**Πανεπιστήμιο Θεσσαλίας | Αθλητικό κέντρο- Γυμναστήριο – Πρότυπο Χώρος Άθλησης & Ευεξίας**

Στο Πανεπιστήμιο Θεσσαλίας, η μέριμνα για τον φοιτητή αποτελεί διαρκή προτεραιότητα. Ο **πανεπιστημιακός αθλητισμός** δεν είναι απλώς μια συμπληρωματική δραστηριότητα, αλλά βασικό στοιχείο της φοιτητικής εμπειρίας, που συμβάλλει καθοριστικά στη σωματική υγεία, την ψυχική ευεξία, την κοινωνική ένταξη και την ολόπλευρη ανάπτυξη των νέων ανθρώπων.

Το **Πανεπιστημιακό Γυμναστήριο** του Πανεπιστημίου Θεσσαλίας αποτελεί έναν σύγχρονο, δυναμικό και πολυδιάστατο χώρο άθλησης, δημιουργίας και πολιτισμού. Εξοπλισμένο με **πιστοποιημένες αθλητικές εγκαταστάσεις** και **σύγχρονο εξοπλισμό τελευταίας τεχνολογίας**, προσφέρει καθημερινά —αλλά και τα Σάββατα ειδικά για τους διαμένοντες στις Φοιτητικές Εστίες— ένα ευρύ φάσμα δραστηριοτήτων, που περιλαμβάνουν:

* **Ατομική άσκηση** (cardio, βάρη, functional training κ.ά.)
* **Ομαδικά προγράμματα** (π.χ. pilates, yoga, cross-training, Zumba)
* **Ομαδικά και ατομικά αθλήματα και διεξαγωγή πρωταθλημάτων και τουρνουά** (ποδόσφαιρο, μπάσκετ, βόλεϊ, μπάτμιντον,Goal bal,l τένις,πινγκ πονγκ ,σκάκι κ.ά.)
* **Χορευτικά και πολιτιστικά τμήματα ( εκμάθηση παραδοσιακών και μοντέρνων χορών, θεατρική ομάδα, φοιτητική εβδομάδα αθλητικών και πολιτιστικών δραστηριοτήτων)**
* **Αθλητικές εκδηλώσεις, τουρνουά και διαπανεπιστημιακές συναντήσεις**
* **Υπαίθριες δραστηριότητες** ( πεζοπορίες στον Όλυμπο, ράφτινγκ, σκι, κανό καγιάκ, ιππασία, τοξοβολία )

Το γυμναστήριο λειτουργεί με γνώμονα την **άθληση για όλους** και προάγει τις αξίες της ισότητας, της συμπερίληψης και της συνεργασίας. Το εξειδικευμένο και φιλικό προσωπικό βρίσκεται καθημερινά στη διάθεση των φοιτητών, ενισχύοντας την προσπάθειά τους για υγιεινή ζωή και ευεξία.

 Όλοι οι **εγγεγραμμένοι φοιτητές και φοιτήτριες** του Πανεπιστημίου Θεσσαλίας έχουν δικαίωμα εγγραφής και μπορούν να αποκτήσουν **δωρεάν ετήσια κάρτα μέλους** του γυμναστηρίου, χωρίς καμία οικονομική επιβάρυνση.

Η παρουσία και η δράση του Πανεπιστημιακού Γυμναστηρίου ενδυναμώνει τον ρόλο του Πανεπιστημίου Θεσσαλίας ως **ολοκληρωμένου ιδρύματος**, που δεν περιορίζεται στην ακαδημαϊκή γνώση, αλλά επενδύει στην υγεία, την προσωπική εξέλιξη και την κοινωνική συνοχή.

 Ελάτε να γίνετε μέρος μιας ζωντανής, δραστήριας και υποστηρικτικής πανεπιστημιακής κοινότητας, όπου η **άθληση δεν είναι πολυτέλεια, αλλά δικαίωμα και τρόπος ζωής!**

Το Αθλητικό κέντρο- Γυμναστήριο πρότυπο του Πανεπιστημίου Θεσσαλίας!!Πολύ ψηλά στις προτεραιότητες η μέριμνα των φοιτητών!!

 Ο αθλητισμός αποτελεί αναπόσπαστο κομμάτι της φοιτητικής ζωής, καθώς ενισχύει όχι μόνο τη σωματική υγεία αλλά και την ψυχική ευεξία, την κοινωνικοποίηση και την αίσθηση του ανήκειν στην πανεπιστημιακή κοινότητα. Για τους φοιτητές, η ενασχόληση με τον αθλητισμό είναι μέσο ισορροπίας ανάμεσα στις ακαδημαϊκές απαιτήσεις και την προσωπική ανάπτυξη, καλλιεργώντας δεξιότητες όπως η συνεργασία, η πειθαρχία και η ανθεκτικότητα.

Το Πανεπιστημιακό Γυμναστήριο

του Πανεπιστήμιο Θεσσαλίας University of Thessaly αποτελεί έναν πολυχώρο άθλησης και δημιουργίας, όπου οι φοιτητές έχουν τη δυνατότητα να συμμετέχουν σε πλήθος δραστηριοτήτων: από ατομική άσκηση και ομαδικά αθλήματα έως χορευτικά και πολιτιστικά τμήματα. Παράλληλα, προάγει την ιδέα της άθλησης για όλους, δημιουργώντας ένα περιβάλλον ανοιχτό, υποστηρικτικό και συμπεριληπτικό.

Με πιστοποιημένες αθλητικές εγκαταστάσεις και ολοκαίνουργιο εξοπλισμό, το προσωπικό του Γυμναστηρίου, σε καθημερινή βάση αλλά και τα Σάββατα για τους φοιτητές της Φοιτητικής Εστίας, στηρίζει τους φοιτητές και τα μέλη της πανεπιστημιακής κοινότητας στην προσπάθειά τους για άθληση, υγεία και ευεξία.

Όλοι οι εγγεγραμμένοι Φοιτητές και Φοιτήτριες του Πανεπιστημίου Θεσσαλίας έχουν δικαίωμα να εκδώσουν Δωρεάν ετήσια κάρτα μέλους του γυμναστηρίου.

Η παρουσία και η δράση του Πανεπιστημιακού Γυμναστηρίου ενισχύει την έννοια του ολοκληρωμένου πανεπιστημίου: ενός χώρου που δεν περιορίζεται στη μετάδοση γνώσεων, αλλά προάγει την υγεία, τον πολιτισμό και τη συνολική ποιότητα ζωής των φοιτητών!!

Πρόγραμμα αθλητικών δραστηριοτήτων για το χειμερινό εξάμηνο 2025-26 (Αθλητικό Κέντρο-Γυμναστήριο).