

ΟΜΑΔΙΚΑ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΑ ΓΥΜΝΑΣΤΙΚΗΣ

Ώρες	Δευτέρα	Τρίτη	Τετάρτη	Πέμπτη	Παρασκευή	Ώρες	Σάββατο	Κυριακή
09:00 - 09:50	INTERVAL TRAINING Κέλλυ	BODY SCULPT Κέλλυ	HIPS & ABS Κέλλυ	BODY SCULPT Κέλλυ		10:00 - 10:50	*ΠΑΡΑΔΟΣΙΑΚΟΙ ΧΟΡΟΙ Κέλλυ	
10:00 - 10:50	PILATES MAT Κωνσταντίνος	PILATES MAT Γεωργία	* TRX	INTERVAL TRAINING Κέλλυ	BODY SCULPT Κέλλυ	11:00 - 11:50	* TRX	
11:00 - 11:50	YOGA Κωνσταντίνος	*POWER FITBALL Γιάννης	 Ξένια	* PILATES Plus Κωνσταντίνος	 Ξένια	12:30 - 13:30	*ΤΑΙ CHI / QI GONG	
16:00 - 16:50			*KICK BOXING Βασίλης					
17:00 - 17:50	BODY SCULPT Κέλλυ	*CROSS TRAINING Κέλλυ	BODY SCULPT Βασίλης	YOGA Κώστας	*POWER FITBALL Γιάννης			
18:00 - 18:50	 Γεωργία	 Δωρίνα	* TRX	HIPS & ABS Ηλιάνα	YOGA Ασπασία			
19:00 - 19:50	* PILATES Plus Γεωργία	HIPS & ABS Jojo	PILATES MAT Γεωργία	*AERIAL YOGA Ηλιάνα	 *Γεωργία			
20:00 - 20:50	YOGA Ασπασία	*CARDIO DRUMS Jojo	*ZUMBA BURST Ξένια	 Γεωργία	PILATES MAT Γεωργία			
21:00 - 21:50	* TRX	PILATES MAT Γεωργία	HIPS & ABS	* PILATES Plus Γεωργία				

ΤΟ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΕΝΔΕΧΕΤΑΙ ΝΑ ΤΡΟΠΟΠΟΙΗΘΕΙ ΧΩΡΙΣ ΠΡΟΕΙΔΟΠΟΙΗΣΗ

Όπου υπάρχει *, η υπηρεσία έχει επιπλέον χρέωση