΟ	ΚΟΙΝΟ	ΚΟΙΝΟ	ΚΟΙΝΟ	ΚΟΙΝΟ
08:00 – 09:00	ΚΟΙΝΟ	ΚΟΙΝΟ	ΚΟΙΝΟ	ΚΟΙΝΟ	ΚΟΙΝΟ
09:00 – 10:00	ΚΟΙΝΟ	ΚΟΙΝΟ	ΚΟΙΝΟ	ΚΟΙΝΟ	ΚΟΙΝΟ
10:00 – 11:00	ΚΟΙΝΟ	ΚΟΙΝΟ	ΚΟΙΝΟ	ΚΟΙΝΟ	ΚΟΙΝΟ
11:00 – 12:00	ΚΟΙΝΟ	ΚΟΙΝΟ	ΚΟΙΝΟ	ΚΟΙΝΟ	ΚΟΙΝΟ
12:00 – 13:00	ΚΟΙΝΟ	ΚΟΙΝΟ	ΚΟΙΝΟ	ΚΟΙΝΟ	ΚΟΙΝΟ
13:00 – 14:00	ΚΟΙΝΟ	ΚΟΙΝΟ	ΚΟΙΝΟ	ΚΟΙΝΟ	ΚΟΙΝΟ
14:00 – 15:00	ΚΟΙΝΟ	ΚΟΙΝΟ	ΚΟΙΝΟ	ΚΟΙΝΟ	ΚΟΙΝΟ
<b>15:00 – 18:30 ΔΕΝ ΓΙΝΕΤΑΙ ΕΛΕΥΘΕΡΗ ΚΟΛΥΜΒΗΣΗ ΑΠΟ ΤΟ ΚΟΙΝΟ</b>					
18:30 – 19:30	ΚΟΙΝΟ	ΚΟΙΝΟ	ΚΟΙΝΟ	ΚΟΙΝΟ	ΚΟΙΝΟ
19:00 – 20:00	ΚΟΙΝΟ	ΚΟΙΝΟ	ΚΟΙΝΟ	ΚΟΙΝΟ	ΚΟΙΝΟ
20:00 – 21:00	ΚΟΙΝΟ	ΚΟΙΝΟ	ΚΟΙΝΟ	ΚΟΙΝΟ	ΚΟΙΝΟ

ΩΡΕΣ	ΣΑΒΒΑΤΟ
08:00 – 09:00	ΚΟΙΝΟ
09:00 – 10:00	ΚΟΙΝΟ
10:00 – 11:00	ΚΟΙΝΟ
11:00 – 12:00	ΚΟΙΝΟ
12:00 – 13:00	ΚΟΙΝΟ
13:00 – 14:00	ΚΟΙΝΟ
14:00 – 15:00	ΚΟΙΝΟ
15:00 – 16:00	ΚΟΙΝΟ
16:00 – 17:00	ΚΟΙΝΟ

<b>ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΑ ΕΚΜΑΘΗΣΗΣ ΕΝΗΛΙΚΩΝ ΚΑΙ AQUA AEROBIC</b>					
ΩΡΕΣ	ΔΕΥΤΕΡΑ	ΤΡΙΤΗ	ΤΕΤΑΡΤΗ	ΠΕΜΠΤΗ	ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ
10:00 – 11:00	ΕΚΜΑΘ. ΕΝΗΛ 1		ΕΚΜΑΘ. ΕΝΗΛ 1	ΕΚΜΑΘ. ΕΝΗΛ 1	
10:00 – 11:00		AQUA AEROBIC 1		AQUA AEROBIC 1	AQUA AEROBIC 1
11:00 – 12:00		AQUA AEROBIC 2	AQUA AEROBIC 2		AQUA AEROBIC 2
18:30 - 19:20		AQUA AEROBIC 3		AQUA AEROBIC 3	
20:00 – 21:00	ΕΚΜΑΘ. ΕΝΗΛ 2	ΕΚΜΑΘ. ΕΝΗΛ 2		ΕΚΜΑΘ. ΕΝΗΛ 2	

Το πρόγραμμα μπορεί να τροποποιηθεί εκτάκτως σύμφωνα με τις ανάγκες του ΠΑ.Ο.Δ.ΗΛ.