

ΑΘΛΗΤΙΚΑ ΣΧΟΛΕΙΑ ΛΕΥΚΩΣΙΑΣ ΥΠΑΝ

ΛΥΚΕΙΟ ΚΥΚΚΟΥ Β' / ΓΥΜΝΑΣΙΟ ΕΓΚΩΜΗΣ ΚΥΡΙΑΚΟΣ ΝΕΟΚΛΕΟΥΣ

## ΔΙΑΛΕΞΗ προς Γονείς Αθλητών

Τετάρτη 5 Φεβρουαρίου 2025, 6.30μ.μ.  
Αίθουσα Εκδηλώσεων, Λυκείου Κύκκου Β'

### Πρόγραμμα:

6.30 – 6.35 Χαιρετισμοί

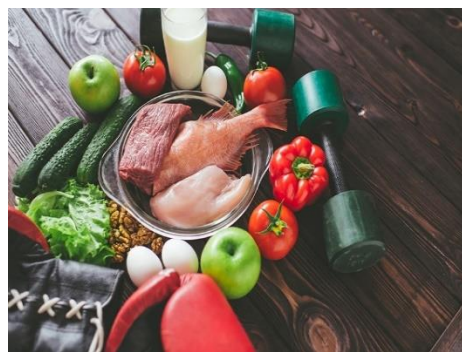
6.35 – 7.10 *Βασικές Αρχές Αθλητικής Διατροφής για Υγιή Ανάπτυξη και Βελτιωμένη Απόδοση*

Εισηγήτρια: Νικολέττα Μιχαηλίδου, Κλινική Διαιτολόγος Αθλητική Διατροφολόγος

7.10 – 7.50 *Πρακτικές Οδηγίες – Εύκολες Συνταγές για σωστή διατροφή σε μαθητές/τριες – αθλητές/τριες*

Εισηγήτρια: Ξένια Ιωάννου, Σεφ

- **Ο εξοπλισμός και τα υλικά παρασκευής θα εξασφαλισθούν με την ευγενική χορηγία του Ομίλου Μιτσίδα, την οποία ευχαριστούμε!**



### Διοργανωτές:

Αθλητικά Σχολεία Λευκωσίας ΥΠΑΝ: Λύκειο Κύκκου Β'

Γυμνάσιο Έγκωμης Κυριάκος Νεοκλέους

Σύνδεσμοι Γονέων: Λυκείου Κύκκου Β'

Γυμνασίου Έγκωμης Κυριάκος Νεοκλέους