




ΟΜΑΔΙΚΑ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΑ ΓΥΜΝΑΣΤΙΚΗΣ

Ώρες	Δευτέρα	Τρίτη	Τετάρτη	Πέμπτη	Παρασκευή	Ώρες	Σάββατο	Κυριακή
08:30 - 09:20	CARDIO Ευαγγελία	HIPS & ABS Αναστασία	PILATES Ειρήνη	PILATES Αναστασία	HIPS & ABS Μαρία	10:15 - 11:00	BODY SCULPT Μαρία	
09:30 - 10:20	HIPS & ABS Ευαγγελία	PILATES Αναστασία		BODY SCULPT Αναστασία				
15:30 - 16:20								
17:00 - 17:50	PILATES Ειρήνη		CIRCUIT TRAINING Μαρία					
18:00 - 18:50	 Δανάη	PILATES Ειρήνη	 Δανάη	PILATES Ειρήνη	 Δανάη			
19:00 - 19:50	HIPS & ABS Μαρία	TAE-BO Ευαγγελία	HIPS & ABS Ευαγγελία	BODY SCULPT Ευαγγελία	CARDIO Μαρία			
20:00 - 20:50	TAE-BO Ευαγγελία	BODY SCULPT Ευαγγελία	BODY SCULPT Ευαγγελία	TAE-BO Ευαγγελία	HIPS & ABS Ευαγγελία			
21:00 - 21:50	YOGA Larissa		YOGA Larissa		YOGA Larissa			

Y BIKE

10:30 - 11:00	* Y BIKE 30' Βαλεντίνος		* Y BIKE 30' Βαλεντίνος		* Y BIKE 30' Βαλεντίνος			
17:00 - 17:30								
18:30 - 19:00	* Y BIKE 30' Μαρία	* Y BIKE 30' Βαλεντίνος	* Y BIKE 30' Μαρία	* Y BIKE 30' Βαλεντίνος	* Y BIKE 30' Μαρία			
19:30 - 20:00	* Y BIKE 30' Βαλεντίνος	* Y BIKE 30' Βαλεντίνος	* Y BIKE 30' Βαλεντίνος	* Y BIKE 30' Βαλεντίνος	* Y BIKE 30' Βαλεντίνος			

Όπου υπάρχει *, η υπηρεσία έχει επιπλέον χρέωση