



: 14/01/2020

: ð 40ð .ð .

. . . . .  
/ : &  
60

, 15771

: 210-7788916 Fax:210-7713802

Email: [zografou.np@gmail.com](mailto:zografou.np@gmail.com)

## Ð . 1/2020

( υφίσταται άμεσος κίνδυνος δημόσιας υγείας από τη διασπορά του κορωνοϊού COVID-19, η έλλειψη του οποίου βεβαιώνεται με απόφαση του Υπουργού Υγείας, και πάντως όχι πέραν της 30ης Ιουνίου 2020)

« &amp; Z »

:

1. 6 . 2527/1997,
2. 21 . 2190/1994,  
64 .4590/2019.
3. . 3852/2010,
4. 61 . 4674/2020 ( 53/ /11-3-2020).
5. **30/3/2020** ( ( 75/31-3-2020) .4684/20 ( 86/ . /25-04-2020).
6. q . 10/15-02-2019 ( : 68 6 - 39)
7. q . . 37880/16-05-2019 ( : 465 7- 51)
8. 107 .4483/2017 ( 107/ q2017).  
q .71/06-12-2019  
&
9. q . .134078/33726/03-02-2020  
: ‰

. . . . .

».

\_\_\_\_\_

(2)

», : «

aerobic pilates

(12) ».

( . , ), ( . ):

:				
101	& ( . . . . )	aerobic pilates	12	2

:	
	( & )
101	) ( . . . ) (6) , aerobic pilates ,

18 65 .
---------

:

1.	(200	4	75	4	12	)															
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12									
	0	0	0	200	275	350	425	500	575	650	725	800									
2. 3.						(50			)												
		3*	4	5	6	7	8	9	10	11	12	δ .									
		150	200	250	300	350	400	450	500	550	600	δ .									
*		_____		(3)																	
4. 5.					(40		)														
		3																			
		120																			
6.	(30					50		)													
	1	2	3																		
	30	60	10																		
7. 8.					(50		)														
		1	2	3	4	5	δ .														
		50	100	150	200	250	δ .														
9.	(					2		40,		20)											
&	5	δ	5,5	δ	6	δ	6,5	δ	7	δ	7,5	δ	8	δ	8,5	δ	9	δ	9,5	δ	10
	10	δ	11	δ	12	δ	13	δ	14	δ	15	δ	16	δ	17	δ	18	δ	19	δ	20
	200	δ	220	δ	240	δ	260	δ	280	δ	300	δ	320	δ	340	δ	360	δ	380	δ	40
10.	(7					60		)													
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	δ	57	58	59	60		
	7	14	21	28	35	42	49	56	63	70	77	84	91	98	δ	399	406	413	420		

\_\_\_\_\_

( )

( , )	
).	
101	15. ( ) - II.,

2019» ( . I., «02-12- »).

( . ) ,

[npathlitosmos@gmail.com](mailto:npathlitosmos@gmail.com)

( ) » ,

«02-12-2019» ,

«

»

:

•

. 1599/1986 ( 75) ,

,

COVID-19.

. 1599/1986

•

( 75)

,

.

:

,

21

. 8

. 2190/1994 ( ) ,

(2)

(

)

(2)

[

«

( ) »

«02-12-2019»]

,

,

:

[www.culturezografou.com](http://www.culturezografou.com)

[www.zografou](http://www.zografou)

[gov.gr](http://www.gov.gr) ).

(

21

. 9 . 2190/1994

),

e-mail: [sme@asep.gr](mailto:sme@asep.gr)

fax: 210 6467728 213 1319188.

:

.4

: [npathlitosmos@gmail.com](mailto:npathlitosmos@gmail.com) .

. 1599/1986 ( 75)



(10) ( )

στη διεύθυνση ηλεκτρονικού ταχυδρομείου ([prosl.enstasi@asep.gr](mailto:prosl.enstasi@asep.gr)) ,

(20 Ö), «  
(www.asep.gr),

(e.

»

( . . . ). \_\_\_\_\_ /

(3)

:

<p>_____</p> <p>2019»,</p> <p>: i)</p> <p>.4,</p> <p>(www.asep.gr)</p> <p>→</p> <p>→</p> <p>→</p> <p>→</p> <p>( )</p>	<p>«</p> <p>«02-12- Ë</p> <p>ii)</p> <p>»</p>
---	---