



Δήμος
Σπάτων - Αρτέμιδος

4ο Φεστιβάλ Αθλητισμού «ΜΕΣΟΓΕΙΑ» 25, 26 & 27 Σεπτεμβρίου 2025

Δημοτικό Στάδιο Σπάτων - «Δημήτρης Δημητρίου»

Η συμμετοχή είναι το Νέο Ρεκόρ!

Με ιδιαίτερη χαρά σας υποδεχόμαστε στο **4ο Φεστιβάλ Αθλητισμού & Συμμετοχής**, μια πολυήμερη γιορτή που πραγματοποιείται στο πλαίσιο της **Ευρωπαϊκής Εβδομάδας Κινητικότητας**. Το φεστιβάλ μας έχει στο επίκεντρό του τη **συμπερίληψη, την ίση πρόσβαση και την προώθηση της φυσικής δραστηριότητας** για όλους, ανεξαρτήτως ηλικίας ή ικανοτήτων.

Οι στόχοι μας είναι σαφείς και φιλόδοξοι:

Να **εμπνεύσουμε** ένα μεγάλο μέρος του πληθυσμού να **εντάξει την άσκηση** στην καθημερινή του ζωή.

Να **δώσουμε** ιδιαίτερη έμφαση στα παιδιά και τους νέους, **καλλιεργώντας από νωρίς την αγάπη** για τον αθλητισμό και την ενεργή συμμετοχή.

Να **αναδείξουμε** ότι το μεγαλύτερο ρεκόρ δεν είναι μόνο η επίδοση, **αλλά η συμμετοχή**.

Σας προσκαλούμε να μοιραστείτε μαζί μας αυτές τις μέρες αθλητικής εμπειρίας, χαράς και συνεργασίας, και να γίνετε μέρος ενός κοινού οράματος **για μια κοινωνία πιο δραστήρια, πιο υγιή και πιο ενωμένη**.



ΣΥΛΛΟΓΟΣ ΟΡΑΜΑ ΕΛΠΙΔΑΣ
ΤΡΑΠΕΖΑ ΕΘΕΛΟΝΤΩΝ ΔΟΤΩΝ
ΜΥΕΛΟΥ ΤΩΝ ΟΣΤΩΝ



Ελληνικός
Ερυθρός Σταυρός

Συνδιοργανωτές



ΕΠΑΓΓΕΛΜΑΤΙΚΟ
ΕΠΙΜΕΛΗΤΗΡΙΟ
ΑΘΗΝΩΝ

Υπό την Αιγίδα



ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΔΗΜΟΚΡΑΤΙΑ
Υπουργείο Υποδομών
και Μεταφορών



ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΔΗΜΟΚΡΑΤΙΑ
Υπουργείο Παιδείας
Θρησκευμάτων και
Αθλητισμού

#BEACTIVE

ΕΥΡΩΠΑΪΚΗ ΕΒΔΟΜΑΔΑ ΑΘΛΗΤΙΣΜΟΥ



Η συμμετοχή είναι το Νέο Ρεκόρ!



Δήμος
Σπάτων - Αρτέμιδος



Ε.Α.Σ. ΑΘΗΝΑΣ



ΣΥΛΛΟΓΟΣ ΟΡΑΜΑ ΕΛΠΙΔΑΣ
ΤΡΑΠΕΖΑ ΕΘΕΛΟΝΤΩΝ ΔΟΤΩΝ
ΜΥΕΛΟΥ ΤΩΝ ΟΣΤΩΝ



Ελληνικός
Ερυθρός Σταυρός

ΣΧΟΛΙΚΟΙ ΑΓΩΝΕΣ - ΦΕΣΤΙΒΑΛ «ΜΕΣΟΓΕΙΑ»

Πέμπτη 25/9/25 – Διασχολικοί Αγώνες Γυμνασίων

ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΠΕΜΠΤΗ ΠΡΩΙ

Ώρα	Αγωνίσματα	Κατηγορίες
09:30	Δρόμοι Άλματα Ρήψεις	80M ΚΟΡΙΤΣΙΑ ΜΗΚΟΣ ΑΓΟΡΙΑ ΣΦΑΙΡΑ ΑΓΟΡΙΑ
10:30	Δρόμοι	80M ΑΓΟΡΙΑ
11:00	Άλματα Ρήψεις	ΜΗΚΟΣ ΚΟΡΙΤΣΙΑ ΣΦΑΙΡΑ ΚΟΡΙΤΣΙΑ
11:30	Δρόμοι	1000M ΚΟΡΙΤΣΙΑ
12:00	Δρόμοι	1000M ΑΓΟΡΙΑ

Η συμμετοχή είναι το Νέο Ρεκόρ!



ME
MESOGEDIA FESTIVAL
**4^ο ΠΑΙΔΙΚΟ
ΦΕΣΤΙΒΑΛ**
Κλασικού Αθλητισμού
"Μεσόγεια" 2025



Δήμος
Σπάτων - Αρτέμιδος



ΕΘΝΙΚΗ ΑΘΛΗΤΙΚΗ ΟΜΟΣΠΟΝΔΙΑ
ΑΤΟΜΩΝ ΜΕ ΑΝΑΠΗΡΙΕΣ



ΣΥΛΛΟΓΟΣ ΟΡΑΜΑ ΕΛΠΙΔΑΣ
ΤΡΑΠΕΖΑ ΕΘΕΛΟΝΤΩΝ ΔΟΤΩΝ
ΜΥΕΛΟΥ ΤΩΝ ΟΣΤΩΝ



Ελληνικός
Ερυθρός Σταυρός

ΣΧΟΛΙΚΟΙ ΑΓΩΝΕΣ - ΦΕΣΤΙΒΑΛ «ΜΕΣΟΓΕΙΑ»

Παρασκευή 26/9/25 – Διασχολικοί Αγώνες Δημοτικών

Δημόσια και ιδιωτικά Δημοτικά σχολεία συμμετέχουν σε διασκεδαστικούς και ομαδικούς αγώνες, προωθώντας το ομαδικό πνεύμα και την ενεργή συμμετοχή. **Συμμετοχή** και των ειδικών σχολείων με κοινή εκκίνηση ΑμεΑ παιδιών και αρτιμελών.

Ώρα	Αγωνίσματα	Κατηγορίες
09:30	Δρόμοι Άλματα Ρήψεις	60M ΚΟΡΙΤΣΙΑ ΜΗΚΟΣ ΑΓΟΡΙΑ VORTEX ΑΓΟΡΙΑ
10:30	Δρόμοι	60M ΑΓΟΡΙΑ
11:00	Άλματα Ρήψεις	ΜΗΚΟΣ ΚΟΡΙΤΣΙΑ VORTEX ΚΟΡΙΤΣΙΑ
11:30	Δρόμοι	1000M ΚΟΡΙΤΣΙΑ
12:00	Δρόμοι	1000M ΑΓΟΡΙΑ

Η συμμετοχή είναι το Νέο Ρεκόρ!





Δήμος
Σπάτων - Αρτέμιδος



ΕΘΝΙΚΗ ΑΘΛΗΤΙΚΗ ΟΜΟΣΠΟΝΔΙΑ
ΑΤΟΜΩΝ ΜΕ ΑΝΑΠΗΡΙΕΣ



ΣΥΛΛΟΓΟΣ ΟΡΑΜΑ ΕΛΠΙΔΑΣ
ΤΡΑΠΕΖΑ ΕΘΕΛΟΝΤΩΝ ΔΟΤΩΝ
ΜΥΕΛΟΥ ΤΩΝ ΟΣΤΩΝ



Ελληνικός
Ερυθρός Σταυρός

ΣΧΟΛΙΚΟΙ ΑΓΩΝΕΣ - ΦΕΣΤΙΒΑΛ «ΜΕΣΟΓΕΙΑ»

Παρασκευή 26/9/25 – Διασχολικοί Αγώνες Γυμνασίων & Δημοτικών
ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΤΕΛΙΚΩΝ ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ ΑΠΟΓΕΥΜΑ

Ώρα	Αγωνίσματα	Κατηγορίες
17:00	Δρόμοι	60M ΚΟΡΙΤΣΙΑ ΔΗΜΟΤΙΚΟΥ
	Άλματα	ΜΗΚΟΣ ΑΓΟΡΙΑ ΔΗΜΟΤΙΚΟΥ
	Ρίψεις	VORTEX ΑΓΟΡΙΑ ΔΗΜΟΤΙΚΟΥ
17:10	Δρόμοι	60M ΑΓΟΡΙΑ ΔΗΜΟΤΙΚΟΥ
17:20	Δρόμοι	80M ΚΟΡΙΤΣΙΩΝ ΓΥΜΝΑΣΙΟΥ
	Ρίψεις	VORTEX ΚΟΡΙΤΣΙΩΝ ΔΗΜΟΤΙΚΟΥ
17:30	Δρόμοι	80M ΑΓΟΡΙΩΝ ΓΥΜΝΑΣΙΟΥ
	Άλματα	ΜΗΚΟΣ ΚΟΡΙΤΣΙΩΝ ΔΗΜΟΤΙΚΟΥ

Ώρα	Αγωνίσματα	Κατηγορίες
17:45	Δρόμοι	1000M ΚΟΡΙΤΣΙΩΝ ΔΗΜΟΤΙΚΟΥ
17:55	Δρόμοι	1000M ΑΓΟΡΙΩΝ ΔΗΜΟΤΙΚΟΥ
	Άλματα	ΜΗΚΟΣ ΚΟΡΙΤΣΙΩΝ ΓΥΜΝΑΣΙΟΥ
	Ρίψεις	ΣΦΑΙΡΑ ΚΟΡΙΤΣΙΩΝ ΓΥΜΝΑΣΙΟΥ
18:10	Δρόμοι	1000M ΚΟΡΙΤΣΙΩΝ ΓΥΜΝΑΣΙΟΥ
18:20	Δρόμοι	1000M ΑΓΟΡΙΩΝ ΓΥΜΝΑΣΙΟΥ
	Άλματα	ΜΗΚΟΣ ΑΓΟΡΙΩΝ ΓΥΜΝΑΣΙΟΥ
	Ρίψεις	ΣΦΑΙΡΑ ΑΓΟΡΙΩΝ ΓΥΜΝΑΣΙΟΥ

Η συμμετοχή είναι το Νέο Ρεκόρ!



Δήμος
Σπάτων - Αρτέμιδος



ΣΥΛΛΟΓΟΣ ΟΡΑΜΑ ΕΛΠΙΔΑΣ
ΤΡΑΠΕΖΑ ΕΦΕΛΟΝΤΩΝ ΔΟΤΩΝ
ΜΥΕΛΟΥ ΤΩΝ ΟΣΤΩΝ



Ελληνικός
Ερυθρός Σταυρός

"Ο Καραγκιόζης στους διασυλλογικούς αγώνες"

Παρασκευή 26
Σεπτεμβρίου 2025

2 πρωινές παραστάσεις
αποκλειστικά για τα σχολεία: 10:00 και 11:30

Απογευματινή παράσταση στις 19:30,
ανοιχτή για το κοινό με δωρεάν είσοδο

Η συμμετοχή είναι το Νέο Ρεκόρ!





Σάββατο Πρωί ΕΑΣ ΣΕΓΑΣ Αθήνας & Πειραιά

Διασυλλογικό Πρωτάθλημα Κ14
Αγώνες στίβου για αθλητές κάτω των 14 ετών
– Ατομικά αγωνίσματα



Δήμος
Σπάτων – Αρτέμιδος



Ε.Α.Σ. ΑΘΗΝΑΣ



ΣΥΛΛΟΓΟΣ ΟΡΑΜΑ ΕΛΠΙΔΑΣ
ΤΡΑΠΕΖΑ ΕΘΕΛΟΝΤΩΝ ΔΟΤΩΝ
ΜΥΕΛΟΥ ΤΩΝ ΟΣΤΩΝ

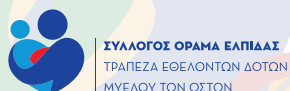


Ελληνικός
Ερυθρός Σταυρός

Η συμμετοχή είναι το Νέο Ρεκόρ!



Δήμος
Σπάτων - Αρτέμιδος

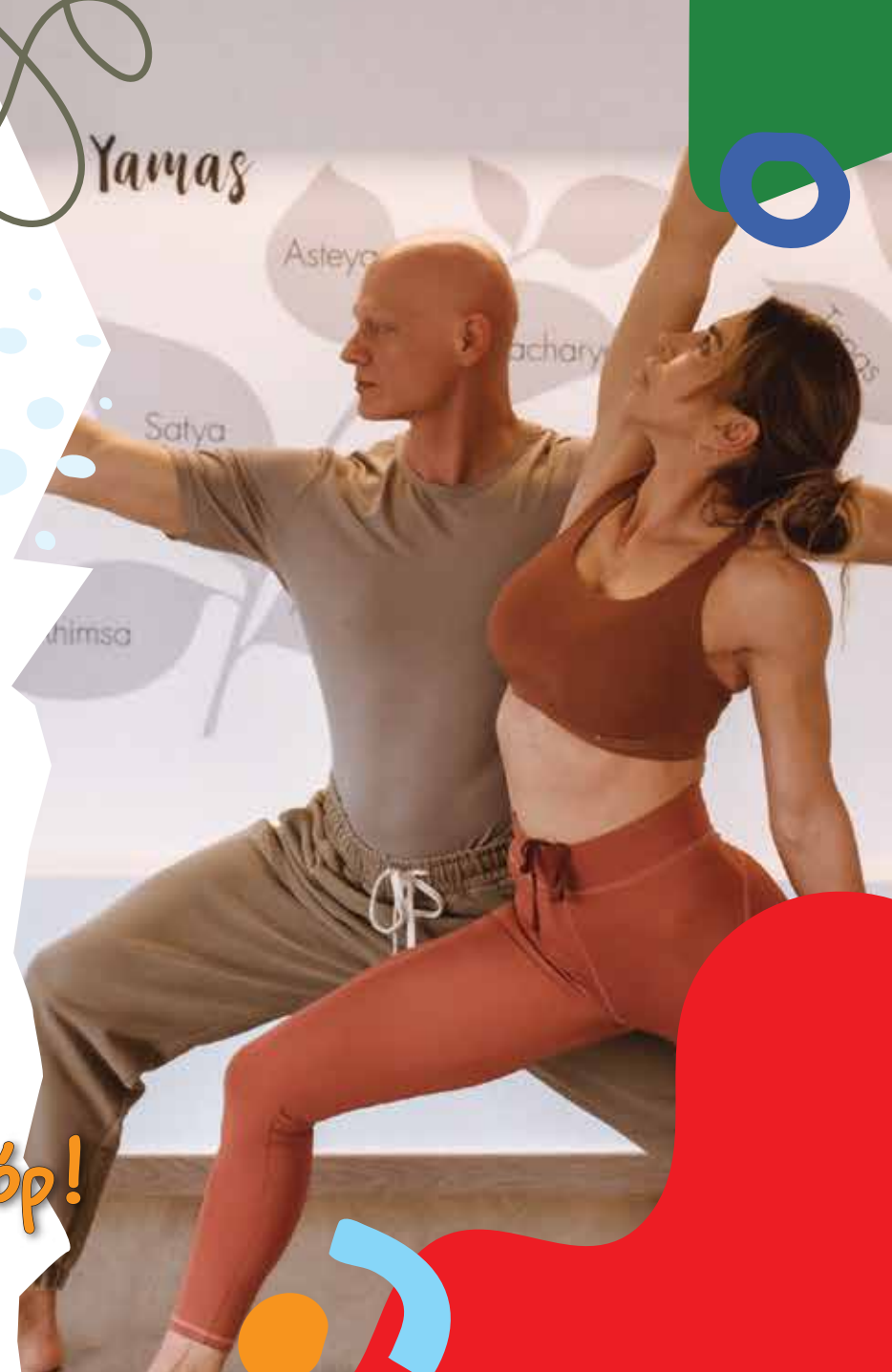


ΓΙΟΓΚΑ ΜΕ ΤΟΝ ΝΙΚΟ ΜΑΝΩΛΗ ΚΑΙ ΤΗΝ ΝΙΚΗ ΠΕΤΡΟΥΛΑΚΗ

Σας προσκαλούμε σε ένα ανοιχτό μάθημα γογα για μικρούς και μεγάλους με ήπιες και αναζωογονητικές τεχνικές αναπνοής για ηρεμία και συγκέντρωση και απαλό ασκησιολόγιο για ευλυγισία, δύναμη και χαλάρωση. Δεν χρειάζεται εμπειρία - μόνο άνετα ρούχα και διάθεση για σύνδεση με τον εαυτό σας.

Σάββατο 27/9/25 - Απόγευμα 18:00
Για γονείς και παιδιά

Η συμμετοχή είναι το Νέο Ρεκόρ!





Δήμος
Σπάτων - Αρτέμιδος



ΓΥΜΝΑΣΤΙΚΗ ΓΙΑ ΟΛΟΥΣ με την υποστήριξη της Ομοσπονδίας Γυμναστικής (Ε.Γ.Ο.)

Παρασκευή 26/9 18:00
Σάββατο 27/9 19:00

ΣΥΜΜΕΤΟΧΗ ΔΩΡΕΑΝ

Η συμμετοχή είναι το Νέο Ρεκόρ!





ΠΟΔΗΛΑΤΑΔΑ ΓΙΑ ΠΑΙΔΙΑ ΚΑΙ ΓΟΝΕΙΣ

Σάββατο 27 Σεπτεμβρίου 2025
Απόγευμα 17:30

Φοράμε κράνος, ανεβαίνουμε στη σέλα και ξεκινάμε όλοι μαζί!
Μια ποδηλατάδα γεμάτη κίνηση, χαμόγελα και αξέχαστες
οικογενειακές στιγμές.

ΣΥΜΜΕΤΟΧΗ ΔΩΡΕΑΝ

Η συμμετοχή είναι το Νέο Ρεκόρ!



Δήμος
Σπάτων - Αρτέμιδος



ΤΡΑΠΕΖΑ ΕΘΕΛΟΝΤΩΝ ΔΟΤΩΝ
ΜΥΕΛΟΥ ΤΩΝ ΟΣΤΩΝ



Ελληνικός
Ερυθρός Σταυρός



Δήμος
Σπάτων - Αρτέμιδος



Ε.Α.Σ. ΑΘΗΝΑΣ



ΣΥΛΛΟΓΟΣ ΟΡΑΜΑ ΕΛΠΙΔΑΣ
ΤΡΑΠΕΖΑ ΕΘΕΛΟΝΤΩΝ ΔΟΤΩΝ
ΜΥΕΛΟΥ ΤΩΝ ΟΣΤΩΝ



Ελληνικός
Ερυθρός Σταυρός

ΒΡΑΒΕΥΣΗ ΔΙΑΚΡΙΘΕΝΤΩΝ ΑΘΛΗΤΩΝ ΕΑΣ ΣΕΓΑΣ ΑΘΗΝΑΣ

Τελετή Βράβευσης Κ20

Με χαρά και τιμή, η φετινή εκδήλωση περιλαμβάνει τη βράβευση των αθλητών Κ20 της ΕΑΣ ΣΕΓΑΣ για τις εξαιρετικές τους επιδόσεις.

Φέτος, θα τιμηθούν και κορυφαίοι Έλληνες πρωταθλητές, όπως ο **Μίλτος Τεντόγλου**, η **Τατιάνα Γκούσιν** και ο **Νάσος Γκαβέλας**, για τις σπουδαίες επιτυχίες τους και την έμπνευση που προσφέρουν στη νέα γενιά.

Η συμμετοχή, η προσπάθεια και το πάθος στον αθλητισμό γιορτάζονται μαζί μας.

Σάββατο 27 Σεπτεμβρίου 2025

Απόγευμα 19:30

Η συμμετοχή είναι το Νέο Ρεκόρ!





ΣΥΝΑΥΛΙΑ ΜΕ ΤΗΝ ΦΟΒΕΡΗ MARSEAUX

Έλα να απολαύσουμε μουσική,
ρυθμό και διασκέδαση
για μικρούς και μεγάλους!

Σάββατο 27 Σεπτεμβρίου 2025
Απόγευμα 21:00

ΕΙΣΟΔΟΣ ΕΛΕΥΘΕΡΗ

ΜΗΝ ΤΗ ΧΑΣΕΙΣ





ΣΤΟΧΟΙ ΤΟΥ ΦΕΣΤΙΒΑΛ

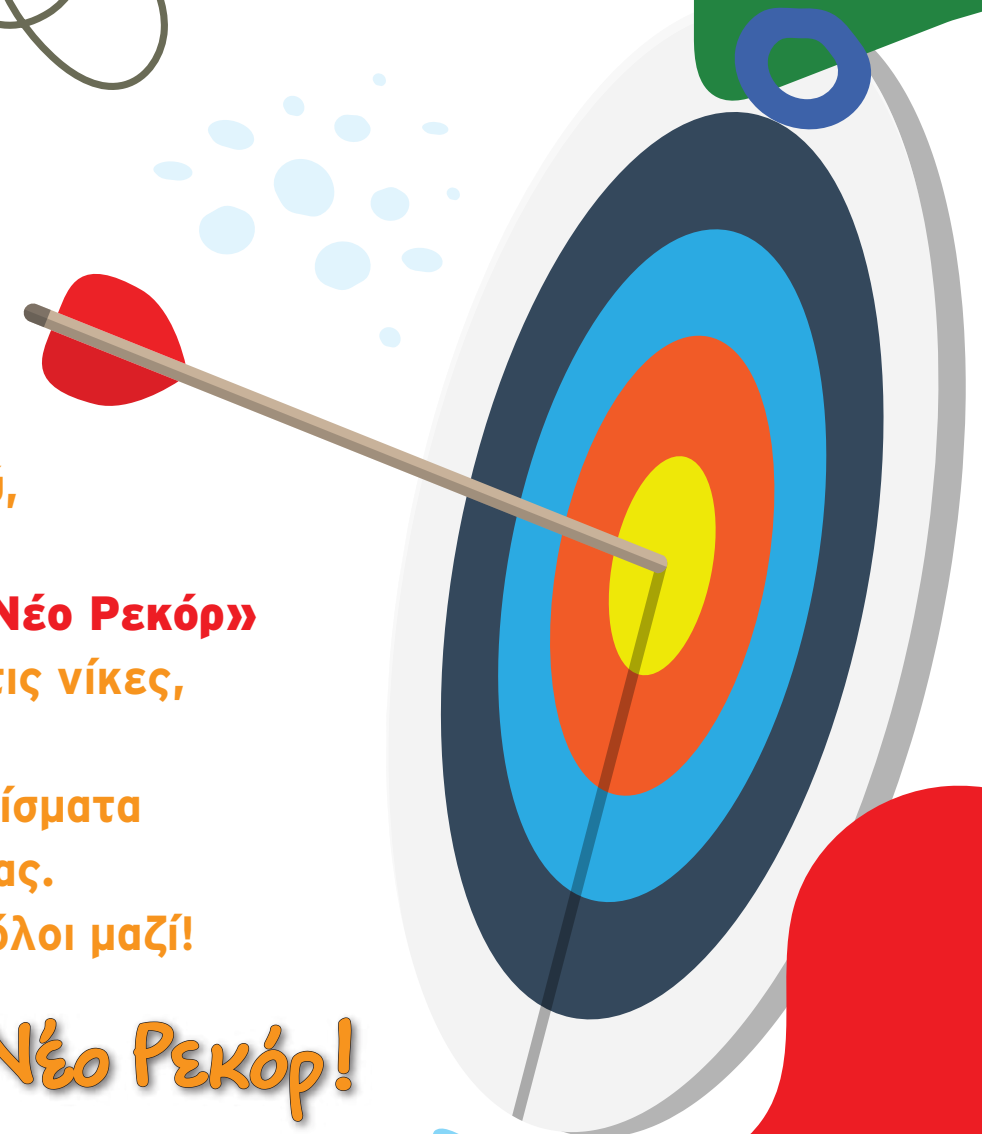
Το φεστιβάλ μας είναι μια γιορτή αθλητισμού, συνεργασίας και χαράς.

Φέτος, το σύνθημα **«Η Συμμετοχή είναι το Νέο Ρεκόρ»** μάς εμπνέει να δώσουμε έμφαση όχι μόνο στις νίκες, αλλά και στην ίδια τη χαρά της προσπάθειας.

Κάθε μαθητής που λαμβάνει μέρος στα αγωνίσματα γίνεται μέρος αυτής της συλλογικής επιτυχίας.

Γιατί το μεγαλύτερο ρεκόρ είναι να είμαστε όλοι μαζί!

Η συμμετοχή είναι το Νέο Ρεκόρ!



ME FESTIVAL
MESOGΕΙΑ
**4^ο ΠΑΙΔΙΚΟ
ΦΕΣΤΙΒΑΛ**
Κλασικού Αθλητισμού
"Μεσόγεια" 2025



Δήμος
Σπάτων - Αρτέμιδος



ΣΥΛΛΟΓΟΣ ΟΡΑΜΑ ΕΛΠΙΔΑΣ
ΤΡΑΠΕΖΑ ΕΦΕΛΟΝΤΩΝ ΔΟΤΩΝ
ΜΥΕΛΟΥ ΤΩΝ ΟΣΤΩΝ



Ελληνικός
Ερυθρός Σταυρός



Δημήτρης Μάρκου
Πρόεδρος Οργανωτικής Επιτροπής
Παιδικού Φεστιβάλ "Μεσόγεια"
Δήμαρχος Σπάτων - Αρτέμιδος



Αριάδνη Δάδα
Γενική Διευθύντρια Οργανισμού
Φεστιβάλ Μεσόγεια



Σας ευχαριστούμε

Χορηγοί



Συνδιοργανωτές



Υπό την Αιγίδα & Υποστήριξη

