

5^ο ΚΑΛΟΚΑΙΡΙΝΟ ΑΘΛΗΤΙΚΟ ΚΑΜΠ ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟΥ ΠΑΤΡΩΝ

ΑΘΛΗΤΙΣΜΟΣ-ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ-ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗ-ΨΥΧΑΓΩΓΙΑ

Ιούνιος – Ιούλιος 2023

Πανεπιστημιακό Γυμναστήριο, Πανεπιστημιούπολη, Ρίο Πάτρας, Τ.Κ.: 265 04,

τηλ.: 2610997755, url: <http://gym.upatras.gr> , e-mail: usport@upatras.gr

- ΠΟΔΟΣΦΑΙΡΟ - FUTSAL
- ΜΠΑΣΚΕΤ
- ΒΟΛΕΙ –BEACH VOLLEY
- ΣΤΙΒΟΣ
- ΤΕΝΙΣ
- ΠΙΝΓΚ ΠΟΝΓΚ
- ΠΟΔΗΛΑΣΙΑ (μεγαλύτερα παιδιά)
- ΧΟΡΟΣ - ΜΟΥΣΙΚΗ - ΤΡΑΓΟΥΔΙ
- ΠΑΙΔΙ & ΠΕΡΙΒΑΛΛΟΝ (trekking)
- ΠΡΟΒΟΛΕΣ (Θεματικές)
- ΠΕΡΙΠΑΤΟΙ
- ΠΡΑΣΙΝΟ ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟ – ΠΡΑΣΙΝΗ ΕΝΕΡΓΕΙΑ
- ΣΚΑΚΙ, ΖΩΓΡΑΦΙΚΗ, ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ
- ΕΠΙΣΚΕΨΕΙΣ & ΣΥΜΜΕΤΟΧΗ ΣΕ ΕΡΓΑΣΤΗΡΙΑ & ΑΛΛΕΣ ΑΙΘΟΥΣΕΣ ΤΟΥ ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟΥ ΠΑΤΡΩΝ (ΑΥΤΟΜΑΤΙΣΜΟΣ, ΡΟΜΠΟΤΙΚΗ, ΒΙΒΛΙΟΘΗΚΗ, ΜΟΥΣΕΙΟ ΕΠΙΣΤΗΜΩΝ, κ.λπ.).

⇒ Στις σύγχρονες αθλητικές εγκαταστάσεις του Πανεπιστημίου Πατρών, στην Πανεπιστημιούπολη, για αγόρια και κορίτσια 6-16 ετών.

⇒ Παρουσία ιατρού ή Ερυθρού Σταυρού.

⇒ Συμπεριλαμβάνονται καθημερινά για κάθε παιδί στην τιμή από το Κυλικείο του Πανεπιστημιακού Γυμναστηρίου προάριστο, χυμός, ελαφρύ γεύμα, εμφιαλωμένα νερά. Επίσης προσφέρεται μπλουζάκι και καπέλο στην εβδομάδα εγγραφής.

⇒ Οι δράσεις πραγματοποιούνται τους κλειστούς και ανοικτούς χώρους του Πανεπιστημιακού Γυμναστηρίου.

ΕΓΓΡΑΦΕΣ

Το Camp ξεκινά την Πέμπτη 15 Ιουνίου 2023.

Οι εγγραφές για το Camp ξεκινούν από την Πέμπτη 1 Ιουνίου 2023 και παραμένουν ανοικτές σε όλη τη διάρκεια λειτουργίας του Camp. Θα ενημερωθούν με e-mail όλοι οι γονείς που ήδη συμμετέχουν στις αθλητικές ακαδημίες παιδιών του Πανεπιστημιακού Γυμναστηρίου, οι Σύλλογοι Γονέων και Κηδεμόνων των σχολείων

της Πανεπιστημιούπολης καθώς και όσοι συμμετείχαν τα προηγούμενα χρόνια στα καλοκαιρινά αθλητικά Camp του Πανεπιστημίου Πατρών. Μπορείτε επίσης να ενημερώσετε σχετικά συγγενείς, φίλους και γνωστούς σας. Η εγγραφή και η συμμετοχή είναι ελεύθερη για όλους. Εγγραφές μπορούν να πραγματοποιηθούν για οποιαδήποτε εβδομάδα ή εβδομάδες επιθυμούν οι γονείς (συνεχόμενες ή διακεκομμένες εβδομάδες όπου θα συμπεριλαμβάνεται η έκπτωση των εβδομάδων ακόμα και στις διακεκομμένες εβδομάδες συμμετοχής). Φυσικά εγγραφές μπορούν να πραγματοποιηθούν ακόμα και για ολόκληρη την περίοδο των 6 ½ εβδομάδων.

Οι εγγραφές πραγματοποιούνται μόνο ηλεκτρονικά με αίτηση στην ιστοσελίδα του Πανεπιστημιακού Γυμναστηρίου.

Φόρμα αίτησης εγγραφής εδώ:

<http://gym.upatras.gr/kalokairino-athlitiko-camp-6-16-eton/>

Με την εγγραφή τους οι γονείς κατοχυρώνουν τη συμμετοχή των παιδιών τους και προσέρχονται κανονικά την πρώτη μέρα της εβδομάδας που έχουν δηλώσει. Η έναρξη του Sports Camp θα γίνει την Πέμπτη 15 Ιουνίου 2023, ακριβώς την επόμενη ημέρα που θα τελειώσουν τα Δημοτικά σχολεία (η συγκεκριμένη Πέμπτη και Παρασκευή θα έχουν ανάλογη χρέωση δύο ημερών).

Πληροφορίες στο Πανεπιστημιακό Γυμναστήριο: κάθε Τρίτη 4-5 μ.μ., Σάββατο και Κυριακή πρωί 09:00-2:00 το μεσημέρι, τηλ.: 2610997755

ΕΙΔΙΚΗ ΠΕΡΙΓΡΑΦΗ SUMMER SPORTS CAMP

ΕΙΣΑΓΩΓΙΚΑ

Στο Πανεπιστήμιο Πατρών-Πανεπιστημιακό Γυμναστήριο, στο πλαίσιο συνέχισης των αθλητικών ακαδημιών παιδιών που ήδη λειτουργούν, με εισήγηση της Επιτροπής Αθλητισμού του Πανεπιστημίου Πατρών, θα λειτουργήσει για 5η χρονιά και μετά την περίοδο της πανδημίας, από τον Ιούνιο του 2022 (Πέμπτη 15 Ιουνίου 2023-Ιούλιος 2023), **το 5^ο αθλητικό κατασκηνωτικό πρόγραμμα για παιδιά**, στις σύγχρονες αθλητικές εγκαταστάσεις του. Η δράση αυτή πραγματοποιείται με τη στήριξη του Πανεπιστημίου Πατρών και της Εταιρείας Αξιοποίησης και Διαχείρισης Περιουσίας του Πανεπιστημίου Πατρών, με το συντονισμό από μέλη Ε.Ε.Π. Φυσικής Αγωγής του Πανεπιστημιακού Γυμναστηρίου και με τους καθηγητές Φυσικής Αγωγής των αθλητικών ακαδημιών. Απευθύνεται σε παιδιά ηλικίας 6-16 ετών.

ΣΤΟΧΟΙ

Στόχοι της δραστηριότητας είναι η αξιοποίηση και η βελτίωση της φυσικής κατάστασης των παιδιών ως συνέχεια της ετήσιας δράσης των αθλητικών ακαδημιών, η ανάπτυξη των δεξιοτήτων τους, η παροχή αθλητικής γνώσης και συμμετοχικότητας μέσω αθλητικών, εκπαιδευτικών και ενημερωτικών δράσεων, η

διεξαγωγή φιλικών αγώνων στο πλαίσιο της παραπάνω συμμετοχής, η καλλιτεχνική δημιουργία και φυσικά η ψυχαγωγία και ο δημιουργικός ελεύθερος χρόνος.

ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΠΡΟΠΟΝΗΣΗΣ – ΛΟΙΠΩΝ ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΩΝ

- Βασικά χαρακτηριστικά κάθε αθλήματος
- Ατομική τεχνική
- Ομαδική τακτική
- Ασκησιολόγιο διατήρησης και βελτίωσης φυσικής κατάστασης
- Σωματομετρήσεις
- Τουρνουά και φιλικοί αγώνες με ομάδες της περιοχής
- Απονομές μεταλλίων και αναμνηστικών
- Γνωριμία του αθλήματος με καλεσμένους αθλητές-πρωταθλητές
- Trekking και περίπατοι στην Πανεπιστημιούπολη
- Ποδηλασία (για μεγαλύτερα παιδιά)
- Ομάδες δημιουργίας και συζήτησης
- Παιχνίδια δεξιοτήτων
- Επισκέψεις στα μουσεία, σε καινοτόμες κατασκευές και δράσεις του Πανεπιστημίου Πατρών, στους κήπους και στους υπόλοιπους κοινόχρηστους χώρους του Πανεπιστημίου Πατρών (πράσινο Πανεπιστήμιο, δενδροφύτευση, άλλες περιβαλλοντικές δράσεις, επίσκεψη στο Συνεδριακό και Πολιτιστικό Κέντρο, βιβλιοθήκη, μουσείο επιστημών, κλπ.), γνωριμία με την πανεπιστημιούπολη.
- Χορευτικές και καλλιτεχνικές εκδηλώσεις στην κλειστή σάλα του Γυμναστηρίου και στο γήπεδο ποδοσφαίρου.

ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΑΣ-ΠΕΡΙΟΔΟΙ-ΩΡΑΡΙΟ

- 1^η Εβδομάδα (δύο ημέρες): 15/6-16/6
- 2^η Εβδομάδα (Περίοδος): 19/6-23/6
- 3^η Εβδομάδα (Περίοδος): 26/6-30/6
- 4^η Εβδομάδα (Περίοδος): 3/7-7/7
- 5^η Εβδομάδα (Περίοδος): 10/7-14/7
- 6^η Εβδομάδα (Περίοδος): 17/7-21/7
- 7^η Εβδομάδα (Περίοδος): 24/7-28/7

Μπορεί να δηλωθεί όλη η περίοδος, συνδυασμός εβδομάδων ή το λιγότερο μια εβδομάδα. Το ωράριο θα ξεκινά από τις 07:30 έως τις 15:00 καθημερινά (προσέλευση από 07:30 ως τις 8:30, αποχώρηση από 14:15 έως 15:00).

ΑΘΛΗΤΙΚΕΣ ΕΓΚΑΤΑΣΤΑΣΕΙΣ

- Γήπεδο ποδοσφαίρου 11X11 και 5X5 με φυσικό χλοοτάπητα
- Κλειστό Γήπεδο Μπάσκετ και Βόλεϊ με παρκέ
- Δύο αίθουσες Γυμναστικής και χορού
- Αίθουσα προβολών
- Αύλιος χώρος δεκατιανού, ελαφριού φαγητού
- Δύο ανοικτά γήπεδα μπάσκετ και Βόλεϊ με καινούργιο τάπητα
- Δύο ανοικτά γήπεδα Τένις με καινούργιο τάπητα
- Τέσσερα ανοικτά γήπεδα ελεύθερης προπόνησης αθλοπαιδιών (ασφαλτοστρωμένα)
- Στίβος με ταρτάν
- Δύο γήπεδα Beach Volley Ολυμπιακών διαστάσεων
- Ανοικτοί χώροι ξεκούρασης, κερκίδες, αποδυτήρια, τουαλέτες, ερμάρια φύλαξης, αθλητικό υλικό

ΠΡΟΠΟΝΗΤΕΣ – ΛΟΙΠΟ ΠΡΟΣΩΠΙΚΟ

Με την καθοδήγηση έμπειρων και καταρτισμένων καθηγητών φυσικής αγωγής και προπονητών / εμπυχωτών / εθελοντών φοιτητριών-φοιτητών και με παρουσία σε όλη την ημερήσια διάρκεια του προγράμματος. Επίσης καθημερινή παρουσία ιατρού ή προσωπικού Ερυθρού Σταυρού σε όλο το ωράριο.

Οι δράσεις πραγματοποιούνται με σεβασμό στις ιδιαιτερότητες κάθε ηλικίας. Τα παιδιά συμμετέχουν σε ομάδες και μοιράζονται αγωνιστικές, εκπαιδευτικές, καλλιτεχνικές και ψυχαγωγικές εμπειρίες, μέσα από τη συμμετοχή, την προσπάθεια και την εκμάθηση πολυποίκιλων δράσεων.

ΠΡΟΠΟΝΗΤΙΚΟ ΠΡΟΣΩΠΙΚΟ - ΑΡΜΟΔΙΟΙ

- Ανδριανή Δημητροπούλου, Βόλεϊ, beach volley
- Άγγελος Μπανταδάκης & Άρης Παπαναγόπουλος Ποδόσφαιρο
- Αλέκος Πολυδωρόπουλος, Καλαθοσφαίριση
- Κατερίνα Πολίτη Στίβος

- Λουκία Αρκαδιανού Αντισφαίριση
- Κατερίνα Βασιλογάμβρου Πινγκ Πονγκ
- Γρηγόρης Μικρώνης, Ελληνικός παραδοσιακός χορός,
υπεύθυνος καθημερινής λειτουργίας
Sports Camp
- Άρης Αγγελόπουλος, Γενικός Συντονισμός, Βόλεϊ, beach volley

Λοιπά αθλήματα όπως σκάκι και άλλα παιχνίδια δεξιοτήτων και ζωγραφικής εντάσσονται στο εβδομαδιαίο πρόγραμμα.

ΗΜΕΡΗΣΙΟ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ

- 07:30-08:30 Προσέλευση
- 08:30-09:30 Προπονήσεις, δεξιότητες
- 09:30-10:00 Προάριστο (περιλαμβάνεται στην τιμή-προγραμματισμένο από το κυλικείο που λειτουργεί στο Πανεπιστημιακό Γυμναστήριο. Περιλαμβάνει χυμό, νερό και υγιεινό σνακ/μπάρα δημητριακών από το κυλικείο)
- 10:00-12:30 Προπονήσεις, δεξιότητες, περίπατοι, επισκέψεις
- 12:30-13:15 Ελαφρύ γεύμα (περιλαμβάνεται στην τιμή-προγραμματισμένο από το κυλικείο που λειτουργεί στο Πανεπιστημιακό Γυμναστήριο. Περιλαμβάνει φρέσκο ψωμάκι με τυρί, μαρούλι, ντομάτα, γαλοπούλα και εναλλάξ ανά ημέρες αραβική πίτα με τα ίδια υλικά, εμφιαλωμένο νερό)
- 13:15-14:15 Δημιουργική απασχόληση, διαδραστικά, ψυχαγωγικά παιχνίδια, προβολές
- 14:15-15:00 Αναχώρηση

ΠΑΡΟΧΕΣ (Περιλαμβάνονται στο κόστος)

- Μπλουζάκι
- Καπέλο
- Παρουσίαση δραστηριοτήτων κάθε παιδιού
- Αναμνηστικά διπλώματα

- Φωτογραφίες

ΚΟΣΤΟΣ ΣΥΜΜΕΤΟΧΗΣ

**ΠΕΡΙΛΑΜΒΑΝΕΤΑΙ (ανά παιδί) ΠΡΟΑΡΙΣΤΟ ΜΕ ΧΥΜΟ, ΕΛΑΦΡΥ
ΓΕΥΜΑ ΚΑΙ 2 ΕΜΦΙΑΛΩΜΕΝΑ ΝΕΡΑ 500ml**

ΠΑΙΔΙΑ/ ΟΙΚΟΓΕΝΕΙΑ	ΕΒΔΟΜΑΔΕΣ	ΣΥΝΔΡΟΜ Η ΜΗ ΜΕΛΗ	ΣΥΝΔΡΟΜΗ ΜΕΛΗ ΑΘΛΗΤΙΚΩΝ ΑΚΑΔΗΜΙΩΝ- ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΑΚΗΣ ΚΟΙΝΟΤΗΤΑΣ- ΣΧΟΛΕΙΩΝ ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟΥΠΟΛΗΣ
1	1	80	72
1	2	150	135
1	3	215	195
1	4	275	250
1	5	330	300
1	6	380	345
2	1	150	135
2	2	275	250
2	3	390	355
2	4	495	450
2	5	595	540
2	6	690	630
3	1	210	185
3	2	400	350
3	3	575	510
3	4	740	660
3	5	895	800
3	6	1020	920

Σημειώσεις:

Οι δύο πρώτες ημέρες για (Πέμπτη) 16 και (Παρασκευή) 17 Ιουνίου 2022 τιμολογούνται με τα 2/5 των ποσών της πρώτης εβδομάδας.

Σε πολύτεκνη οικογένεια με 4 τέκνα και άνω, από το 4^ο τέκνο συμμετέχουν με έκπτωση επιπλέον 50%

ΙΑΤΡΙΚΗ ΠΕΡΙΘΑΛΨΗ-ΥΓΙΕΙΝΗ-ΑΣΦΑΛΕΙΑ

Οι καλοκαιρινές αθλητικές κατασκηνώσεις του Πανεπιστημίου Πατρών, παρέχουν υπηρεσίες σε ένα σύγχρονο, πιστοποιημένο, υγιεινό και ασφαλές περιβάλλον. Κατά τη διάρκεια των δραστηριοτήτων, θα υπάρχει πάντα προσωπικό που θα διατηρεί καθαρούς όλους τους χώρους των εγκαταστάσεων. Επίσης καθημερινά, όλες τις ώρες, θα υπάρχει ιατρός ή προσωπικό του Ερυθρού Σταυρού, ώστε να καλύπτει σε πρώτο βαθμό, τυχόν τραυματισμούς και άλλα προβλήματα υγείας κατά την προπόνηση/παρουσία του παιδιού. Επίσης υπό την ευθύνη του ιατρού/νοσηλεύτη θα υπάρχει και η αναγκαία κάλυψη σε πρωτοβάθμια φαρμακευτική περίθαλψη. Οι αθλητικές εγκαταστάσεις είναι επίσης περιφραγμένες με πιστοποίηση πυρασφάλειας και λειτουργίας αθλητικών εγκαταστάσεων. Σε κάθε ομάδα παιδιών ορίζεται υπεύθυνος ο προπονητής. Επίσης ορίζονται αρμόδιοι από το Πανεπιστήμιο Πατρών ο γενικός συντονιστής και ο γενικός υπεύθυνος του Sports Camp που είναι μέλη Φυσικής Αγωγής του Πανεπιστημιακού Γυμναστηρίου για την ομαλή λειτουργία του.

ΤΑ ΠΑΙΔΙΑ ΦΕΡΝΟΥΝ ΠΑΝΤΑ ΜΑΖΙ ΤΟΥΣ:

- Αθλητικά παπούτσια, σαγιονάρες, αντιηλιακή κρέμα, πετσέτα, γυαλιά οράσεως αν φορούν, ρακέτα τένις μόνο τις ημέρες που θα έχει προπόνηση (θα ενημερώνονται από τον υπεύθυνο από την προηγούμενη ημέρα). Προαιρετικά μπορούν να φέρνουν: γυαλιά ηλίου, επιπλέον καπέλο, σαγιονάρες.
- Σημείωση: Σε όλα τα προσωπικά μας είδη σημειώνουμε με μαρκαδόρο το ονοματεπώνυμό μας για να μην τα μπερδεύουμε.

ΔΕΚΑΤΙΑΝΟ - ΕΛΑΦΡΥ ΓΕΥΜΑ - ΚΥΛΙΚΕΙΟ

Στον παραπάνω τιμοκατάλογο που εμπεριέχεται Φ.Π.Α., συμπεριλαμβάνονται τρόφιμα, χυμός, 2 νερά εμφιαλωμένα για δεκατιανό και ελαφρύ γεύμα, που όλα διανέμονται από το Κυλικείο στα παιδιά στις παραπάνω προκαθορισμένες ώρες. Οι γονείς και οι κηδεμόνες δεν χρειάζονται να φροντίζουν για το δεκατιανό και το ελαφρύ γεύμα και τα νεράκια των τέκνων τους, αφού αυτά συμπεριλαμβάνονται στην εβδομαδιαία κοστολόγηση. Δεν συντηρούνται ατομικά τρόφιμα και υγρά στο

Πανεπιστημιακό Γυμναστήριο. Βέβαια το Κυλικείο προσφέρει και επιπλέον αγαθά με βάση τον τιμοκατάλογό του.