

ΑΞΙΟΣ ΜΟΝΟΗΜΕΡΗ ΕΞΟΡΜΗΣΗ



Μονοήμερη εκδρομή με
πεζοπορία και τρέξιμο, υπαίθριες
αθλητικές δραστηριότητες,
χορό και yoga, σ' ένα
καταπράσινο μονοπάτι στις όχθες
του Αξιού και στους σύγχρονους
χώρους του κτήματος "Θέασις"
που υπόσχεται μια μοναδική
εμπειρία άθλησης και απόλαυσης



Πρόγραμμα Εξόρμησης

8:00 - Αναχώρηση από το Καυτανζόγλειο Στάδιο

Παρακαλείσθε να βρίσκεστε 15 λεπτά νωρίτερα στο σημείο προσέλευσης.

8:45 - Άφιξη στο κτήμα ΘΕΑΣΙΣ

9:30 - Πεζοπορία

Απο το κτήμα κατηφορίζουμε και φτάνουμε στις όχθες του Αξιού όπου θα κινηθούμε μέσα σε ένα καταπράσινο μονοπάτι δίπλα στον ποταμό. Η διαδρομή είναι κατάλληλη για όλους. Θα πραγματοποιήσουμε στάση για διατάσεις και φωτογραφίες.

10:30 - Επιστροφή στο κτήμα

Όσοι είναι σε προχωρημένο επίπεδο φυσικής κατάστασης μπορούν να επαναλάβουν τη διαδρομή με τρέξιμο. Οι υπόλοιποι μπορούν να απολαύσουν το πρόγευμα στο κτήμα.

11:00 - 12:00 - Πρόγευμα/Καφέ και Πρόγραμμα Παιδικής απασχόλησης

(Παιδικό/Οικογενειακό Survivor Games, Crazy Olympics)

12:30 - 13:15 - Χορός για μικρούς και μεγάλους

(Zumba / Dance Aerobic / Μοντέρνος Χορός)

13:45 - 14:30 - Yoga Session Ενηλίκων

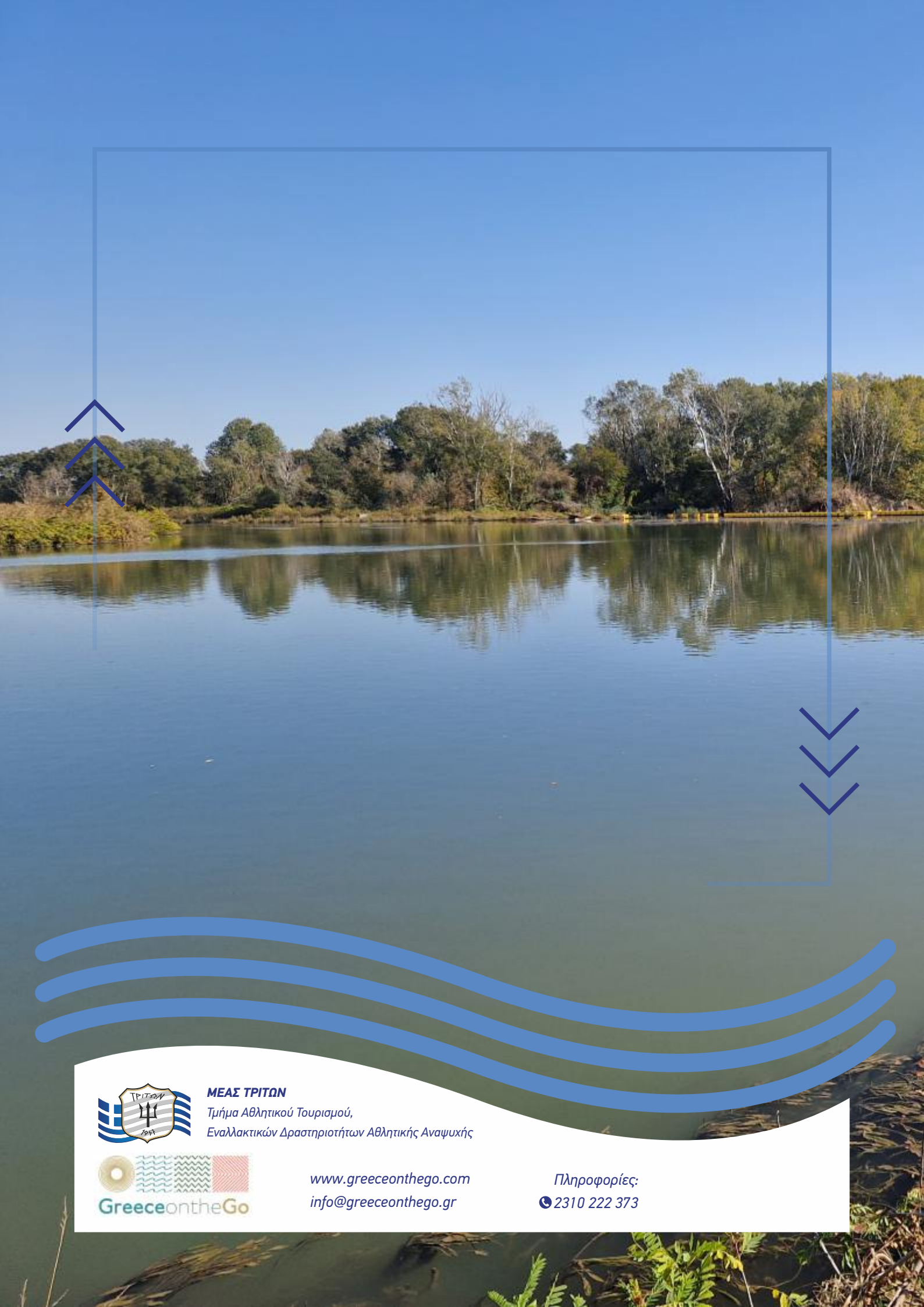
15:30 - Κυρίως Γεύμα

17:30 - Αναχώρηση για Θεσσαλονίκη









ΜΕΑΣ ΤΡΙΤΩΝ

Τμήμα Αθλητικού Τουρισμού,
Εναλλακτικών Δραστηριοτήτων Αθλητικής Αναψυχής



www.greeceontheGo.com
info@greeceontheGo.gr

Πληροφορίες:
☎ 2310 222 373