

ΟΜΑΔΙΚΑ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΑ ΓΥΜΝΑΣΤΙΚΗΣ

Ώρες	Δευτέρα	Τρίτη	Τετάρτη	Πέμπτη	Παρασκευή	Ώρες	Σάββατο	Κυριακή
08:30 - 09:20	BODY SCULPT Σύνθια	HIPS & ABS Μάγδα	PILATES MAT Σύνθια	BODY SCULPT Στέλιος	PILATES MAT Σοφία			
09:30 - 10:20	PILATES MAT Σύνθια	CARDIO Στέλιος	HIPS & ABS Σοφία	HIPS & ABS Στέλιος	STRETCHING Σοφία			
18:00 - 18:50	PILATES MAT Ανδρέας	YOGA Μάγδα	CROSS TRAINING Ανδρέας	BODY SCULPT Σύνθια	HIPS & ABS Ανδρέας	17:30 - 18:20	CARDIO Στέλιος	
19:00 - 19:50	BODY SCULPT Ανδρέας	HIPS & ABS Ευριδίκη	CARDIO Στέλιος	PILATES MAT Ανδρέας	PILATES MAT Ανδρέας			
20:00 - 20:50	HIPS & ABS Σοφία	PILATES MAT Ευριδίκη	YOGA Μάγδα	PILATES MAT Σοφία				
21:00 - 21:50	YOGA Μάγδα	 Ελένη Κ. 21:30 - 22:20	BODY SCULPT Ευριδίκη	 Ελένη Κ. 21:30 - 22:20				
08:30 - 09:20			PILATES Σοφία		PILATES Σύνθια	Β' ΑΙΘΟΥΣΑ		
09:30 - 10:20	YOGA Μάγδα							
19:00 - 19:50	PILATES Ράνια	PILATES Σοφία	HIPS & ABS Ανδρέας	PILATES Σύνθια				
20:00 - 20:50	HIPS & ABS Ελένη Σ.	STRETCHING Σοφία	PILATES Σοφία	HIPS & ABS Σύνθια				
21:00 - 21:50				YOGA Γεωργία				