



# TABATA!

E.M.P.

- Lets do a tabata workout -

Όσοι φοιτητές-τριες και μέλη της Πολυτεχνειακής Κοινότητας, επιθυμούν να παρακολουθήσουν τα αθλητικά προγράμματα

**TABATA** (Διαλειμματική προπόνηση υψηλής έντασης),

τα οποία θα πραγματοποιούνται κάθε

**Δευτέρα και Πέμπτη, ώρα 12:00-13:00,**

στο Κλειστό Γυμναστήριο του Αθλητικού Κέντρου Ε.Μ.Π.,

να προσέλθουν στη γραμματεία, για να δηλώσουν συμμετοχή και παράλληλα να στείλουν e-mail και να επικοινωνήσουν

με τον Υπεύθυνο Καθηγητή Φυσικής Αγωγής, κ Ταμπακάκη Κυριάκο.

Υπεύθυνος Καθηγητής: Κυριάκος Ταμπακάκης

Τηλ : 2107721358

Email: : [kiriakostab@gmail.com](mailto:kiriakostab@gmail.com)

Τηλ. γραμματείας: 2107721384

**4-10-2022**