



Πρόγραμμα δραστηριοτήτων άθλησης, ευεξίας και ψυχαγωγίας

Sporting activities and wellness program

2019 - 2020


ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΑ / INDEX

«Βγείτε έξω» / Get out	p. 2
Γυμναστήριο & αεροβική / Gym & fitness programs	p. 4
Τρέξιμο / Running / Δρομικοί αγώνες	p. 8
Εξερεύνηση περιβάλλοντος / Nature exploration	p. 11
Σκοποβολή / Shooting	p. 12
Κανό-καγιάκ / Canoe- kayak / Ιστιοπλοΐα / Sailing	p. 13
Αναρρίχηση βράχου/ Rock Climbing	p. 15
Χρωματοσφαίριση / Paintball	p. 16
Μπόουλινγκ / Bowling	p. 17
Adventure park	p.18
Ευρωπαϊκή Εβδομάδα Αθλητισμού / Be Active	p.19
Πανεπιστημιακά πρωταθλήματα / University Championships	p. 20

Βγείτε έξω

Το πρόγραμμα δραστηριοτήτων άθλησης, ευεξίας και ψυχαγωγίας 2019-20 απευθύνεται σε φοιτητές αλλά και σε κάθε μέλος της πανεπιστημιακής κοινότητας. Απευθύνεται σε άτομα που συνηθίζουν να αθλούνται, αλλά και σε όσους αναζητούν ερεθίσματα για να αρχίσουν να αθλούνται και να γνωρίσουν δραστηριότητες. Στόχος μας είναι κάθε χρόνο να ενθαρρύνουμε περισσότερους φοιτητές και προσωπικό να «ξεκολλήσουν» από την καθιστική ζωή και τις ηλεκτρονικές συσκευές.

Πέρα από τον οδηγό αυτό, σχετικές πληροφορίες μπορείτε να βρείτε:

- Στην ιστοσελίδα του Πανεπιστημίου, www.cut.ac.cy
- Στις σελίδες **Αθλητισμού** και **Φοιτητικής Ζωής** στο Facebook **([CUT Sports Office](#))** 
- Με μηνύματα στο πανεπιστημιακό ηλεκτρονικό σας ταχυδρομείο
- Στα τηλέφωνα 25 002413-25 002216 – 25 002200(Αθλητισμός) και 25 002415 (Φοιτητική Ζωή)

Get out

The sporting activities and wellness program 2019-20 is addressed to students but also to every member of the University community. Aimed at people who are accustomed to play sports, but also to those looking for cues to begin to play sports and get to know activities. Our goal every year is to encourage more students and staff to "peel off" from a sedentary lifestyle.

In addition to this guide, related information you can find:

- University web page, www.cut.ac.cy
- Facebook pages of **Sports** and **Student Life** **([CUT Sports Office](#))** 
- Messages received in your email box
- Telephone 25 002413-25 002216 -25 002200 (Sports) and 25 002415 (Student Life)



Δικαίωμα Συμμετοχής / Right to Participate

- Ενεργοί προπτυχιακοί και μεταπτυχιακοί φοιτητές (που έχουν πάντα προτεραιότητα αν οι θέσεις είναι περιορισμένες και η ζήτηση αυξημένη)
- Ακαδημαϊκό προσωπικό (περιλαμβάνονται Ειδικοί Επιστήμονες και Ερευνητικοί Συνεργάτες) και Διοικητικό Προσωπικό (περιλαμβανομένων συγγενικών προσώπων πρώτου βαθμού)
- Φοιτητές προγράμματος Erasmus
- Μέλη συνεργαζόμενων αθλητικών σωματείων και φίλοι του Πανεπιστημίου (εφόσον υπάρχει διαθεσιμότητα θέσεων).

-
- Active undergraduate and graduate students (who always have priority if seats are limited and the demand increased)
 - Academic staff (including Scientists and Research Associates) and administrative staff and immediate family.
 - Erasmus students
 - Members of collaborate athlete clubs and friends of the University (subject to availability of seats).

Χρεώσεις / Fees

- Για τους φοιτητές δεν υπάρχει χρέωση (εξαιρούνται ορισμένες εκδρομές). Ωστόσο, για να μειωθεί το φαινόμενο των μη υπεύθυνων δηλώσεων, κάθε φοιτητής που θα υποβάλλει δήλωση συμμετοχής θα τιμολογείται αυτόματα με €10-€20 (για κάθε χωριστή δήλωση). Το ποσό αυτό θα καλείται να το καταβάλει στο τέλος του ακαδημαϊκού έτους στην περίπτωση που δεν προσήλθε στη δραστηριότητα. Εφόσον έχει προσέλθει ή εφόσον έχει στείλει γραπτό email ακύρωσης τουλάχιστον 3 μέρες πριν, τότε η τιμολόγηση/οφειλή θα ακυρώνεται. Η ρύθμιση αυτή δεν αφορά το γυμναστήριο.
- Για όλους τους άλλους συμμετέχοντες πέραν των φοιτητών, υπάρχει συμβολική χρέωση ύψους €10-20 αναλόγως αθλήματος/δραστηριότητας. Για το Γυμναστήριο & Αεροβική η χρέωση είναι ενιαία και καλύπτει όλο το ακαδημαϊκό έτος. Για τις εκδρομές το ποσό μπορεί να διαφοροποιείται αναλόγως. Δεν υπάρχει χρέωση για τις προπονήσεις στο τρέξιμο.

-
- For students at no charge (except some trips). To reduce the occurrence of non-affirmations, when registered students will be billed automatically to €10-€20 (for each separate registration). This amount will be asked to pay at the end of the academic year if the student doesn't attend the activity. Once the student has attended or if the student cancelled by sending an email at least 3 days before, then the bill/debt will be cancelled. Gym is excluded from this procedure.
 - For all participants other than students, there is a symbolic fee of €10-€20 for each sport/activity. For the Gym & Aerobics fee covers the entire academic year. For the excursions the amount may vary accordingly. No charges for running exercise.



Γυμναστήριο & Αεροβική

Το γυμναστήριο είναι εξοπλισμένο με δρόμους, στατικά ποδήλατα και άλλα όργανα. Με τη βοήθεια έμπειρου γυμναστή φτιάξε το δικό σου πρόγραμμα. Τα απογεύματα/βράδια προσφέρονται προγράμματα αεροβικής. [\(δες πιο κάτω\)](#)

Ζάππειο Πανεπιστημιακό Γυμναστήριο, οδός Βασιλείου Μακεδώνος – Πλατεία Ηρώων Λεμεσός
Ωράριο: Δευτέρα- Παρασκευή 8:00 π.μ. – 9:00 μ.μ. και Σάββατο 9:00 π.μ. – 1:00 μ.μ.

Gym and group fitness programs

The gym is equipped with treadmills, static bikes and other organs. With the help of an experienced trainer build your program. In the afternoons/evenings **Group Fitness Programs are offered (see below).**

Zappeion University Gym, Vasiliou Macedonos str., iron square Limassol Opening hours:
Monday to Friday 8:00 am – 9:00 pm , Saturday 9:00 am – 1:00pm

REGISTR.



Πρόγραμμα ενδυνάμωσης με χρήση μικρής ελεύθερης μπάρας / Group Power combines traditional strength exercises 45'



Πρόγραμμα ενδυνάμωσης κορμού διάρκειας 30 λεπτών / A 30-minute athletic and functional core strength workout.



Χορευτικό/ ψυχαγωγικό αερόβιο πρόγραμμα βελτίωσης της φυσικής κατάστασης, απώλεια λίπους / A total workout, combining all elements of fitness – cardio, muscle conditioning, balance and flexibility, boosted energy and a serious dose of awesome each time you leave class (45')



Πρόγραμμα βελτίωσης της φυσικής κατάστασης με ασκήσεις ισορροπίας κυρίως στο έδαφος / Pilates sessions can help muscle conditioning in healthy adults, when compared to doing no exercise. It is focus on toning the muscles with springs, bands, or your own body weight (40')



CIRCUIT TRAINING/ ABS / HIPS/ GLUTES: Κυκλική προπόνηση ενδυνάμωσης του σώματος με ποικιλία ασκήσεων, οι οποίες θα εστιάζουν κυρίως στην περιοχή του κορμού, των ποδιών και των γλουτιαίων /

this workout gets your heart rate up and strengthens your muscles at the same time. You'll move quickly through 8-10 exercise stations to work different muscle groups with little to no rest between stations. Each station has a different exercise especially for abs, hips and gluts (40')



Πρόγραμμα φυσικής, νοητικής και πνευματικής άσκησης / A group of physical, mental, and spiritual practices or disciplines which originated in ancient India (55')

Muay thai Πολεμική Τέχνη (60')

Μια αθλητική πολεμική τέχνη από τη Ταϊλάνδη που χρησιμοποιεί όρθια εντυπωσιακές πολεμικές κινήσεις αυτοάμυνας. Απαιτεί φυσική και πνευματική πειθαρχία. Μπορείς να χάσεις μέχρι και 1000 θερμίδες την ώρα.

Martial art is a combat sport that uses stand-up striking. It demands physical and mental discipline. You can lose up to 1000 calories per hour.

Πρόγραμμα Αεροβικής Φθινοπωρινού Εξαμήνου *Fall Semester Fitness Program*

 CLASSES PROGRAM SEP - DEC 2019					
HOURS/ DAYS	MONDAY	TUESDAY	WEDNESDAY	THURSDAY	FRIDAY
	 18:15-19:10 Charalambos	 18:15 -18:55 Christina	 18:15-19:10 Charalambos	 18:15 -18:55 Christina	 18:30- 19:25 Charalambos
	 19:15-20:00 ourania	 19:00-19:40 Christina	 19:15-20.00 ourania	 19:00-19:40 Christina	 19:30-20:00 Charalambos
	 20:05 - 20:35 Charalambos	 19:45-20:30 eva	 20:05-20:35 ourania	 19:45-20:30 eva	

Το Αθλητικό τμήμα δύναται να κάνει μικρό αλλαγές, για τις οποίες ενημερώνονται οι συμμετέχοντες / It is likely to become minor changes, for which participants will be informed



Τρέχω και ψυχαγωγούμαι

Γίνε μέρος της δρομικής μας παρέας, είτε για να συμμετάσχεις σε ένα αγώνα – ένας τέτοιος στόχος πάντα λειτουργεί υποβοηθητικά – είτε απλά για το κέφι σου. Μπορείς να προπονηθείς οργανωμένα με έμπειρους δρομείς και προπονητή. Ένας αγώνας 5km είναι μια ιδανική αρχή. Δεν χρειάζεται να είσαι αθλητής, ούτε να είσαι fit. Δεν έχει σημασία πόσο γρήγορα ή μακριά πας. Δεν έχεις τρέξει ποτέ; Ακόμη καλύτερα.

Τακτικές προπονήσεις (από 11 Οκτωβρίου)

Τετάρτη, ώρα 5:30 μμ (45'-60'), Αγωνιστικός χώρος Τσιρειού Σταδίου

Σάββατο, ώρα 7:00 πμ (45'-60'), Ναυτικός Όμιλος Λεμεσού

**Υπάρχει δυνατότητα περισσότερων προπονήσεων είτε νωρίς το πρωί είτε το απόγευμα, μαζί με άλλους δρομείς κατόπιν συνεννόησης. Σε συνεργασία με το Σωματείο Δρομέων EY ZHN.*

I'm running and entertained

Join our running team, to participate in a short race – such an objective always works helpful – or just for fun. You can practice with experienced runners and coach. A 5km race is a great beginning. You don't have to be an athlete, nor to be fit. No matter how fast or far you go. Have you not ever run? Even better.

Regular workouts (from 11 October)

Wednesday, starts 5:30 pm (45'-60'), Tsirion Stadium

Saturday, starts 7:00 am (45'-60'), Limassol Nautical Club

[REGISTR.](#)

** There is possibility of more workouts either early in the morning or the afternoon, along with other runners on request. In collaboration with EV-ZIN Running Club.*



Δρομικοί αγώνες στην Κύπρο

2019

29 Σεπ

Φιλανθρωπική Αθλητική Ημερίδα Ευ-Ζήν 'Τρέχουμε για τη ζωή,
εις μνήμη Θέκλας Αυγουστή / Αμιάντος

[REGISTR](#)

20 Οκτ

“Marios Agathangelou”-Lemesia / Races: 10km, 3km & 1km Kids race
Saturday, GSO Sports Center-Limassol, 9:00 am

[REGISTR](#)

17 Νοε

3st Larnaca Marathon / Races: 42km, 21km, 10km, 5km, 1km
Sunday, Larnaca Town Hall, 9:00 am

[REGISTR](#)

24 Νοε

Cyprus Aphrodite Half Marathon / Races: 21km, 5km
Sunday, Geroskipou Municipal Sports Center, 9:30 am

[REGISTR](#)

2020

15 Μαρ

22th Logicom Cyprus Marathon / Races: 42km, 21km, 10km, 5km
Sunday, Paphos Medieval Fort Square, 7:30 am

[REGISTR](#)

21-22 Μαρ

Limassol Marathon / Races: 42km, 21km, 10km, 5km, 1km kids
Saturday and Sunday, Limassol promenade, 9:00 am

[REGISTR](#)

3 Μαΐου

RUN4ALL Corporate Relay Race / Races: 4 X 4km, Kids race
Sunday, University Square-CUT, Limassol, 9:00 am

call: 2500 2200

Δρομικοί αγώνες στην Ευρώπη

Η δρομική μας παρέα σε καλεί να συμμετάσχεις σε ένα Ευρωπαϊκό αγώνα. Για το 2019 – 2020 σας προτείνουμε τις 4 πιο κάτω επιλογές :

12 Οκτ 2019

8^{ος} Νυκτερινός Ημιμαραθώνιος Θεσσαλονίκης – Races: 5km - 21km

[REGISTR](#)

10 Νοε 2020

38^{ος} Athens Authentic Marathon / Races: 42km, 10km, 5km

call: 2500
2200



Επιχορηγημένη Οργανωμένη εκδρομή για δρομικό αγώνα σε πόλη της Ευρώπης σε συνδυασμό με εκπαιδευτική και ψυχαγωγική εκδρομή διάρκειας 4-5 ημερών.

Πληροφορίες σύντομα

call: 2500 2200

- Η μετακίνηση για αγώνες εκτός Λεμεσού θα γίνεται με λεωφορείου που δρομολογεί το Πανεπιστήμιο. Όσοι συμμετέχουν φορούν τη φανέλα της ομάδας (παρέχεται). Για τη συμμετοχή σε αγώνες συνήθως οι διοργανωτές ορίζουν ένα μικρό τέλος εγγραφής.
- Πέραν του Μαραθώνιου Αθήνας (2020) προγραμματίζονται ακόμη δύο αποστολές για δρομικούς αγώνες σε πόλεις της Ευρώπης. Αναλυτικές πληροφορίες προσεχώς.

Notes:

- Transportation by bus from Limassol will be arranged. All team members wear the shirt of the team (supplied). A registration fee is usually needed for races. Besides Athens Marathon (2020), we plan two further missions for races in European cities. Detailed information are coming soon.



Εξερεύνηση Περιβάλλοντος

Οργανωμένες εξορμήσεις/πεζοπορίες με επαγγελματική ξενάγηση στις ομορφιές που κρύβει η κυπριακή φύση. Παρέχεται μεταφορά με λεωφορείο (από Λεμεσό) και γίνονται διευθετήσεις για γεύματα.

12 Οκτωβρίου η εκδρομή θα γίνει στα Τεισιά της Μαδαρής.

Call : 2500 2200

Θα ακολουθήσουν ακόμη 2 εξορμήσεις το 2020

Nature Exploration

Organized excursions / hikes with a professional guided tour of the beauties of Cypriot nature. There is a shuttle service (from Limassol) and meals are arranged.

12 October the excursion to MADARI VILLAGE.

2 more excursions will announce the next semester 2020.



Σκοποβολή

Μαθήματα εισαγωγής στη Σκοποβολή, ένα αγωνιστικό Ολυμπιακό άθλημα που περιλαμβάνει δοκιμές επάρκειας (ακρίβεια και ταχύτητα) της χρήσης διαφόρων τύπων κυνηγετικών όπλων. Οι συμμετέχοντες με την καθοδήγηση του εκπαιδευτή θα έχουν 25 φυσίγγια και 25 δίσκους κάθε φορά.

Δικαίωμα συμμετοχής μόνο σε άτομα με άδεια κατοχής όπλου.

Περισσότερες πληροφορίες τηλ: 99 619026

5 μαθήματα, Σάββατο, 9 πμ

Φίλιππος Κωνσταντινίδης - Beretta Shooting CLUB (Μονάγρι, δρόμος Λεμεσού-Τρόδους)

Έναρξη, 21/9/ 2019 / Λήξη, 19/10/ 2019

Shooting

Get to know Shooting, a competitive sport involving tests of proficiency (accuracy and speed) in using various types of ranged weapons. The trainees will have 25 cartridges and 25 trays at a every course.

The right to participate only in persons with a gun license.

More info please call : 99 619026

5 courses, Saturday, 9 am

Philippos Constantinieds - Beretta Shooting CLUB (Monagri Village, Limassol-Troodos road)

Starts, 21/9/ 2019 / Ends, 19/10/ 2019

REGISTR.



Κανό - Καγιάκ

Μαθήματα εισαγωγής στο Κανό-Καγιάκ, ένα άθλημα για δραστήριους τύπους. Η διαφορά ανάμεσα στο Κανό και στο Καγιάκ είναι απλή και σχετίζεται με τη θέση του αθλητή στο σκάφος και τον τύπο του κουπιού που χρησιμοποιεί για να προωθήσει το σκάφος. Τόσο το Κανό όσο και το Καγιάκ είναι Ολυμπιακά Αθλήματα και χωρίζονται σε σπριντ, σλάλομ, μαραθώνιο, freestyle, σε ποταμούς με άγρια νερά, dragon boat κλπ. Τα μαθήματα θα γίνονται σε θάλασσα, σε ήρεμα νερά.

Κάθε Σάββατο και Κυριακή στις 9.00 πμ

Φθινοπωρινό Εξάμηνο: Έναρξη, 28 Σεπτεμβρίου 2019 / Λήξη, 30 Νοεμβρίου 2019

Εαρινό Εξάμηνο: Έναρξη, 29 February 2020 / Λήξη, 12 Απριλίου 2020

Χώρος: Ναυτικός Όμιλος Κερύνειας (*Αμαθούντος 1, Μουτταγιάκα, Λεμεσός*)

Canoe - Kayak

Get to know Canoe – Kayak, a sport for active persons. The difference between a Canoe and Kayak is simple, since it is related to athlete's position in the boat and the type of paddle they use to propel the boat. Both the Canoe and Kayak are raced from club to Olympic level, with variations in the boat design depending on type of water and discipline – sprint, slalom, marathon, freestyle, wild water,

Every Sunday and Saturday, 10.00 am

Fall Semester: Starts, 28 September 2019 / Ends, 30 November 2019

Spring Semester: Starts, 29 February 2020 / Ends, 12 April 2020

Place: Keryneia Nautical Club (1 Amathountos str, Mouttagiaka, Limassol)

[REGISTR.](#)



Sailing & Windsurfing Ιστιοπλοΐα και Ιστιοσανίδα

Η **ιστιοπλοΐα** είναι η τέχνη του αρμενίσματος στο νερό χρησιμοποιώντας ως αποκλειστική ή κύρια πηγή ενέργειας τον άνεμο. Το όνομά της είναι σύνθετο από το ιστίο + πλους, δηλαδή πλεύση με το πανί.

Η έναρξη των πιο πάνω δραστηριοτήτων θα ανακοινωθεί σε μεταγενέστερο στάδιο

Sailing is the art of braiding in the water using wind as the sole or main source of energy. Its name is compound from the sail + sailing.

The commencement of these activities will be announced at a later stage

REGISTR.



Αναρρίχηση Βράχου

Αποδράστε από την καθημερινότητα, ξεφύγετε από τα συνηθισμένα και ελάτε μαζί μας να γνωρίσετε από κοντά αυτή τη διασκεδαστική δραστηριότητα. Δεν απαιτείται προηγούμενη εμπειρία ή ύπαρξη ειδικών δεξιοτήτων. Υπό την καθοδήγηση έμπειρων εκπαιδευτών.

Αναρριχητικό πεδίο κοιλάδας του ποταμού Διαρίζου (Κουρτελλόροτσος)

Σάββατο 16 Νοεμβρίου 2019 (9:00-15:00)

Παρέχεται μεταφορά με λεωφορείο (από Λεμεσό)

Rock Climbing Course

Escape from everyday routine, get away from the ordinary and join us to experience this exciting activity that is loved by children and adults. No prior experience or special skills are required. Under the expert guidance of Onestepfurther, the outdoor activities specialists.

Where: Diarizos climbing site (Kourtellorotsos)

Saturday, November 16, 2019 (9:00-15:00)

Bus transportation is provided (from Limassol)

[REGISTR.](#)



Χρωματοσφαίριση

Το Paintball είναι ένα άθλημα που αναπτύχθηκε στη δεκαετία του '80 όπου οι παίκτες με ειδικά όπλα κτυπούν αποβάλλοντας τους αντιπάλους από το παιχνίδι χτυπώντας τους με χρωματιστά, μπαλάκια ζελατίνης. Οργανωμένο μονοήμερο τουρνουά θα πραγματοποιηθεί τη Τετάρτη 06 Φεβρουαρίου 2019. Παρέχεται μεταφορά με λεωφορείο (από Λεμεσό).

Μόνο για φοιτητές, Σάββατο **15 Φεβρουαρίου 2020**

Paintball

Paintball is a sport developed in the 1980s in which players eliminate opponents from play by hitting them with dye-filled, breakable, oil and gelatin paintballs.

An organized one-day tournament will take place on February 7, 2018. We provide bus transportation (from Limassol).

Students only, Saturday **February 15, 2020**

REGISTR.



Μπόουλινγκ

Το **μπόουλινγκ** είναι ένα άθλημα στο οποίο οι παίκτες προσπαθούν να κερδίσουν πόντους ρίχνοντας μια μπάλα μπόουλινγκ σε μία επίπεδη επιφάνεια, προκειμένου να ρίξουν κάτω αντικείμενα που ονομάζονται κορύνες

Μόνο για φοιτητές **Σάββατο 5 Οκτωβρίου 2019**

Bowling is a sport in which players try to earn points by throwing a bowling ball on a flat surface in order to throw lower objects called pins.

For students only, **Saturday 5 October 2019**

REGISTR.



Adventure Park

Αθλητικές δραστηριότητες εξωτερικού χώρου .

Ζήσε Δοκιμάστε τα όριά σας. Φύση, περιπέτεια και υπαίθρια αθλήματα

Για φοιτητές μόνο το Σάββατο 19 Οκτωβρίου 2019

Outdoor adventures in Cyprus

Adventure Park. Live the adventure. Enjoy the nature. Educate yourself. Slide background. Test your limits.

Nature, adventure and outdoor sports

For students only Saturday **19 October 2019**

REGISTR.



#BEACTIVE

CUT ON MOVE

#BEACTIVE

Εβδομάδα ευρωπαϊκού αθλητισμού

Αγαπάμε και σεβόμαστε τον εαυτό μας με την άθληση ,ενεργοποιούμε τον εαυτό μας και συμμετέχουμε στις αθλητικές δραστηριότητες

Υπαίθρια αερόβια προγράμματα από τους εκπαιδευτές του πανεπιστημίου μας αλλά και την εταιρεία αεροβικών προγραμμάτων .

Δωρεάν συμμετοχή για όλη τη πανεπιστημιακή κοινότητα αλλά και το ευρύτερο κοινό της πόλης μας

24/9/2019 18.30 – 20.30

Πλατεία Ηρώων

EUROPEAN SPORTS WEEK

We love and respect ourselves with the sport, activate ourselves and participate in sports activities

Outdoor aerobic programs from our university's trainers aerobic program company

Free participation for the entire university community and for the wider audience of our city

24/9/2019 18.30 – 20.30

Heroes Square

[REGISTR_](#)



Εσωτερικά Πανεπιστημιακά Πρωταθλήματα-Τουρνουά

Εσωτερικά πρωταθλήματα

Φτιάξε μια ομάδα με συμφοιτητές σου και δήλωσε συμμετοχή στα εσωτερικά πρωταθλήματα που διοργανώνονται: Ποδόσφαιρο (Futsal), Καλαθόσφαιρα, Πετόσφαιρα, Beach Volley κ.ά.

Πανεπιστημιακές Ομάδες

Το Πανεπιστήμιο μας συμμετέχει κάθε χρόνο με ομάδες σε πρωταθλήματα που διοργανώνονται από την Κυπριακή Ομοσπονδία Πανεπιστημιακού Αθλητισμού με τη συμμετοχή ομάδων από τα Πανεπιστήμια της Κύπρου: Ποδόσφαιρο (Futsal), Καλαθόσφαιρα, Πετόσφαιρα, Beach Volley κ.ά.

Χώρος προπονήσεων/αγώνων: **Αίθουσα Λυκείου Αγ. Αντωνίου./Heritage**

Περισσότερες Πληροφορίες: τηλ. 25 002216

University Championships

Internal Championships

Make a team with your other students and participate in the internal championships organized: Futsal, Basketball, Volleyball, Beach Volleyball, etc

University Teams

Our University participates every year with teams in leagues organised by the Cyprus Federation of University Sport involving teams from the Universities of Cyprus: Futsal, Basketball, Volleyball, Beach Volleyball, etc

Sports venues: Hall of the Lyceum Ag. Antonio's Lyceum

More information: tel. 25 002216