

ΑΘΛΗΤΙΚΟ ΣΧΟΛΕΙΟ ΛΕΥΚΩΣΙΑΣ

ΛΥΚΕΙΟ ΚΥΚΚΟΥ Β΄

Ουρανίας Κοκκίνου 6
2404 Έγκωμη, Λευκωσία

Τηλ. Αθλητικού Σχολείου 22872460 Τηλ. Σχολείου: 22662388,

Τηλεομοιότυπο: 22663029

Ηλεκτρονικό Ταχυδρομείο: lyk-athlitiko-lef@schools.ac.cy

Ιστοσελίδα: <http://lyk-kykkos-b-lef.schools.ac.cy/index.php/el/athlitiko-lykeio-leukosias>

ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΣΕΠΤΕΜΒΡΙΟΥ 2025

ΗΜΕΡΟΜΗΝΙΑ ΣΕΠΤΕΜΒΡΙΟΣ	ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ	ΕΙΣΗΓΗΤΗΣ/ΤΡΙΑ	ΧΩΡΟΣ	ΣΥΜΜΕΤΕΧΟΝΤΕΣ
Δευτέρα, 8 7.30-8.00 8.00-9.00	Καλωσόρισμα / Έντυπο Δήλωσης Προσωπικού Προπονητή Α΄ Τάξεις Κανονισμοί Λειτουργίας Β΄ Τάξεις Έναρξη της νέας αγωνιστικής σεζόν. Προκλήσεις, στόχοι και προγραμματισμός Γ΄ Τάξεις Ενημέρωση από Γυμναστές Σχολείου	ΥΣΑΣ Ρένος Πιττάλης Ρένος Πιττάλης Αλέξης Κυριακίδης Γυμναστές	Γήπεδο Στίβου Αίθουσα Εκδηλώσεων Αίθουσα Διαλέξεων Γήπεδο Στίβου	Όλοι οι μαθητές Α24α / Α33α /Α43α Β34α / Β53α Γ33α / Γ53α
Τετάρτη, 10 <i>*Επιστροφή Έντύπου Προσωπικού Προπονητή</i>	Α΄ Τάξεις <u>Ακαδημαϊκό Πρόγραμμα Λυκείου</u> Β΄ Τάξεις <u>Θεμελιώδεις Αρχές του Strength and Conditioning και εφαρμογή τους</u> Γ΄ Τάξεις Η αξία της επιστημονικής στήριξης στον αθλητισμό	Σύμβουλος Σχολείου Γιάννος Γιωργαλλής Γιώργος Λουκαΐδης (ΚΑΕΚ)	Αίθουσα Διαλέξεων Στίβος ΚΒ (Πρακτικό) Αίθουσα Εκδηλώσεων	Α24α / Α33α /Α43α Β34α / Β53α Γ33α / Γ53α

Παρασκευή, 12	Α΄ Τάξεις Ελίτ αθλητική και σχολική επίδοση Β΄ Τάξεις Προγραμματίζοντας την επιτυχία. Σχολική και αθλητική χρονιά σε ισορροπία. Γ΄ Τάξεις <u>Θεμελιώδεις Αρχές του Strength and Conditioning και εφαρμογή τους</u>	Νεκτάριος Αλεξάνδρου Δρ. Κωνσταντίνος Τσουλούπας Γιάννος Γιωργαλλής	Αίθουσα Διαλέξεων Αίθουσα Εκδηλώσεων Στίβος ΚΒ (Πρακτικό)	Α24α / Α33α /Α43α Β34α / Β53α Γ34α / Γ53α
Δευτέρα, 15	Α΄ Τάξεις <u>Θεμελιώδεις Αρχές του Strength and Conditioning και εφαρμογή τους</u> Β΄ Τάξεις / Γ΄ Τάξεις Εθνικοί Σχεδιασμοί ΚΟΑ	Γιάννος Γιωργαλλής Κώστας Σολωμού (Προϊστάμενός Εθνικών Σχεδιασμών ΚΟΑ)	Στίβος ΚΒ (Πρακτικό) Αίθουσα Εκδηλώσεων	Α24α / Α33α /Α43α Β34α / Β53α Γ34α / Γ53α
Τετάρτη, 17	Α΄ Τάξεις Προγραμματίζοντας την επιτυχία: Σχολική και αθλητική χρονιά σε ισορροπία. Β΄ Τάξεις Αθλητική Τραυματισμοί: Η διατροφή ως μέσο πρόληψης Γ΄ Τάξεις Έναρξη της νέας αγωνιστικής σεζόν. Προκλήσεις, στόχοι και προγραμματισμός	Δρ. Κωνσταντίνος Τσουλούπας Νικολέτα Μιχαηλίδου (ΚΑΕΚ) Αλέξης Κυριακίδης	Αίθουσα Εκδηλώσεων Αίθουσα Διαλέξεων Γήπεδο Στίβου	Α24α / Α33α /Α43α Β34α / Β53α Γ34α / Γ53α
Παρασκευή, 19	Βασικές γνώσεις για το αντι-ντόπινγκ για νεαρούς αθλητές (διαδραστικό)	Κυπριακή Αρχή Αντιντόπινγκ (Δρ. Μιχάλης Πέτρου και Συνεργάτες)	Αίθουσα Εκδηλώσεων	Όλοι οι μαθητές

Δευτέρα, 22	Έναρξη Προπονήσεων			
----------------	--------------------	--	--	--

ΚΑΘΗΚΟΝΤΑ ΠΡΟΠΟΝΗΤΩΝ (Παρουσίες, Επιτήρηση)

A,β,Γ, Τάξεις

	8 Σεπτ.	10 Σεπτ.	12 Σεπτ.	15 Σεπτ.	17 Σεπτ.	19 Σεπτ.
Μενελάου	A	B	Γ	A	B	Γ
Γεωργίου Γ.	A	B	Γ	A	B	Γ
Πατσαλίδης	B	A	B	B	A	Γ
Γιωργαλλής	Γ	B	Γ	A	B	B
Γιαγκουλής	Γ	A	B	Γ	Γ	A
Παπαδάμου	B	Γ	Γ	A	Γ	B
Κυριακίδης	B	Γ	A	B	Γ	B
Παρασκευά	A	Γ	A	Γ	A	B
Στούππενος	Γ	A	B	B	A	A
Σωτηρίου	A	B	A	Γ	Γ	A

ΛΥΚΕΙΟ ΚΥΚΚΟΥ Β΄
ΑΘΛΗΤΙΚΟ ΣΧΟΛΕΙΟ ΛΕΥΚΩΣΙΑΣ



ΕΝΗΜΕΡΩΣΗ

προς Γονείς Νεοεισερχομένων Αθλητών Λυκείου Κύκκου Β΄
Τετάρτη 10 Σεπτεμβρίου 2025, 7μ.μ.
(Αίθουσα Εκδηλώσεων Σχολείου)

Πρόγραμμα

- 7.00 – 7.40 *Τρόπος και Κανονισμοί Λειτουργίας Αθλητικού Λυκείου*
Εισηγητής: Ρένος Πιττάλης, Υπεύθυνος Συντονιστής Αθλητικού Σχολείου.
- 7.40 – 8.10 *Ακαδημαϊκό Πρόγραμμα Αθλητικού Λυκείου*
Εισηγητής: Λεύκος Δημοσθένους, ΒΔ, Σύμβουλος Σχολείου

ΛΥΚΕΙΟ ΚΥΚΚΟΥ Β΄
ΑΘΛΗΤΙΚΟ ΣΧΟΛΕΙΟ ΛΕΥΚΩΣΙΑΣ



ΕΝΗΜΕΡΩΣΗ

προς Γονείς Νεοεισερχομένων Αθλητών Λυκείου Κύκκου Β΄
Τετάρτη 10 Σεπτεμβρίου 2025, 7μ.μ.
(Αίθουσα Εκδηλώσεων Σχολείου)

Πρόγραμμα

- 7.00 – 7.40 ***Τρόπος και Κανονισμοί Λειτουργίας Αθλητικού Λυκείου***
Εισηγητής: Ρένος Πιττάλης, Υπεύθυνος Συντονιστής Αθλητικού Σχολείου.
- 7.40 – 8.10 ***Ακαδημαϊκό Πρόγραμμα Αθλητικού Λυκείου***
Εισηγητής: Λεύκος Δημοσθένους, ΒΔ, Σύμβουλος Σχολείου