

ΟΜΑΔΙΚΑ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΑ ΓΥΜΝΑΣΤΙΚΗΣ

| Ώρες | Δευτέρα | Τρίτη | Τετάρτη | Πέμπτη | Παρασκευή | | Σάββατο | Κυριακή |
|---------------|--|--|---|--|--|---------------|---|-----------------|
| 09:00 - 09:50 | PILATES Φωτεινή | | BODY SCULPT Μαριάννα | | PILATES Μάνος | | | |
| 10:00 - 10:50 | PILATES Μάνος |  Αντιγόνη | PILATES Μαριάννα | YOGA Θανάσης | BODY SCULPT Μάνος | 10:00 - 10:50 | YOGA Θανάσης | |
| 11:00 - 11:50 | BODY SCULPT Μάνος | PILATES Γιάννης Τρ. | HIPS & ABS Μαριάννα |  Αντιγόνη | PILATES Μάνος | 11:00 - 11:50 | PILATES Γιάννης Τρ. | |
| 15:30 - 16:20 | HIPS & ABS Μάνος | BODY SCULPT Νίκος |  Φωτεινή |  Λένια | PILATES Γιάννης Τρ. | 12:30 - 13:20 | | YOGA Θανάσης |
| 17:00 - 17:50 | PILATES Μάνος | HIPS & ABS Νίκος | BODY SCULPT Νίκος | PILATES Εύη | STRETCHING Μαριάννα | 18:00 - 19:00 |  Γιώργος Λ. | |
| 18:00 - 18:50 | BODY SCULPT Μάνος |  Φωτεινή | PILATES Γιάννης Τρ. |  Βιολέτα |  Αντιγόνη | 19:00 - 19:50 |  Δημήτρης Κ. | |
| 19:00 - 19:50 |  Σοφία | PILATES Φωτεινή |  Γιώργος Σ. |  Βιολέτα |  Φωτεινή | | | |
| 20:00 - 20:50 |  Δημήτρης Κ. |  Βιολέτα |  Σοφία |  Γιάννης Τρ. | PILATES Φωτεινή | | | |
| 21:00 - 21:50 |  Γιώργος Σ. |  Βιολέτα | YOGA Θανάσης | PILATES Γιάννης Τρ. | YOGA Θανάσης | | | |