

ΟΜΑΔΙΚΑ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΑ ΓΥΜΝΑΣΤΙΚΗΣ

Ώρες	Δευτέρα	Τρίτη	Τετάρτη	Πέμπτη	Παρασκευή	Ώρες	Σάββατο	Κυριακή
09:00 - 09:50	HIPS & ABS Λεμονιά	PILATES MAT Κλαούντια	BODY SCULPT Λεμονιά	PILATES MAT Γιάννης	BODY SCULPT Λεμονιά			
10:00 - 10:50	PILATES MAT Γιάννης	BODY SCULPT Γιάννης	PILATES MAT Γιάννης	BODY SCULPT Λεμονιά	PILATES MAT Γιάννης			
11:00 - 11:50				 Παναγιώτα				
15:30 - 16:20	PILATES MAT Κλαούντια	BODY SCULPT Θοδωρής	YOGA Άννυ		 Παναγιώτα			
17:00 - 17:50	HIPS & ABS Θοδωρής	CARDIO Ηλίας	TAE - BO Κλαούντια					
18:00 - 18:50	BODY SCULPT Θοδωρής	HIPS & ABS Θοδωρής	HIPS & ABS Θοδωρής	BODY SCULPT Θοδωρής	PILATES Γιάννης	18:00 - 18:50	 Παναγιώτα	
19:00 - 19:50	PILATES MAT Γιάννης	PILATES MAT Γιάννης	BODY SCULPT Γιάννης	PILATES MAT Γιάννης				
20:00 - 20:50	YOGA Άννυ	BODY SCULPT Λεμονιά	PILATES MAT Γιάννης	HIPS & ABS Θοδωρής	HIPS & ABS Λεμονιά			
21:00 - 21:50	HIPS & ABS Θοδωρής		YOGA Άννυ	 Παναγιώτα	CARDIO Λεμονιά			

Β' ΑΙΘΟΥΣΑ

Ώρες	Δευτέρα	Τρίτη	Τετάρτη	Πέμπτη	Παρασκευή	small group TRX πραγματοποιούνται Δευτέρα & Τετάρτη 18:00 – 18:30 & 18:30 – 19:00
20:00 - 20:50		 Παναγιώτα				

Όπου υπάρχει *, η υπηρεσία έχει επιπλέον χρέωση

ΤΟ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΕΝΔΕΧΕΤΑΙ ΝΑ ΤΡΟΠΟΠΟΙΗΘΕΙ ΧΩΡΙΣ ΠΡΟΕΙΔΟΠΟΙΗΣΗ