

**ΠΟΛΥΧΩΡΟΣ ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗΣ – ΚΕΝΤΡΟ ΜΕΛΕΤΗΣ “Feels Like Home”**

ΝΕΑ ΔΙΕΥΘΥΝΣΗ Παπαφλέσσα 10, Αγ.Παρασκευή 153 41 | T.F 213 037 6635, 6988 937 887 | [dionisocialservices@gmail.com](mailto:dionisocialservices@gmail.com) | <http://dionisocialservices.wix.com/polychoros>

	Δευτέρα	Τρίτη	Τετάρτη	Πέμπτη	Παρασκευή	Σάββατο	Κυριακή
	8.00-13.15/14.00 Δημιουργική Απασχόληση 2-5 ετών	8.00-13.15/14.00 Δημιουργική Απασχόληση 2-5 ετών	8.00-13.15/14.00 Δημιουργική Απασχόληση 2-5 ετών	8.00-13.15/14.00 Δημιουργική Απασχόληση 2-5 ετών	8.00-13.15/14.00 Δημιουργική Απασχόληση 2-5 ετών		
8.00-13.00	9.00 -10.30 - 12.00 <b>H/Y ECDL</b> (αρχάριοι) <b>H/Y ECDL</b> (προχ/νοι)	08.30-9.30 Pilates mat 9.30-10.30 Pilates props	9.00 -10.30 <b>Hatha Yoga</b>	08.30-9.30 Pilates mat 9.30-10.30 Pilates props	9.00-10.15 <b>Yoga Vinyasa</b> Yoga και για Εγκύους	<b>9.15-14.00</b> ΙΔΙΑΙΤΕΡΑ ΜΑΘΗΜΑΤΑ ΜΟΥΣΙΚΗΣ 45'  9.30 - 10.30 -11.30 (2 τμήματα) <b>H/Y Social Media</b>  10.00 - 11.30 (1 ½) <b>Θεατρικό παιχνίδι</b> Δημιουργική Έκφραση Μουσική Παιδεία (B' Group /από 7+)	<b>Outdoor Events</b> Playground & Stroller Fitness by FitnessForFamilies  <b>11.00-13.00</b> <b>Group-Therapy</b> (2 φ./μήνα)
	12.00 - 12.45 <b>Μουσικοκινητική</b> 10 μηνών – 5 ετών	10.30 – 13.00 <b>Bowtech</b> εναλλακτικές Θεραπείες επανόρθωσης Ρεφλεξολογία	10.30-11.30 Μπαλετίνο ενήλικες	10.30 – 13.00 <b>Bowtech</b> εναλλακτικές Θεραπείες επανόρθωσης Ρεφλεξολογία	10.15 - 11.00 <b>Χορός-μοντέρνο</b>		12.15 -13.30 <b>ΧΟΡΟ-Παιδεία</b> (B' group 7+)  <b>ΑΡΜΟΝΙΟ</b> 9.15 – 11.30 (45') A' group (Α' - Γ' δημ.) B' group (Δ'- Ζ' δημ.) Γ' group (12+)
<b>ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΣΧΟΛΙΚΗΣ ΜΕΛΕΤΗΣ ΜΕ Η ΨΗΦΙΟΚΟΙΝΩΝΙΑ ΠΑΡΑΛΑΒΗ ΑΠΟ ΤΟ ΣΧΟΛΕΙΟ</b>							
13.15-18.00	<b>13.15 - 18.00</b> <b>ΜΕΛΕΤΗ ΜΑΘΗΤΩΝ ΔΗΜΟΤΙΚΟΥ &amp; ΓΥΜΝΑΣΙΟΥ</b> & ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΑ ΕΙΔΙΚΗΣ ΑΓΩΓΗΣ (ΛΟΓΟΘΕΡΑΠΕΙΑ – ΕΡΓΟΘΕΡΑΠΕΙΑ – ΜΑΘΗΣΙΑΚΗ ΠΑΡΕΜΒΑΣΗ)						
18.00-21.00	18.00 -19.30 (1½) <b>Εικαστικά</b> Α' Group παιδιά 5 – 7	18.00 – 18.45 Μπαλετίνο παιδιά	18.00 -19.30 (1½) <b>Εικαστικά - Σχέδιο</b> B' Group παιδιά 8+	18.00 -19.00 <b>Θεατρικό παιχνίδι</b> Δημιουργική Έκφραση Α'group έως 6 ετών	18.00 -19.00 <b>ΧΟΡΟ-Παιδεία</b> Α' Group 4 - 7 ετών		<b>Εργαστήρια/ομιλίες</b>  όλα τα προγράμματα της Κυριακής είναι κατόπιν <b>δήλωσης συμμετοχής</b>
	18.00-18.45 <b>Μουσικοκινητική</b> 2 – 5 ετών	18.00 - 19.00 <b>Διατροφή &amp; Υγεία</b> Δωρεάν Συμβουλευτική Νάντια Μαρνέρου	18.30 - 19.15 (45') <b>Χοροθεραπεία</b> Έκφραση-ρυθμός παιδιά	18.00 - 19.00 <b>Βελονάκι</b> 19.00-20.00 <b>Πλέξιμο</b>	20.00 <b>Dance Fitness</b> Ενήλικες / Ελένη	<b>ΚΙΘΑΡΑ</b> 11.30 - 13.45 (45') A' group (Α' - Γ' δημ.) B' group (Δ'- Ζ' δημ.) Γ' group (12+)	
	19.00 - 19.45 <b>Θεωρία Μουσικής</b> όλα τα τμήματα	19.00-20.00 <b>Βελονάκι</b>	19.30 - 21.00 (1½) <b>Χοροθεραπεία</b> Dance Therapy Ενήλικες	19.00 – 20.30 <b>Hatha Yoga</b>		<b>Ιδιαίτερα μαθήματα χορού</b>  Μετά τις 15.00 ο χώρος διατίθεται για πάρτυ/εκδηλώσεις	ο χώρος διατίθεται <b>όλη την ημέρα</b> για πάρτυ/εκδηλώσεις
	19.00 - 20.00 <b>Latin 13-16 ετών</b>	19.00 - 20.30 <b>Hatha Yoga</b>		20.30 – 21.30 <b>Tango</b> Ενήλικες	20.00 - 21.30 (1½) <b>Διαχείριση βάρους</b> Κλινική Υπνοθεραπεία		
	20.00 - 21.00 <b>Dance Fitness</b> Ενήλικες	20.30 – 21.30 <b>Latin International</b> Ενήλικες					

\*Οι ώρες και οι μέρες των δραστηριοτήτων μπορεί να τροποποιηθούν με βάση τον αριθμό των συμμετεχόντων και τη διαθεσιμότητα των εκπαιδευτών κάθε τμήματος

**ΠΡΑΓΜΑΤΟΠΟΙΟΥΝΤΑΙ ΣΥΝΕΔΡΙΕΣ** (κατόπιν ραντεβού):

Ψυχοθεραπεία ατομική-ομαδική-ζεύγους / **Εναλλακτικές Θεραπείες:** Ρεφλεξολογίας, Bowtech, Μασάζ με λάδι για κακώσεις-πόνους-χαλάρωση