

ΟΜΑΔΙΚΑ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΑ ΓΥΜΝΑΣΤΙΚΗΣ

Ώρες	Δευτέρα	Τρίτη	Τετάρτη	Πέμπτη	Παρασκευή	Ώρες	Σάββατο	Κυριακή
09:00 - 09:50	YOGA Σοφία	PILATES MAT Μάνος	 Χάρης	PILATES MAT Μάνος	 Χάρης	11:00 - 11:50	 Δαυίδ	
10:00 - 10:50	PILATES MAT Σοφία	STEP Μάνος	PILATES MAT Χάρης	CARDIO Μάνος	YOGA Padma			
16:00 - 16:45	PILATES MAT Μάνος	BODY SCULPT Σοφία	YOGA Πέτρος	PILATES MAT Μάνος	HIPS & ABS Σοφία			
16:45 - 17:30	CARDIO Μάνος	PILATES MAT Σοφία	HIPS & ABS Σοφία	STEP Μάνος	PILATES MAT Σοφία	18:00 - 18:50	YOGA Padma	
17:30 - 18:15	 Μαρία	HIPS & ABS Γιάννης Κ.	PILATES MAT Μαρία	HIPS & ABS Μαρία	BODY SCULPT Γιάννης Κ.			
18:15 - 19:00	PILATES MAT Μαρία	BODY SCULPT Μαρία	 Μαρία	PILATES MAT Μαρία	HIPS & ABS Γιάννης Κ.			
19:00 - 19:45	 Μαρία	PILATES MAT Μαρία	STEP Μαρία	BODY SCULPT Γιάννης Κ.	BODY SCULPT Γιάννης Κ.			
19:45 - 20:30	YOGA Πέτρος	HIPS & ABS Γιάννης Κ.	BODY SCULPT Γιάννης Κ.	 Δαυίδ	*KRAV MAGA Γιώργος			
20:30 - 21:15	 Γιάννης	BODY SCULPT Γιάννης Κ.	HIPS & ABS Γιάννης Κ.		PILATES MAT Μάνος			
21:15 - 22:00	 Δαυίδ 21:30 - 22:15	YOGA Πέτρος	 Δαυίδ 21:30 - 22:15	YOGA Πέτρος	 Γιάννης			
22:00 - 23:00		*KRAV MAGA Γιώργος		*KRAV MAGA Γιώργος				
			*Y BIKE					
	10:00 - 10:30		10:00 - 10:30		10:00 - 10:30			
	20:30 - 21:00	20:30 - 21:00	20:30 - 21:00	20:30 - 21:00	20:30 - 21:00			

* Οι υπηρεσίες έχουν επιπλέον χρέωση

ΤΟ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΕΝΔΕΧΕΤΑΙ ΝΑ ΤΡΟΠΟΠΟΙΗΘΕΙ ΧΩΡΙΣ ΠΡΟΕΙΔΟΠΟΙΗΣΗ