






























Adult's Sports **ACTIVITIES**

Спортове за възрастни Дейности в къмпинг „Арменистис“

Начало на програмите, 23 юни

ПОНЕДЕЛНИК	ВТОРНИК	СРЯДА	ЧЕТВЪРТЪК	ПЕТЪК	СЪБОТА	НЕДЕЛЯ
☉ 09.00 - 09.45 Поддържайте форма 	☉ 09.00 - 09.45 Воден фитнес 	☉ 09.00 - 09.45 Поддържайте форма 	☉ 09.00 - 09.45 Поддържайте форма 	☉ 09.00 - 09.45 Воден фитнес 	☉ 09.00 - 09.45 Крос- тренинг 	☉ 09.00 - 09.45 Пилатес 
☉ 13.00 - 15.00 Футволей 	☉ 13.00 - 15.00 Плажен волейбол ЕЖЕСЕДМИЧЕН ТУРНИР 	☉ 13.00 - 15.00 Плажен волейбол ЕЖЕСЕДМИЧЕН ТУРНИР 	☉ 13.00 - 15.00 Плажен волейбол ЕЖЕСЕДМИЧЕН ТУРНИР 	☉ 13.00 - 15.00 Плажен волейбол ЕЖЕСЕДМИЧЕН ТУРНИР 	☉ 14.00 - 16.00 Плажен волейбол ЕЖЕСЕДМИЧЕН ТУРНИР КРЪГ ОТ 16 	☉ 10.00 - 10.45 Водна аеробика 
☉ 17.00 - 19.00 Екопътека 	☉ 16.00 - 18.00 Плажен волейбол ЕЖЕСЕДМИЧЕН ТУРНИР 	☉ 17.00 - 19.00 Екопътека 	☉ 16.00 - 18.00 Плажен волейбол ЕЖЕСЕДМИЧЕН ТУРНИР 	☉ 17.00 - 19.00 Екопътека 	☉ 17.00 - 19.00 Плажен волейбол ЕЖЕСЕДМИЧЕН ТУРНИР КРЪГ ОТ 8 	☉ 14.00 - 16.00 Плажен волейбол ЕЖЕСЕДМИЧЕН ТУРНИР ПОЛУФИНАЛ 
☉ 19.00 - 21.00 ЗХЗ ПРИЯТЕЛСКИ НОЩИ 	☉ 19.00 - 21.00 ЗхЗ приятелски нощи 	☉ 19.00 - 21.00 ЗхЗ приятелски нощи 	☉ 19.00 - 21.00 ЗхЗ приятелски нощи 	☉ 19.00 - 21.00 ЗхЗ приятелски нощи 	☉ 19.00 - 19.45 Йога 	☉ 17.00 Плажен волейбол ЕЖЕСЕДМИЧЕН ТУРНИР ФИНАЛ 

- **Сутрешни фитнес тренировки:** Място за среща: на поляната пред кафетерията. Необходими аксесоари за нашите фитнес програми: хавлия, вода и добро настроение!
- **Преходи:** Място за среща: входа на къмпинга. Любезно молим всички участващи да бъдат на мястото за среща 15 минути по-рано и да носят спортни или туристически обувки. Задължително е да носите със себе си бутилка с вода! Участието на деца е позволено единствено ако те са придружени от родителите си.
- Заявете предварително участието си в ежедневните, ежеседмичните и двудневните турнири по ПЛАЖЕН ВОЛЕЙБОЛ, ПЛАЖЕН ТЕНИС И ФУТВОЛЕЙ и ще получите безплатни напитки на бара, вечеря в ресторанта, безплатен престой, голямата награда през уикенда и още много. (Максимален брой на отборите: 16)

ЛИЦА, ОТГОВОРНИ ЗА СПОРТНИТЕ ПРОГРАМИ: Tilemachos Athanasiou (*Licensed Physical Education teacher*) & Vanessa Tsavusaki (*Licensed Educator*)