






















ΟΜΑΔΙΚΑ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΑ ΓΥΜΝΑΣΤΙΚΗΣ

Ώρες	Δευτέρα	Τρίτη	Τετάρτη	Πέμπτη	Παρασκευή	Ώρες	Σάββατο	Κυριακή
09:00 - 09:50	PILATES MAT Εύη				ΟΡΘΟΣΩΜΙΑ Έλενα Ξ.	11:00 - 11:50	PILATES MAT Εύη	YOGA Χάρης
09:30 - 10:20			HIPS & ABS Γιώργος	 Christian		12:00 - 12:50	 Εύη	YOGA Χάρης
10:00 - 10:50		 Βιολέτα			BODY SCULPT Έλενα Ξ.			
10:30 - 11:20	PILATES MAT Εύη		PILATES MAT Γιώργος					
11:30 - 12:20		 Christian						
17:00 - 17:50	HIPS & ABS Βάσω	PILATES MAT Αφροδίτη	BODY SCULPT Κυριακή	 Μαριλένα	PILATES MAT Αφροδίτη	18:00 - 18:50	 Μαριλένα	PILATES MAT Μιχαέλα
18:00 - 18:50	 Βάσω	 Αφροδίτη	PILATES MAT Κυριακή	 Μαριλένα	 Βιολέτα	19:00 - 19:50	 Μαριλένα	
19:00 - 19:50	 Σταμάτης	 Έλενα Δ.	 Γιάννης	PILATES MAT Εύη	 Βιολέτα			
20:00 - 20:50	PILATES MAT Εύη 20:00 - 20:45	 Σταμάτης	 Βασιλίνα	BODY SCULPT Εύη	 Εύη			
20:45 - 21:30	PILATES MAT Εύη							
21:00 - 21:50		YOGA Έλενα Η.	  Βιολέτα	YOGA Έλενα Η.	PILATES MAT Εύη			
21:30 - 22:20	 Εύη							